



Das Sonnenkind-Prinzip: Selbstliebe, Leichtigkeit und Lebensfreude wiederentdecken

Julia Tomuschat

 **Download**

 **Online Lesen**

Das Sonnenkind-Prinzip: Selbstliebe, Leichtigkeit und Lebensfreude wiederentdecken Julia Tomuschat

 **Download** [Das Sonnenkind-Prinzip: Selbstliebe, Leichtigkeit und L...pdf](#)

 **Online Lesen** [Das Sonnenkind-Prinzip: Selbstliebe, Leichtigkeit und ...pdf](#)

Das Sonnenkind-Prinzip: Selbstliebe, Leichtigkeit und Lebensfreude wiederentdecken

Julia Tomuschat

Das Sonnenkind-Prinzip: Selbstliebe, Leichtigkeit und Lebensfreude wiederentdecken Julia Tomuschat

Downloaden und kostenlos lesen Das Sonnenkind-Prinzip: Selbstliebe, Leichtigkeit und Lebensfreude wiederentdecken Julia Tomuschat

304 Seiten

Pressestimmen

»Ein ganz wunderbares Buch, welches definitiv Sonne ins Leben derer bringen kann, die sich darauf einlassen.« (*Taste of Love*) Kurzbeschreibung

Jenseits aller psychischen Verwundungen und Traumata aus der Kindheit gibt es eine Seite in jedem von uns, die vital, kreativ, verspielt, spontan und tatendurstig ist: das Sonnenkind. Wenn wir diesen positiven Anteil des »inneren Kindes« in uns wiederentdecken und ihn stärken, halten wir den Schlüssel zu Heilung und Glück in Händen. Denn in diesem Zustand gibt es nur den Augenblick, ruhen wir in uns selbst und können das Leben in vollen Zügen genießen.

Aus ihrer praktischen Arbeit als Psychologin hat Julia Tomuschat ein umfassendes Programm mit einer Vielzahl von Spielen, Übungen und Anregungen zusammengestellt. Auf Schatzsuche gehen, sich verkleiden oder Namen verballhornen sind nur einige der Ideen, mit denen sich das Sonnenkind garantiert aus der Reserve locken lässt – und mit denen Laune, Wohlbefinden und Lebenslust spürbar ansteigen.

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Julia Tomuschat ist Diplom-Psychologin, NLP-Lehrtrainerin, Supervisorin und Heilpraktikerin für Psychotherapie. Sie arbeitet als Trainerin und Gesundheitspsychologin in den Bereichen Betriebliches Gesundheitsmanagement, Teamentwicklung, Selbstmanagement und Persönlichkeitsentwicklung. Zuvor war sie als Dozentin für Psycho-Soziales Lernen und als Lehrbeauftragte sowie Mitarbeiterin beim Projekt „Gesundheit am Arbeitsplatz“ an der Universität Duisburg-Essen tätig. Im Jahr 2008 gründete sie die „Praxis für Gesundheitsförderung“ in Lauf an der Pegnitz. Julia Tomuschat ist verheiratet und hat zwei Kinder.

Download and Read Online Das Sonnenkind-Prinzip: Selbstliebe, Leichtigkeit und Lebensfreude wiederentdecken Julia Tomuschat #692UAPE7BRS

Lesen Sie Das Sonnenkind-Prinzip: Selbstliebe, Leichtigkeit und Lebensfreude wiederentdecken von Julia Tomuschat für online ebook Das Sonnenkind-Prinzip: Selbstliebe, Leichtigkeit und Lebensfreude wiederentdecken von Julia Tomuschat 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 Das Sonnenkind-Prinzip: Selbstliebe, Leichtigkeit und Lebensfreude wiederentdecken von Julia Tomuschat Bücher online zu lesen. Online Das Sonnenkind-Prinzip: Selbstliebe, Leichtigkeit und Lebensfreude wiederentdecken von Julia Tomuschat ebook PDF herunterladen Das Sonnenkind-Prinzip: Selbstliebe, Leichtigkeit und Lebensfreude wiederentdecken von Julia Tomuschat Doc Das Sonnenkind-Prinzip: Selbstliebe, Leichtigkeit und Lebensfreude wiederentdecken von Julia Tomuschat Mobipocket Das Sonnenkind-Prinzip: Selbstliebe, Leichtigkeit und Lebensfreude wiederentdecken von Julia Tomuschat EPub