

## Fremdbestimmung vs. Selbstbestimmung - seine persönlichen Lebensthemen kennen -

Die persönlichen Lebensthemen zu kennen ist oft der Schlüssel für ein gesundes, erfülltes und glückliches Leben. Jeder von uns hat Lebensthemen, die es sich lohnt genauer unter die Lupe zu nehmen, denn sie auf Dauer zu ignorieren führt nicht selten zu einem Unwohlsein und einer unbestimmten Unzufriedenheit, sowie das Gefühl von innerer Leere.

Jede Art von Lebenskrisen lassen darauf schließen, dass ungelöste Lebensthemen vorliegen, die wir mit unserem Fühlen, Denken und Handeln zum Ausdruck bringen. Sie zeigen sich in unserer Körperhaltung, in unserem Gesicht sowie in unserem gesamten Erscheinungsbild.

In der Regel blenden wir die unangenehmen Themen in unserem Leben so lange aus wie es geht, doch irgendwann treten sie auf eine unangenehme Weise in Erscheinung, seien es kleine körperliche Wehwechen, psychosomatische Beschwerden bis hin zu schweren Krankheiten. Die innerseelischen Bedürfnisse zeigen sich und wollen gelebt werden.

Diese mit ihnen gemeinsam zu erkunden und zu erkennen ist mein Angebot, bei dem ich sie begleite. Das klare Erkennen ihrer Lebensthemen führt Sie zu mehr Bewusstsein über ihre wirklichen Anlagen und persönlichen Werte, die es sich lohnt, in ihrem Leben zu integrieren. Das Ergebnis führt auch zu einem starken selbst Wertbewusstsein sowie selbst Vertrauen und selbst Sicherheit.

### Ablauf:

Zunächst erhalten Sie einen Online-Link zu einem psychometrischen Diagnoseverfahren für eine aktuelle persönliche Standortbestimmung. Anschließend erfolgt die Auswertung der Diagnose zusammen mit einer persönlichen Antlitzdiagnose vor Ort sowie einer ca. 3 stündigen Analyse Ihrer Lebensthemen auf die Sie in Zukunft noch mehr als bisher achten sollten, und was förderlich wäre, wenn sie dies in ihren Lebensalltag mehr und bewusster integrieren. Hierfür erhalten Sie von mir konkrete Handlungsimpulse und wenn sie das möchten, begleite ich Sie auch weiter auf diesem interessanten Entwicklungsprozess.

### Für wen:

- jeder der an seinem persönlichen Lebensthema interessiert ist, bevor Krisen, Krankheiten etc. entstehen
- Menschen in Krisensituationen persönlich und/oder beruflich
- Menschen bei denen berufliche und/oder persönliche Veränderungen anstehen
- als Burnout Prävention
- für Paare die im Vorfeld auf Stolpersteine hingewiesen werden möchten (das etwas andere Hochzeitsgeschenk!)
- für Paare die in einer Krise stecken und Auswege suchen
- Für Gruppen und Teams die Ihre Zusammenarbeit verbessern wollen

**Preis:** auf Anfrage

### Kontakt:

Ansprechpartner Tanja Lemann – sinn- und werteorientiert leben und arbeiten -  
Ferdinand-Maria-Str. 7, 82319 Starnberg  
Mail: tl@tanjalemann.de  
Tel. 08151/9500378