

DR. BEATE STRITTMATTER

NEURORESET

**DIE 90-SEKUNDEN-METHODE
DIE DEIN LEBEN VERÄNDERT**



MOMANDA

© 2025 des Titels »NeuroReset – Die 90-Sekunden-Methode,
die dein Leben verändert« von Dr. Beate Strittmatter
(ISBN 978-3-95628-147-1) by Momanda GmbH, Rosenheim.
Nähere Informationen unter www.momanda.de

INHALT

VORWORT		7
KAPITEL 1	Wie unsere Glaubenssätze entstehen – und warum sie uns so hartnäckig steuern	11
KAPITEL 2	Die Sache mit dem Ohr	43
KAPITEL 3	Die NeuroReset-Methode	57
KAPITEL 4	Deine Umwelt – Deine Glaubenssätze	73
KAPITEL 5	Dein Schatten – Wer darfst du sein und was darfst du haben?	93
KAPITEL 6	»Sound der Kindheit«	153
KAPITEL 7	Deine Vorteile – teuer erkauft	211
ABSCHLUSS		231
ÜBER DIE AUTORIN		237