



## Finde zu Dir selbst zurück

Nur wer authentisch ist, ist langfristig gesund und erfolgreich



**W**enn Menschen sich erschöpfen, dann, weil sie die Beziehung zu sich selbst verloren haben und ein Leben führen, was ihnen nicht mehr entspricht.

Wer mit sich nicht mehr im Kontakt ist, der kennt seine Grenzen nicht und kann nicht an der richtigen Stelle ja und nein sagen. Viele Betroffene stellen fest, dass sie jahrelang nur noch funktioniert haben und Vorstellungen gefolgt sind, die mit der eigenen Person wenig zu tun haben. Was hindert uns daran, der zu sein, der wir sind und wie findet man zu sich selbst? Was heißt es, ein authentisches Leben zu führen und ist dies überhaupt möglich, ohne „auswandern oder alles hinwerfen“ zu müssen? Vertragen sich Authentizität und Karriere?

Diesen Fragen geht der praxisnahe Vortrag auf die Spur und zeigt, wie man in den 6 entscheidenden Lebensbereichen zu „sich findet“ – und warum am Ende gerade authentische Menschen nicht nur gesund, sondern auch erfolgreich sind

*„Menschen, die sich erschöpfen,  
haben aufgehört zu leben  
und angefangen, zu funktionieren.“*