

Angelika Gulder

Aufgewacht!

Wie Sie das Leben Ihrer Träume finden

Mit Lebenstraum-Navigator

Vorwort von Joachim Franz; 2011, Klappenbroschur, 257 Seiten

D 19,99 € / A 20,60 / CH 28,90 Fr.*; ISBN 978-3-593-39352-0

Erscheinungstermin/Sperrfrist: 15. August 2011

Wir alle haben Lebensträume, manche begleiten uns jahrelang. Aber welche sind gut für uns und wert, verwirklicht zu werden? In ihrem neuen Buch verhilft Bestsellerautorin Angelika Gulder fundiert und mit einem einzigartigen Programm Menschen zum Leben ihrer Träume.

Lebensträume sind innere Bilder von Sinn, Erfüllung und Glück. Als Aussteiger auf dem Land leben, einen erfüllenden Beruf ergreifen, anderen helfen, sich künstlerisch verwirklichen, einen Roman schreiben, die Welt bereisen, eine Familie gründen, sich selbstständig machen, unabhängig sein. Solche Lebensträume gehen tief, sie sagen etwas über unseren wahren Wesenskern aus und zeigen, wer wir wirklich sind. Sie können ein Zeichen für die Chancen sein, die noch in uns schlummern. Manche Lebensträume erfüllen wir uns, andere sind verschüttet oder verschwommen und müssen neu entdeckt werden. Es gibt aber auch Träume, die wir nicht angehen sollten, weil sie schädlich für uns sind.

In ihrem neuen Buch erklärt Angelika Gulder, welche Rolle Träume für die Psyche spielen und woher sie kommen. Sie hilft den Leserinnen und Lesern, Klarheit über ihre Lebensträume, ihre Bestimmung und ihre wahren Wünsche zu gewinnen. Der von ihr entwickelte einzigartige Lebenstraum-Navigator ist ein Programm zum Selbstcoaching, mit dem man individuell herausfinden kann, welche Träume man unbedingt ernst nehmen und umsetzen und von welchen man sich besser verabschieden sollte. Die Autorin hilft, eigene und übernommene, stimmige und falsche, sinnvolle und inhaltsleere Träume zu unterscheiden. Damit bietet sie eine wertvolle Orientierung für das ganze weitere Leben an.

Angelika Gulder lässt viele Beispiele aus ihrer langjährigen Coachingpraxis einfließen und erzählt auch von ihren eigenen Lebenserfahrungen. Ihr sehr persönliches und sensibles Buch ist ein Leitfaden für alle Menschen, die sich selbst auf die Spur kommen und weiterentwickeln wollen – getreu der tiefen Überzeugung der Autorin: Wir Menschen sind hier auf dieser Welt, um unsere Träume zu leben und glücklich zu sein.

Die Autorin

Angelika Gulder ist Diplom-Psychologin und Coach. Als Expertin für Ganzheitliches Coaching, Berufung und Lebensträume unterstützt sie seit mehr als zwanzig Jahren Menschen dabei, den Job und die Lebensumstände zu finden, die glücklich und erfolgreich machen. Ihr Bestseller *Finde den Job, der dich glücklich macht* wurde von der Stiftung Warentest 2009 als Testsieger im Bereich Karriere-Ratgeber ausgezeichnet. Angelika Gulder veranstaltet regelmäßig Vorträge und Workshops zu den Themen Berufung und Lebensträume, ist Leiterin der Ganzheitlichen Coaching Akademie und Dozentin für Ganzheitliches Coaching. Homepage: www.coaching-up.de

Kontakt: Heike Kronenberg, 069-976516-25, kronenberg@campus.de

Campus Verlag GmbH
Presseabteilung
Kurfürstenstraße 49
60486 Frankfurt/Main
Tel. 069 976516-20
Fax 069 976516-78
presse@campus.de
www.campus.de