



Erica Binder

Was für mich zählt

Lebensorientierung durch Werte



176 Seiten, kartoniert, ISBN 978-3-95571-952-4

E-Book inside

€ (D) 22,-

Auch als E-Book erhältlich!

Werte sind Leuchttürme im Strudel der Zeit

Werte helfen uns, authentisch zu sein und selbstbewusst zu entscheiden. Sie sind Teil unserer Identität, verleihen unserem Leben Sinn und verschaffen uns mehr Bewusstheit für das Wesentliche.

Dieses Selbstcoachingbuch nimmt Sie mit auf die Entdeckungsreise zu Ihren persönlichen Werten. Impulse und Anleitungen zur Reflexion helfen, konkret zu bestimmen, was für Sie wirklich zählt, und wie Sie die gefundenen Werte leben können. Mögliche Umsetzungsschwierigkeiten werden dabei ebenso thematisiert wie die Möglichkeit, einen inneren Coach für sich zu etablieren – für mehr Orientierung und Stabilität.

Das Buch eignet sich als Klärungs- und Umsetzungshilfe für Ihre persönlichen Werte in verschiedenen Lebenssituationen und Lebensphasen – seien dies Umbruch- oder Krisenzeiten oder die kleinen Momente im Alltag, in denen Sie sich fragen: „Ist es mir das (noch) wert?“



Erica Binder studierte als Primarlehrerin auf dem zweiten Bildungsweg Pädagogik und Psychologie. Seit 2005 arbeitet sie in eigener Coaching-Praxis für das Berufs- und Privatleben in Bern.



Ein weiterer Titel von
Erica Binder:

Lebensqualität und
Sinn im „Golden Age“

ISBN 978-3-95571-618-9

€ (D) 28,-

Auch als E-Book erhältlich

Jetzt bestellen unter: www.junfermann.de
Wir schicken Ihnen das Buch versandkostenfrei zu.

