

WIEBKE-LENA LAUFER

Wege zum Ich**Klar, selbstbestimmt & kraftvoll leben**

- ❖ Inspirationen für ein selbstbestimmtes Leben
- ❖ Verborgene Potenziale entdecken und sich selbst erkennen
- ❖ Die detaillierte Landkarte für den Weg zum inneren Ich



Dr. Wiebke-Lena Laufer
Wege zum Ich
 Klar, selbstbestimmt und kraftvoll leben
 192 Seiten, 20€
 Erscheinungstermin: 09.2019
 ISBN: 978-3-95883-374-6

Denken, Fühlen und Handeln im Einklang

Was erwarte ich vom Leben? Welche Ziele habe ich und wie übernehme ich Verantwortung für mein Denken, Fühlen und Handeln? Als Trainerin und Mediatorin begegnen Dr. Wiebke-Lena Laufer täglich Fragen dieser Art. Nun hat sie ihre Erfahrung und Expertise in der Persönlichkeitsentwicklung zu Papier gebracht. Auf mehr als 192 Seiten verrät die Autorin, welche Strategien zu einem selbstbestimmten Leben führen - empathisch, klar und verständlich.

Wer nach Antworten auf die wirklich wichtigen Fragen des Lebens sucht, erhält mit diesem Buch eine Landkarte zur Orientierung auf dem Weg zu einem kraftvollen Ich und lernt, sich selbst neu zu betrachten. Die Botschaft des Buches: Wenn wir uns selbst kennen und annehmen, können wir eigene Potenziale entfalten und unsere Zukunft aktiv neu gestalten. Erschienen im JKamphausen Verlag, enthält das Werk praktische Übungen und reflektierende Fragen, die dabei helfen, innere Blockaden zu lösen, neue Kraft zu schöpfen und so den Herausforderungen des Lebens aktiv und mutig zu begegnen. Die einzelnen Kapitel sind logisch aufeinander aufgebaut und ermöglichen dem Leser, die Botschaft des Buches nach und nach zu verinnerlichen. Metaphern, Gleichnisse und Gedichte laden dazu ein, die eigenen Glaubenssätze zu hinterfragen. Gerade wer bisher die Erwartungen anderer Menschen erfüllen wollte und so die eigenen Bedürfnisse vernachlässigt hat, wird von den inspirierenden Zeilen profitieren und sie immer wieder neu lesen wollen.

Mit seiner klaren Sprache ist das Werk für jede Altersgruppe geeignet. Es ist dem jungen Studenten genauso eine Lebenshilfe wie der Mutter von drei Kindern und dem erfolgreichen Unternehmer. Ein wahrer Liebesdienst an das (eigene) Leben.

**ÜBER DIE AUTORIN**

Dr. Wiebke-Lena Laufer ist evangelische Theologin und Mediatorin mit dem Schwerpunkt Wirtschaft. Als Trainerin und Rednerin gibt sie Menschen Impulse, die noch erfolgreicher darin sein möchten, ihr Leben und Business authentisch und selbstbestimmt zu führen. Ein Grundsatz Ihres Lebens und Ihrer Arbeit lautet: Erscheine jeden einzelnen Tag auf der Übungsmatte des Lebens - und dann tanze mit dem Leben!

Mehr zur Person unter: wiebkelenaaufer.com

Mehr zum Buch unter: wegezumich.com