

PRESSETEXT

Buchneuerscheinung

**Claudia Klohofer**

**„Signale des Körpers. Wie Sie besser leben, wenn Sie Ihrer inneren Stimme vertrauen“**

Frühjahr 2014, Goldegg Verlag

## **„Mein Körper hat mich vor dem schweren Unfall gewarnt“**

**In ihrem neuen Buch fordert Claudia Klohofer auf, auf die innere Stimme zu hören**

Den großen Kampf gegen das „Ich-sollte“, „Ich-muss“ und das ständige Getriebensein hat **Claudia Klohofer** letztendlich gewonnen – doch um Haaresbreite wäre er verloren gewesen. Auf einer Ausfahrt mit ihrem Motorrad nimmt sie das entgegenkommende Fahrzeug nicht wahr und stößt ungebremst mit ihm zusammen. In ihrem Buch **„Signale des Körpers. Wie Sie besser leben, wenn Sie Ihrer inneren Stimme vertrauen“** erzählt sie von ihrem Leben vor und nach dem vermeidbaren Unfall und wie sie den Neubeginn schaffte.

Nach einer zweijährigen Genesungszeit führt sie heute ein erfülltes und gelassenes Leben, trotz der Behinderung. Bei ihrem Unfall erlitt sie viele Brüche, innere Verletzungen und eine Gehirnerschütterung. Durch die vielen Operationen, Schmerzen und Medikamente kam dann noch ein Gedächtnisverlust dazu. *„Um die Gedächtnisausfälle und Phantomschmerzen der amputierten Finger zu verstehen und beeinflussen zu lernen, habe ich mich viel mit Neurowissenschaften und Gehirnforschung beschäftigt“*, erzählt Claudia Klohofer. Besonders die Spiegeltherapie und das gedankliche Erschaffen positiver Bilder haben ihr sehr geholfen.

Obwohl ihr der Körper vor dem Unfall unermüdlich Signale gegeben hatte, hatte sie nicht reagiert und die deutlichen Warnzeichen ignoriert: *„Ich war gestresst, mit beruflichen Problemen beschäftigt und so in mir gefangen, dass ich meine Unkonzentriertheit, Nervosität und Erschöpfung einfach beiseitegeschoben habe.“* Nach dem Unfall hat sie gelernt, ihre innere Stimme wahrzunehmen und darauf zu hören, was sie wann braucht. Claudia Klohofer gründete ihr Mutmachinstitut, in dem sie andere Menschen auf ähnlichen Lebenswegen begleitet, wieder Hoffnung zu entwickeln. *„Ich weiß, dass nach so einer schweren Zeit auch wieder ein unbeschwertes, zwangloses Leben möglich ist. Und seitdem ich meine Behinderung selbst nicht mehr wahrnehme, fällt sie auch meinem Umfeld nicht mehr auf – ein interessantes Phänomen“*, erzählt die Autorin.



### **Die Autorin steht für Interviews zur Verfügung.**

**Claudia Kloihofer** ist systemische Unternehmensberaterin, Wertecoach, Trainerin für Führungskräfte und Einzelpersonen. Sie ermutigt Menschen, ihrer Intuition zu vertrauen, berät Firmen und Organisationen bei der Entwicklung eines klaren Werteprofiles, hilft neue Perspektiven zu finden, leitet Organisationsaufstellungen für internationale Unternehmen und ist gefragte Referentin zu ihren Schwerpunktthemen. Sie publiziert in Fachzeitingen und ist Mitpreisträgerin des Constantinus Award für den Bereich Personal&Training 2003 und 2004.

In ihrem Buch verbindet sie eigene Erfahrungen nach einem schweren Unfall mit modernen Wissenschaften, die sie den Weg zurück finden ließen und bietet den Lesern damit einen authentischen Zugang zum Thema.

Im Herbst 2014 wurde Claudia Kloihofer vom [„Medienverband Bundesländerinnen“](#) der Award „Niederösterreicherin des Jahres 2014“ in der Kategorie „Aufsteigerin des Jahres“ verliehen.

### **Pressematerial**

<http://www.goldegg-verlag.at/book/signale-des-koerpers/?tab=presse>

### **„Signale des Körpers. Wie Sie besser leben, wenn Sie Ihrer inneren Stimme vertrauen“**

Claudia Kloihofer

ISBN 978-3-902903-76-1

ISBN E-Book 978-3-902903-89-1

Hardcover, 271 Seiten

€ 19,95 [A] [D]

Neuerscheinung Frühjahr 2014, Goldegg Verlag

### **Presserückfragen, Rezensionsexemplare, Interviewanfragen**

Goldegg Verlag GmbH

Mag. Maria Schlager-Krüger

Mommsengasse 4, 1040 Wien

Tel. +43 1 505 43 76-46 Fax -20

Mobil +43 699 1440 4445

maria.schlager@goldegg-verlag.at

www.goldegg-verlag.at