

Franke

Authentisch!

Wie Du glücklich wirst, ohne Dich zu verbiegen

Sei das Original, keine Kopie Immer höher, schneller, weiter - das Leben nach den Erwartungen anderer zu führen und sich zu verbiegen, das ist anstrengend. Damit es nicht im Burnout endet, ist Authentizität gefragt. Doch die Fallen lauern überall. Dafür hat 'Kick-Ass-Coachin' Patricia Franke die Gegenmittel. Sie hilft dir, deinen persönlichen Schlüssel zum Glück zu finden. Sei einfach du selbst: - Erkenne deine wahren Werte und verstehe dich selbst. - Gewinne Klarheit über unterdrückte Gefühle und lass die Vergangenheit endlich hinter dir. - Befreie dein inneres Ich und werde zufriedener. Mit Übungen und Meditationen Laufzeit: 5 Stunden 26 Minuten



14,99 €

12,60 € (zzgl. MwSt.)

vorbestellbar, Erscheinungstermin ca.
August 2020

Artikelnummer: 9783432113081

Medium: Sonstiges

ISBN: 978-3-432-11308-1

Verlag: Trias

Erscheinungstermin: 05.08.2020

Sprache(n): Deutsch

Auflage: 1. Auflage 2020

Produktform: CD-Audio

Seiten: 240

