

Stéphane Etrillard

Wenn ich weiß, wer ich bin, kann ich sein, wie ich möchte

Der Weg zum souveränen Ich

„Souverän bin ich dann, wenn ich mir nichts mehr vormache“

Verpflichtungen, Zwänge und Erwartungen im Alltag schränken ein und machen es schwer, uns selbst nicht aus dem Blick zu verlieren. Doch jedem Menschen, der es wirklich will, kann es gelingen, dem eigenen Ich mehr Raum zu geben. In seinem sehr persönlichen Coachingbuch „Wenn ich weiß, wer ich bin, kann ich sein, wie ich möchte“ zeigt Stéphane Etrillard den Weg zu einem souveränen Ich, das ein freies, unabhängiges und selbstbestimmtes Leben führt.

Mein Leben, meine Werte, meine Ziele

Ein Leben zu führen, das nicht den eigenen Vorstellung entspricht, frustriert; dennoch machen wir oft viel zu lange weiter und führen ein Leben, das nicht zu uns passt und zu dem wir nicht stehen. Wir leben nicht unsere eigenen Werte und verfolgen nicht unsere eigentlichen Ziele. Wir verstellen uns den Weg zum Kern unseres Wesens, unternehmen jedoch nichts, um die Situation zu ändern. „Deshalb ist es wichtig zu wissen, wer Sie überhaupt sind“, schreibt der Souveränitätsexperte und Coach Stéphane Etrillard. „Denn erst, wenn Sie wirklich wissen, wer Sie sind, können Sie so sein, wie Sie es möchten.“ Um zu Souveränität zu gelangen, müssen wir unsere innere Haltung prüfen und uns immer wieder ins Bewusstsein holen, wo wir Entscheidungs- und Handlungsfreiheit über unser Leben haben.

Mit radikaler Ehrlichkeit zum souveränen Ich

Der Weg zum souveränen Ich ist ein Weg hin zur Selbstbestimmung. Ein selbstbestimmter Mensch kennt seinen Standort und entscheidet souverän, in welche Richtung er gehen will und in welche nicht. Doch das setzt radikale Ehrlichkeit voraus: Wer sich etwas vormacht und sich selbst immer wieder täuscht, verhindert die freie Sicht auf sich selbst. „Um gut mit uns selbst auszukommen, müssen wir das eigene Ich besser wahrnehmen und lernen, eingetretene Pfade zu verlassen und Dinge anders zu machen als bisher. Das kann harte Arbeit sein, lohnt sich jedoch tiefgreifend“, weiß der Autor auch aus eigener Erfahrung zu berichten. „Mit der Reflexion allein ist es nicht getan – auch Taten müssen folgen, um das autonome, gelassene und zuversichtliche Leben zu ermöglichen. Souverän bin ich dann, wenn ich mir nichts mehr vormache und nach meinen wahren Werten handle.“

Stéphane Etrillard ist internationaler Keynote Speaker und zählt zu den Top-Wirtschaftstrainern und Coaches in Europa. Der mehrsprachige Vortragsredner gilt als führender europäischer Experte für persönliche Souveränität und Unternehmer-Souveränität. Zu seinen Klienten zählen Managerinnen aus Top-Unternehmen, mittelständische Unternehmer und Politikerinnen sowie viele Menschen, die sich bei ihm neue Impulse holen, um ihre Kommunikation noch souveräner und ihr Leben erfolgreicher zu gestalten. Stéphane Etrillard ist Autor von über 40 Büchern und Audio Coaching-Programmen.

Stéphane Etrillard

Wenn ich weiß, wer ich bin, kann ich sein, wie ich möchte. Der Weg zum souveränen Ich

Hardcover 240 S. | 19,95 Euro | ISBN 978-3-99060-037-5 | ISBN E-Book 978-3-99060-038-2

Erschienen im Herbst 2017 im Goldegg Verlag

Der Autor steht für Interviews, Gastbeiträge und Medientermine zur Verfügung.

Pressematerial <http://www.goldegg-verlag.com/book/wenn-ich-weiss-wer-ich-bin-kann-ich-sein-wie-ich-moechte/?tab=presse>

Presserückfragen, Rezensionsexemplare

Mag. Maria Schlager-Krüger

Goldegg Verlag GmbH

Mommsengasse 4 | A-1040 Wien – Friedrichstraße 191 | D-10117 Berlin

Tel. +43 1 505 43 76-46 | Mobil +43 699 14404446

maria.schlager@goldegg-verlag.com | www.goldegg-verlag.com

