

# ÄNGSTE & PHOBIEN PANIK

Angst vor **Zahnarzt** · Angst vor **Spritzen** · **Flugangst**  
Höhenangst · Platzangst · **Klaustrophobie** · Angst vor  
**Spinnen** · Angst vor Schlangen · Angst vor Mäusen ·  
Versagensangst · **Prüfungsangst** · Stottern · Angst beim  
**Autofahren** · Angst vor **Dunkelheit** · **Zwänge**  
**Angst vor ... der Angst**

Grundsätzlich ist eine Angst erst einmal etwas Gutes. Sie warnt uns vor Schaden und sorgt dafür, dass wir in gefährlichen Situationen gut auf uns aufpassen.

Oftmals jedoch erleben wir Angst, welche ohne erkennbaren Grund auftritt und unsere Lebensqualität massiv beeinträchtigt. Es entsteht eine Vermeidungshaltung - wir vermeiden die angstbesetzten Situationen. Dadurch werden wir unfrei. Zwänge sind eine besondere Form der Angst: "Angst vor den Konsequenzen, wenn eine bestimmte Handlung unterlassen wird".

Als Ursache kommen meistens erlebte Situationen in Betracht, welche (noch) nicht verarbeitet wurden. Ein probates Mittel, um dies nachzuholen, ist die Hypnose.

In der Hypnose können diese Erlebnisse auf schonende Art und Weise in einem sicheren Umfeld verarbeitet werden. Die Angst kann verschwinden, Freiheit entstehen, die Lebensqualität sich wieder verbessern.

Eine Information der **HYPNOSE PRAXIS TAUNUSSTEIN**

Ein erfolgreiches Ergebnis hängt von vielen Faktoren ab  
und kann nicht garantiert werden. Jeder Klient ist einzigartig.

**Kompetente Unterstützung durch Coaching sowie therapeutische Begleitung**  
Erik Grösche - Heilpraktiker auf dem Gebiet der Psychotherapie · Hypnosetherapie  
Limburger Straße 12c · 65232 Taunusstein - Neuhof  
**Tel.: 06128/247704** · [www.Horizonterverweiterer.de](http://www.Horizonterverweiterer.de)