

Entscheidung zwischen Zombie- und Glücklichein



Woher kommt die Motivation für dieses Thema?

Ich bin Coach aus Leidenschaft und arbeite seit vielen Jahren nach dieser Methode, die ich im Laufe der Zeit entwickelt habe. Ich möchte Menschen inspirieren, dass so viele wie möglich zufriedener durchs Leben gehen können. Der Alltag kann einen mit der Zeit „auffressen“. Wünsche, Ziele und Lebenshaltungen können immer mehr zu Gunsten von Familie, Beziehung, Beruf etc. in den Hintergrund treten. Ich glaube, dass alles nebeneinander möglich sein kann/muss, ohne dabei unsere persönlichen Bedürfnisse ganz zu vernachlässigen. Zufriedenheit ist eine Entscheidung und ein aktives „Sich-wichtig-Nehmen“.

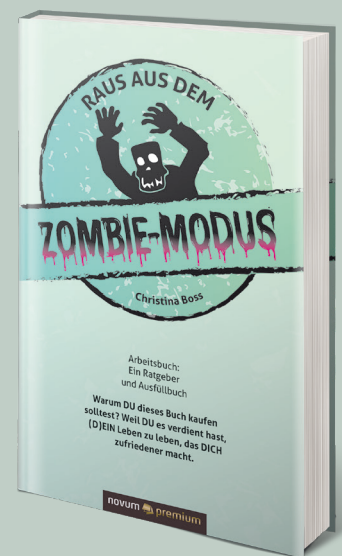
An wen ist das Buch gerichtet?

An Frauen und Männer zwischen 30 und 65 Jahren, die ihrer Lieblingsausreden und Vermeidungsstrategien müde sind und endlich (wieder) ein zufriedenes und selbstbestimmtes Leben führen wollen.

Warum haben Sie diese Form des Buches gewählt? Ein Arbeitsbuch, Ratgeber und Ausfüllbuch.

Ich bin überzeugt, dass, wenn man beim Lesen direkt mitdenkt und mit-schreibt und sich aktiv mit Themen auseinandersetzt, es einfacher ist, das Gelesene direkt auf sein eigenes Leben anzuwenden und im besten Fall im Alltag zu integrieren.

Jeder Mensch hat es verdient, ein selbstbestimmtes und zufriedenes Leben zu führen. Für mich ist Glücklichein eine Entscheidung. Wenn ich mit meinem Buch einige Menschen dazu inspirieren kann, dann bin ich mehr als zufrieden.



Raus aus dem Zombie-Modus
novum premium Verlag
Hardcover | 64 Seiten
ISBN 978-3-903861-39-8
EUR(A) 24,90
EUR(D) 24,20
SFr 35,50