

Michaela Kronenberger

Glücklich mit meinem Pferd Die 7 Schlüssel zum emotionalen Erfolg

Wenn Emotionen wie Angst, Ärger, Wut, Aggressionen oder Neid die schöne Zeit mit dem Pferd beeinflussen, dann ist es höchste Zeit, dieses Buch zu lesen.

Zwei unterschiedliche, sich andauernd bekämpfende Instanzen bestimmen unser Verhalten und unsere Handlungen: Der Recht haben wollende Verstand raubt uns Entwicklungsmöglichkeiten, die Emotionen rauben uns den Verstand.

Dieses Buch erklärt die fundamentalen Möglichkeiten, Herz und Verstand zusammenarbeiten zu lassen und zeigt, wie wir die Kraft der positiven Emotionen für uns nutzbar machen und die negativen Emotionen steuern können.



Emotionale Intelligenz und emotionale Stärke erleichtern den Umgang mit anderen Menschen, stärken die Verbundenheit zum Pferd, tragen dazu bei, wieder Freude, Glück und Zufriedenheit auf dem Rücken der Pferde zu finden.

Inhalt:

- Schlüssel 1: Das Unterbewusstsein
- Schlüssel 2: Die Gedanken
- Schlüssel 3: Der Körper
- Schlüssel 4: Die Emotionen
- Schlüssel 5: Die Kommunikation
- Schlüssel 6: Das Verhalten
- Schlüssel 7: Das Herz

Mit authentischen Fallbeispielen, Übungen zur Selbstregulation eigener Emotionen, erklärenden Grafiken und farbigen Fotos

Zielgruppe: Reiter aller Disziplinen und Reitweisen, Ausbilder, Richter, Eltern – jeder, der sich im Pferdesport persönlich und emotional weiterentwickeln möchte.

Autorin: Michaela Kronenberger ist Expertin im Umgang mit Emotionen. Sie ist Pferdewirtschaftsmeisterin Reiten, Richterin, Grand-Prix-Reiterin und Ausbilderin, studierte Medienwissenschaftlerin und Kommunikationspsychologin M.A., psychologische Beraterin, Mentaltrainerin und EmotionsCoach. Sie unterstützt Menschen in ihrer ganz persönlichen Entwicklung zu einem Higher Spirit Team mit sich selbst und ihrem Pferd.

www.michaela-kronenberger.de / www.trainercoaching-reiten.de

Bibliografische Daten:

Michaela Kronenberger

Glücklich mit meinem Pferd Die 7 Schlüssel zum emotionalen Erfolg

1. Auflage 2021

320 Seiten, zahlreiche farbige Fotos und Illustrationen

Format 195 x 235 mm, kt. Klappenbroschur

€ (D) 25,00

ISBN: 978-3-88542-688-2

Erhältlich im FNverlag, im Buchhandel und in Reitsportfachgeschäften!



der Deutschen Reiterlichen Vereinigung GmbH

Fachkompetenz rund ums Pferd

Postfach 11 03 63

48205 Warendorf

Kontakt Werbung/Presse:

→ Telefon: +49 (0)2581 6362-223

Fax: +49 (0)2581 6362-212

E-Mail: werbung-fnverlag@fn-dokr.de

Kontakt Vertrieb:

→ Telefon: +49 (0)2581 6362-154/-254

Fax: +49 (0)2581 6362-212

E-Mail: vertrieb-fnverlag@fn-dokr.de

www.fnverlag.de