

Cornelia Schwarz, Stephan Schwarz

Schluss mit Psychospielchen

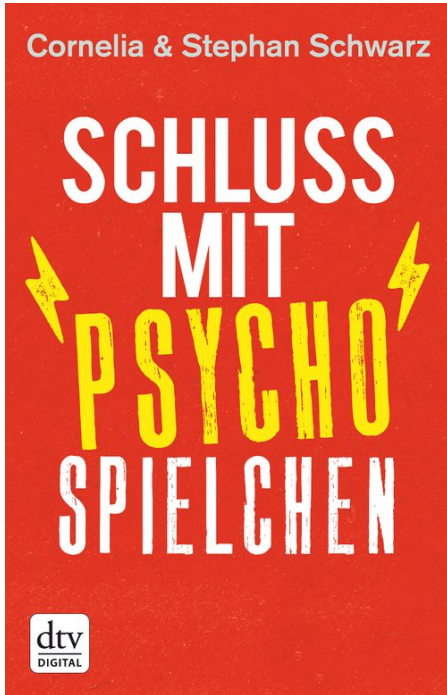
Es reicht!

Psychospielchen werden täglich gespielt. Was sich zunächst wie ganz normaler Alltagsärger anfühlt, ist in Wirklichkeit Manipulation. Wie man diese miesen Spiele durchschaut, zeigen die erfahrenen Coaches Cornelia und Stephan Schwarz. Sie führen buddhistisches Know-how und psychologische Coachingtechniken zusammen. Die Leser werden mit den wirksamsten Exitstrategien bekannt gemacht, sie lernen, ihre persönlichen Potenziale zu aktivieren und die eigenen Interessen durchzusetzen – in Harmonie mit anderen. Der Erfolg zeigt sich durch mehr Effizienz im Job, durch bessere Beziehungen zur Familie, zu Freunden und Kollegen. Anhand von alltäglichen Fallbeispielen werden die Mechanismen deutlich und unterschwellige Absichten transparent. Wer Manipulationsspiele begreift, kann sich entziehen.

Verfolgerspiele: Ich bin okay, die anderen sind es nicht

Retterspiele: Ich bin okay, die anderen brauchen mich, um auch okay zu sein

Opferspiele: Ich bin nicht okay, die anderen sind okay



Cornelia Schwarz, Stephan Schwarz

Schluss mit Psychospielchen

Originalausgabe Ebook
240 Seiten

ISBN: 978-3-423-42975-7

EUR 6,99 [DE]

ET 22. Juli 2016



© Schwarz & Schwarz GbR

Autor*in

Cornelia Schwarz

Cornelia Schwarz ist NLP-Lehrtrainerin, Coach und Trainerin für Führungskräfte und Unternehmer. Die gelernte Diplomkauffrau gibt seit 30 Jahren Ausbildungstrainings mit dem Schwerpunkt »NLP im Business«, »Rhetorik und Präsentation« und Persönlichkeitsentwicklung. Sie ist »Light Body«-Lehrtrainerin, leitet seit Jahren Meditationstrainings für Führungskräfte und Interessierte in Nepal, Myanmar und Thailand.

Autor*in

Stephan Schwarz

Stephan Schwarz ist Psychologe, Pädagoge und NLP-Lehrtrainer. Seit 30 Jahren gibt er Ausbildungstrainings mit dem Schwerpunkt »NLP im Business« und coacht mittelständische Unternehmen und Geschäftsführer in der Entwicklung ihrer Organisationen. Er ist ausgebildet in der Transaktionsanalyse, in NLP, themenzentrierter Interaktion und ist »Light Body«-Lehrtrainer, Meditationstrainer und Schüler des Dalai Lama.

Pressestimmen

»Insgesamt habe ich durch dieses Buch viel gelernt. Es ist einfach sehr spannend, solche Psychospielchen auch in den eigenen Beziehungen und denen von Bekannten und Familienangehörigen wiederzuerkennen.«

zeitzuleben.de, Nicole Alps, 22. September 2016

»Ein wirklicher Ratgeber, der hilft und nicht vorschreibt.«

www.buchkritik.at, Manuela Sokele, 1. Februar 2017

»Alles in allem ein sehr empfehlenswertes Buch, das auf buddhistischem Wissen und psychologischen Coachingtechniken aufgebaut ist.«

helga-koenig-phil.blogspot.de, 17. Januar 2018

»Wohl jeder kennt einen Krafträuber, der immer nur nimmt statt gibt. Dieser Ratgeber hilft, solche destruktiven Rollenspiele aufzubrechen.«

Emotion, Katharina Wantoch

»Grau ist alle Theorie. Gut, dass dieser Ratgeber nicht nur knallrot, sondern knackig-konkret geschrieben ist. (...) Sehr praxisnah und aufschlussreich!«

schreiblust-leselust.de, Diana Wieser



Autor*in Cornelia Schwarz bei dtv

Autor*in Stephan Schwarz bei dtv