Impulse erleben

Veränderung oder Komfortzone?

Nur Mut zur Veränderung!

Die australische Sterbebegleiterin Bronnie Ware hat in einem Buch beschrieben, welche 5 Dinge Sterbende am meisten bereuen. Interessant sind Platz 1 und Platz 2 dieser „Hitliste“: „Ich wünsche mir, den Mut gehabt zu haben, mein eigenes Leben zu leben“ und „Ich wünschte, ich hätte weniger gearbeitet“. Auch viele andere beschäftigen sich mit dem Sinn des Lebens. So widmet z.B. John Strelecky dieser Thematik eine ganze Buchreiche unter dem Schlagwort „The big five for life“.

Wieso fällt es uns also so schwer, uns auf das für uns „Wesentliche“ im Leben zu konzentrieren? Vielleicht ist uns nicht bewusst, was das Wesentliche für uns ist? Oder sind wir so stark in unseren „Verpflichtungen“ gefangen, dass wir dafür keine Zeit mehr finden? Oder gönnen wir uns die Zeit für diese Dinge einfach nicht, weil es keine „wertschöpfende“ Zeit ist und wir Schuldgefühle haben, wenn wir die Zeit „vertrödeln“? Oder dient der Zeitmangel als Ausrede für mangelnden Mut?

Vortragsdauer: ca. 1 h

Über mich:

Sabine Ganter

Systemisches Coaching – Beratung – Training - Impulsvorträge
Schlehenweg 4
72820 Sonnenbühl
Telefon 01577 128 58 46
s.ganter@impulse-erleben.de
https://www.impulse-erleben.de

Diplombiologin (Univ.)
Systemischer Coach DVCT zertifiziert
Trainerin Resilienz (zertifiziert)
Trainerin Multimodales Stressmanagement (zertifiziert)
Stressmanagement-Trainerin (zertifiziert)
Burnout-Beraterin (zertifiziert)
Konflikt-Coach (zertifiziert)
Langjährige Trainerin für Soft Skills in einem internationalen Konzern
Langjährige Karriereberaterin in einem internationalen Konzern