

## Wer ist die Frau hinter der Maske?

**Wie du in 4 Schritten deinen wahren Wesenskern entdeckst und dir dein Leben zurück holen kannst**

**Expertinnengespräch mit Mag. Irene Fellner, MBA**



Kennst du das?

Immer lächeln, freundlich und gut aufgelegt sein, immer hilfsbereit und für andere da sein.... den Erwartungen der Eltern, Partner, Kinder, KollegInnen und Chefs entsprechen... Studieren, arbeiten und leben was und wie andere es von dir erwarten ...

Viele Jahre leben wir unser Leben wie ferngesteuert. Fremd bestimmt und beeinflusst von den Menschen, Geschehnissen und Erwartungen unseres Umfeldes.

Aber was ist mit dir? Ist das wirklich DEIN Leben? Bist das wirklich DU oder trägst du eine Maske die sich im Laufe der Jahre zu einer solchen Selbstverständlichkeit entwickelt hat und du selber nicht mehr weißt wer du wirklich bist, was du eigentlich möchtest und welches Leben dir tatsächlich entsprechen würde. Du merkst nur wie unglücklich du bist!

An diesem Nachmittag werden wir gemeinsam entdecken:

- Wie es kommt, dass wir im Laufe unsers Lebens hinter einer Maske verschwinden
- Welche Auswirkungen das auf unser Leben hat
- Was geschieht, wenn wir diese Maske ablegen (müssen)
- Welche Chancen uns ein Leben ohne Maske bietet
- Mit welchen 4 Schritten wir zu uns unser Leben zurück holen können
- Welche zentralen Aufgaben auf dem Weg warten

### **Zur Person:**

Mag. Irene Fellner, MBA ist Gründerin von Soul Sisters – Zentrum für Frauen in der Lebensmitte, seitdem Geschäftsführung, Seminarleiterin und Trainerin für Persönlichkeitsentwicklung, Coach, Lebens- und Sozialberaterin, Forschungsarbeit und Vortragstätigkeit zu Frauen- und Veränderungsthematiken,  
Kontakt: [www.soulsisters.at](http://www.soulsisters.at), [office@soulsisters.at](mailto:office@soulsisters.at)