emotrent
emotionale Tretminen entschärfen

10 mögliche Anzeichen für emotrent-Bedarf

(wenn der Zustand über Wochen hinweg oder länger anhält)

emotrent steht für: **emo**tionale **Tr**etminen **ent**schärfen!

- ✓ **wiederkehrender Ärger oder Wut**
- ✓ **Groll oder Hass auf andere oder sich selbst**
- ✓ **Vergeltungs- oder Rachegedanken**
- ✓ **Spannungen/Streit in Familie, Beruf, Schule**
- ✓ **Trennungssituationen (Familie / Freund/in)**
- ✓ **mangelnde Lebensfreude & fehlende Motivation**
- ✓ **geringe Leistungsfähigkeit & Konzentrationsprobleme**
- ✓ **beginnende Realitätsflucht (z.B. eMedien, Alkohol)**
- ✓ **geringe emotionale Belastbarkeit, erhöhte Reizbarkeit**
- ✓ **Tendenz zu Rückzug oder Aggression**

emotrent unterstützt nachhaltig den konstruktiven Umgang mit den Ungerechtigkeiten des Lebens!

emotrent
Axel Jagemann
Gotthardstr. 44
D- 80689 München

Mobil +49 / (0)173 / 361 66 02
ajagemann@online.de

www.jugendcoach-jagemann.de
www.sobinichdaskannich.de