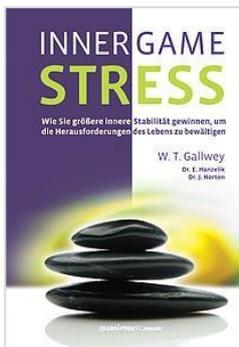


**PRESSE-INFORMATION****Das bekannte INNER GAME jetzt auch für stressgeplagte Menschen**

Berlin, November 2012. - Golf, Musik, Sport, Tennis und Unternehmensführung – für extrem fordernde Exzellenzfelder hat der amerikanische Coach W. Timothy Gallwey die Methode des INNER GAME entwickelt und mit stupenden Erfolgen jahrzehntelang



angewandt. „Stabilität, Ruhe, Weisheit“ ist bei vielen Menschen durch das Inner Game eingekehrt. Millionenfach haben sich Gallweys Bücher verkauft. Längst leben nicht nur Politiker, Spitzensportler und Topmanager danach!

In Zusammenarbeit mit zwei erfahrenen psychosomatisch ausgerichteten Internisten, die seit Jahren die INNER GAME Methode anwenden, hat sich Gallwey der Volkskrankheit „Stress“ angenommen. Er macht bewusst, wie negative Selbstgespräche uns glauben machen, dass wir den anstehenden Herausforderungen nicht gewachsen sind, und was es bedeutet, wenn für uns die Erwartungen anderer Menschen ausschlaggebend sind – was dazu führt, dass wir uns fremdgesteuert, hilflos und überfordert fühlen.

**Stabilität gewinnen, Erwartungen ausblenden, Herausforderungen meistern**

Stresspatienten kann mit dem INNER GAME geholfen werden. An ihren Geschichten ist zu lernen, wie wir mit Stress, Erschöpfungs- und Belastungszuständen souveräner und selbstbestimmter umgehen – anschaulich an den Fallgeschichten gemacht, von Gallwey kommentiert und anhand von Reflexions- und Übungsaufgaben so angelegt, dass ein eigener Weg aus dem Stress gefunden wird. Aus dem Stressgeplagten soll gar nicht erst ein Stresspatient werden. Dies gelingt mit neuer Perspektive und dem Zugang zu den eigenen natürlichen Ressourcen: Ein einfaches Modell mit großer Wirkung.

**W. Timothy Gallwey, Edward S. Hanzelik, John Horton**  
**INNER GAME STRESS**

allesimfluss-Verlag 2012. 240 S., Hardcover, 17,90 €

## Verlag und Verleger

Die deutschen Ausgaben der Bücher von Gallwey sind im allesinfluss-Verlag in Stau- fen (bei Freiburg) erschienen. Verleger Frank Pyko arbeitet im deutschsprachigen Raum als Coach auf Grundlagen des INNER GAME und begründet die Verlagsgrün- dung so: „Ich mache die Bücher, damit die Idee des INNER GAME hier eine hoffentlich große Verbreitung findet – weil sie Menschen einfach gut tut. Bei der Jahrtausend- wende 2000 habe ich mich gefragt, was mich jetzt reizen würde. Und gab mir die Antwort: Das Buch INNER GAME GOLF als erster in Deutschland herauszubringen. So fing es mit dem Verlag an.“

Auf die Frage, was INNER GAME im Kern ist, erklärt Pyko: „Es macht es den Menschen leichter, mit sich und den Herausforderungen auf selbstbestimmte Weise umzugehen. Lernen und Sich Verändern wird wieder mehr zu einer freudvolleren und erfüllten Aufgabe, bei dem nicht nur unser Kopf alles bestimmt, sondern auch der Körper beim Lernen eine Rolle spielt.“

## Die Autoren

**W. Timothy Gallwey** wurde 1936 in San Francisco geboren und hat in Harvard Eng- lische Literatur studiert. Außerdem interessierte er sich für fernöstliche Philosophie und führte als Tennis-Ass das Team seiner Universität. In seiner Arbeit als Coach hat er Methoden zur Entfaltung persönlicher und beruflicher Exzellenz entwickelt, zu- nächst für Tennisspieler, später für Golfer, Musiker, Manager. In den letzten 20 Jahren hat er den INNER GAME-Ansatz in Unternehmen eingeführt, die nach besseren Mög- lichkeiten für den Umgang mit Veränderungen (Change Management) suchten. Er gilt weltweit als Begründer des modernen Coachings und lebt in Malibu, Kalifornien.

Noch immer ist er ein gefragter Redner und Coach. **Edward S. Hanzelik** und **John Horton** sind psychosomatisch orientierte Internisten, die schon lange die INNER GAME Methode praktizieren. Sie stehen darüber in ständigem Austausch. Das Buch ist die Summe ihrer Beobachtungen und Erfahrungen mit Patienten und der engen Zu- sammenarbeit mit Gallwey.

## Pressekontakt

SCHWINDKOMMUNIKATION GbR, Knesebeckstr. 96, 10629 Berlin 030 31 99 83 20  
[ms@schwindkommunikation.de](mailto:ms@schwindkommunikation.de) [www.schwindkommunikation.de](http://www.schwindkommunikation.de)