

Stand: Januar 2020

## Presse-Text zu: **Angst- und Optimismus-Knigge** <sup>2100</sup> (Lebenseinstellung Band 4)

### Wovor haben Sie Angst?

Entsetzt schreit einer auf, als ihm eine Spinne über den Handrücken krabbelt. Ein anderer hat Angst vor dem Fliegen und ist nicht zu überzeugen, gelassen und schnell mit dem Flugzeug ans Traumziel zu kommen. Und wieder ein anderer bekommt fast Panikanfälle, wenn er sich in einem geschlossenen Raum befindet.

Ist es vorstellbar, dass es Menschen gibt, die sogar Angst vor Clowns haben, vor Mundgeruch oder davor, ohne Mobiltelefonkontakt zu sein?

Die Beispiele zeigen selbstverständlich Extremsituationen. Glücklicherweise können sich jene schätzen, die über diese Ängste nur lachen können. Den Betroffenen selbst ist bei weitem nicht zum Lachen zu mite. Ängste gehören zum Leben. Aber Angst ist nicht nur etwas Negatives. Deshalb ist es sinnvoll, das Thema Angst von verschiedenen Seiten zu betrachten.

In manchen Fällen hilft Angst sogar Menschen, Besonderes zu erleben. Hier lässt sich von einem Kick oder einem Thrill sprechen.

Wer erkennt, was ihm Furcht macht hat eine größere Chance, mit der Angst umzugehen.

Möglicherweise verliert er sogar total die Angst vor einem Angstausröser. Er kann Angst in positive Energie umwandeln und mit der gewonnenen Energie Ängste überwinden. Damit eröffnen sich neue Optionen, durch das Leben zu schreiten. Angst kann sogar dazu beitragen, fast übernatürliche Kräfte zu entwickeln. Sie hilft, Gefahren zu erkennen und verschafft die nötige Energie Herausforderungen anzunehmen, entschlossen zu handeln und trägt dazu bei, optimistisch in die Zukunft zu blicken. Stellen Sie sich der Angst und stärken dadurch Ihre Kräfte!

### **Angst- und Optimisms-Knigge** <sup>2100</sup>

ISBN 978-3-7504-2780-8  
160 Seiten, A5, broschiert, Libri Books on Demand, 3. Auflage, € 12,95



Horst Hanisch, Bonn, ist selbstständiger Horst Hanisch, Bonn, ist selbstständiger Fachbuchautor, Coach und Dozent.

Seine Trainingstätigkeit erstreckt sich unter anderem auf die Bereiche Kommunikation, Persönlichkeits-Entfaltung, Soft Skills, Soziale Kompetenz und Knigge/Etikette/ Umgangsformen. Seine Seminare finden im In- und Ausland statt.

Er ist Autor zahlreicher Fachbücher, die in Deutschland und im Ausland erschienen sind.

Horst Hanisch veranstaltet Seminare zu Themen wie 'Business-Etikette', 'Das wie ist man/frau was?-Lehrmenü', 'Rhetorik, Präsentation und Moderation', 'Outfit, Selbstbewusstes Auftreten, Smalltalk', 'Interkulturelle Kompetenz' und andere.

[www.knigge-seminare.de](http://www.knigge-seminare.de)

Ego Knigge Set



Handbuch Rhetorik Reihe



Kleine Knigge Reihe

