

1/12 Mit Ute Lauterbach durchs Glücksjahr 2016

2016 als Jahr, um sich neu zu entdecken. In 12 Monaten 12 Kompetenzen des Menschen genauer unter die Lupe nehmen und sie zur Persönlichkeitsentfaltung in den bestmöglichen Vorwärtsgang lenken.

Ein Jahr um das Drehbuch für ein glückliches Leben zu schreiben! Und dann die Erkenntnisse leben!

Wie? Tasten Sie sich an Ihr Glück heran:

1. Durch Visionsfragen
2. Indem Sie Warnsignale - also **Indikator-Befindlichkeiten** - erkennen und
3. diese durch Selbsterkundungsfragen dann gemäß Ihren Antworten in Handlungskonsequenzen münden lassen und einen Monat lang weiterfragen, weiterspüren und neu handeln



PUSHER ⇒ **Durchsetzungsfähigkeit**

Jahresanfang. Keine Vorsätze, die am 3. Januar zusammenkrachen, sondern systematisch eine neue, freiere Persönlichkeit aufbauen! Wir fangen mit der Kompetenz „PUSHER“ an.

Wie der Name schon vermuten lässt, geht es PUSHER um Durchsetzung, ums Zupacken, ums Handeln, um das zielgerichtete Wollen und um Mut.

1. Visionsfragen

- Was will ich in meinem Leben (gewesen) sein?
- Was kann ich in diesem Monat tun, um dorthin zu gelangen?
- Wie sehen einzelne Schritte aus?

2. Selbsterkundungsfragen zu den Warnsignalen: Wut und Ärger

Immer wenn wir uns ärgern oder die Wut kriegen, wurde unser Wille, der es gerne anders gehabt hätte, frustriert. Deshalb folgende Fragen:

- Worüber ärgere ich mich immer wieder?
- Zu welchem Mut-Akt müsste ich mich aufschwingen, um diese Situationen wirkungsvoll in neue Bahnen zu lenken? Konkret: zu welchen Handlungskonsequenzen rufen sie mich auf?

3. Handle!

Und jetzt einen ganzen Monat lang die gefundenen Handlungskonsequenzen umsetzen.

Zum Beispiel: Sei in irgendeiner Hinsicht mutiger als gewohnt.

Anders agieren und sich dadurch neu fühlen!

Weil der Ärger alles ärger macht,

lohnt es sich die psycho-energetische Dynamik, die sich hinter PUSHER verbirgt, tiefer zu verstehen. Sie wollen das? Und Sie wollen sich mehr lieben? Gehen Sie mit Ute Lauterbach und ihrem neusten Buch **Wer sich liebt, umarmt die Welt** auf Entdeckungsreise und bergen Sie noch mehr und leichter die Schätze in Ihrer Seele. Lesen Sie mehr zu dieser Kompetenz ab Seite 38. Werden Sie leidenschaftlicher Regisseur und begeisterte Drehbuchautorin Ihres Glücks! Beantworten Sie die Monatsfragen und finden Sie immer wieder neu heraus:

- ⇒ Wie sieht es in mir wirklich aus?
- ⇒ Was brauche ich mehr als alles andere?

