



## NLP hilft bei Angst, Phobie & Allergie

Worte haben Macht.



### Evutrain

Dr. Andrea Friedrich  
Master-Coach NLP  
Dänenweg 5  
22926 Ahrensburg  
andrea.friedrich@evutrain.de

[www.evutrain.de](http://www.evutrain.de)

### Was ist NLP?

NLP steht für Neurolinguistisches Programmieren und bedeutet, dass wir Veränderungen durch die Verknüpfung von Verstand und Emotion erarbeiten können. Verhaltensmuster, die nicht mehr gut sind, werden durch neue, positive ersetzt. Das gilt ebenso für die Themen Angst, Phobie und Allergie: für mehr Lebensqualität.

### Kostenlose Info

Tel: 04102- 518 224

### Mehr Informationen

Ängste und Phobien sind erlernt: Sie können wieder verlernt werden. Das NLP kennt mehrere Formate, mit denen das möglich ist. Eine Allergie ist i.d.R. eine falsche Reaktion des Immunsystems, welche ebenso durch Ressourcenstärkung berichtigt werden kann. Wichtig: NLP ist keine Therapie, da Coaches nicht heilen dürfen. Referenzen zur Ressourcenarbeit gibt es unter

[www.evutrain.de/referenzen](http://www.evutrain.de/referenzen)

Flugangst, Spinnenphobie, Angst vor Wind oder offenen Fenstern, Hunden oder Knöpfen?

Angst beim Autofahren, im MRT, auf dem Zahnarztstuhl oder generell vor weißen Kitteln?

Es ist einen Versuch wert!



**"Ich kann es kaum glauben- ich bin geflogen."**

**"Keine Angst mehr vor Spritzen UND dem Zahnarzt."**

**"Ich bin über eine Wiese gelaufen - ohne Symptome."**

Ein Coaching setzt eine normale physische und psychische Belastbarkeit voraus. Sprechen Sie dazu im Zweifel mit Ihrem Arzt/ Ihrer Ärztin.

So läuft ein Coaching zum Thema **Allergie** i.d.R. ab (Ablauf bei Angst & Phobie siehe [www.evutrain.de/wie-lange-dauert-ein-Coaching](http://www.evutrain.de/wie-lange-dauert-ein-Coaching)):

- ✓ Kurzes Telefonat (welche Allergie, wie lange schon, welche Symptome, ist die Allergie schulmedizinisch erfasst? Welche Behandlungen gab es schon?)
- ✓ Terminvereinbarung mit ca. 2 Stunden Dauer
- ✓ Ausfüllen eines kurzen Fragebogens zu statistischen Zwecken
- ✓ Coaching: Allergie-Format nach Robert Dilts (Dilts ist 2015 vom Dachverband der Weiterbildungsbranche für sein Lebenswerk (Life-Achievement-Award) ausgezeichnet worden)
- ✓ Wenn möglich gleich nach Ende des Prozesses der Test mit dem Ex-Allergen
- ✓ Nach ein paar Tagen kurzes Stand-Der-Dinge-Telefonat, nach ca. 4 Wochen Ausfüllen eines kurzen Fragebogens