



# **Meine Gefühle werden meine Freunde - Meditations-CD für Kinder: Wie du Angst, Wut und Trauer in Freude verwandeln kannst**

*Robert Betz*

## **Meine Gefühle werden meine Freunde - Meditations-CD für Kinder: Wie du Angst, Wut und Trauer in Freude verwandeln kannst Robert Betz**

Wie du Angst, Wut und Trauer in Freude verwandeln kannst. Meditationen für Kinder. 59 Min.

Audio CD

Auf dieser CD findest du drei Meditationen für Kinder (von ca. 6 bis ca. 12 Jahren), die dir zeigen, wie man mit seiner Angst, seiner Wut und seiner Trauer so umgehen kann, dass sie einen nicht mehr stören und nach ein paar Monaten (und oft nach ein paar Wochen schon) so gut wie nicht mehr da sind. Diese Gefühle wollen uns nichts Böses, im Gegenteil, sie wollen eine Zeit lang unsere Freunde sein, mit denen man reden kann. Vor allem wünschen sie sich von uns, dass wir sie da sein lassen und wirklich fühlen und nicht vor ihnen weglaufen, wie das viele noch als Erwachsene tun. So wie ein Bonbon gelutscht werden will, möchte ein Gefühl nur, dass wir es bejahend fühlen und ganz bewusst mit ihm Kontakt haben. Wenn wir das eine Weile machen, verabschiedet sich das Gefühl wie jemand, der bei uns für eine Zeit zu Besuch war und jetzt wieder weiterzieht

## **Downloaden und kostenlos lesen Meine Gefühle werden meine Freunde - Meditations-CD für Kinder: Wie du Angst, Wut und Trauer in Freude verwandeln kannst Robert Betz**

---

Einband: Audio CD

### **Kurzbeschreibung**

Auf dieser CD findest du drei Meditationen für Kinder (von ca. 6 bis ca. 12 Jahren), die dir zeigen, wie man mit seiner Angst, seiner Wut und seiner Trauer so umgehen kann, dass sie einen nicht mehr stören und nach ein paar Monaten (und oft nach ein paar Wochen schon) so gut wie nicht mehr da sind. Diese Gefühle wollen uns nichts Böses, im Gegenteil, sie wollen eine Zeit lang unsere Freunde sein, mit denen man reden kann. Vor allem wünschen sie sich von uns, dass wir sie da sein lassen und wirklich fühlen und nicht vor ihnen weglaufen, wie das viele noch als Erwachsene tun. So wie ein Bonbon gelutscht werden will, möchte ein Gefühl nur, dass wir es bejahend fühlen und ganz bewusst mit ihm Kontakt haben. Wenn wir das eine Weile machen, verabschiedet sich das Gefühl wie jemand, der bei uns für eine Zeit zu Besuch war und jetzt wieder weiterzieht.

Meditation 1: Deine Angst will dich mutig machen (Länge: 21:09 Min.)

Meditation 2: Deine Wut will dich stark machen (Länge: 17:54 Min.)

Meditation 3: Deine Traurigkeit will dich fröhlich machen (Länge: 17:09 Min.)

Gesamtlänge: 58:24 Min.

Download and Read Online **Meine Gefühle werden meine Freunde - Meditations-CD für Kinder: Wie du Angst, Wut und Trauer in Freude verwandeln kannst Robert Betz #QPTV309S2YF**

Lesen Sie Meine Gefühle werden meine Freunde - Meditations-CD für Kinder: Wie du Angst, Wut und Trauer in Freude verwandeln kannst von Robert Betz für online ebook Meine Gefühle werden meine Freunde - Meditations-CD für Kinder: Wie du Angst, Wut und Trauer in Freude verwandeln kannst von Robert Betz Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Meine Gefühle werden meine Freunde - Meditations-CD für Kinder: Wie du Angst, Wut und Trauer in Freude verwandeln kannst von Robert Betz Bücher online zu lesen. Online Meine Gefühle werden meine Freunde - Meditations-CD für Kinder: Wie du Angst, Wut und Trauer in Freude verwandeln kannst von Robert Betz ebook PDF herunterladen Meine Gefühle werden meine Freunde - Meditations-CD für Kinder: Wie du Angst, Wut und Trauer in Freude verwandeln kannst von Robert Betz Doc Meine Gefühle werden meine Freunde - Meditations-CD für Kinder: Wie du Angst, Wut und Trauer in Freude verwandeln kannst von Robert Betz Mobipocket Meine Gefühle werden meine Freunde - Meditations-CD für Kinder: Wie du Angst, Wut und Trauer in Freude verwandeln kannst von Robert Betz EPub