



# Vortrag:

## Durch Sinnfindung zur Lebensfreude!

Finde deinen Sinn- Die geheime  
Zutat für ein erfülltes Leben!

In diesem Vortrag wirst du impulsgebende Einblicke über die Wirkung der Sinnfindung auf ein erfülltes und motiviertes Leben erhalten. In hektischen Zeiten, in denen Orientierung oft verloren geht, bietet dieser Vortrag eine Möglichkeit, Halt zu finden, die eigene Motivation nicht zu verlieren und trotz schwierigen Zeiten der Gestalter des Lebens zu bleiben!

Viktor Frankl, der Begründer der Logotherapie und Existenzanalyse, betonte die Bedeutung des Findens von Sinn in jeder Situation. Durch die Umsetzung von Werten im Leben kannst du wahre Zufriedenheit erreichen und deiner Arbeit ein "Wozu" geben. Dies wiederum stärkt deine Motivation sowie deine Gesundheit und führt zu einem sinnerfüllten Leben.

Die Logotherapie weist darauf hin, dass jeder Mensch die Freiheit hat, selbst auf Herausforderungen zu reagieren und somit Gestalter seines Lebens zu sein. Du bist also nicht Opfer deiner Situation; du hast die Macht, dein Leben in Freiheit und Verantwortung zu formen.

Nutze diesen Vortrag als Chance zur Selbstreflexion und zur Stärkung der eigenen Persönlichkeit. Sei dabei und entdecke die Kraft des Sinns für ein erfülltes Leben!

Die positiven Auswirkungen auf dich sind vielfältig:

- Entdecke persönliche Werte und Ziele für mehr Klarheit im Alltag.
- Lerne Techniken kennen, um herausfordernde Situationen besser zu bewältigen.
  - Finde heraus, was dich antreibt – für mehr Begeisterung bei der Arbeit!
- Verstehe den Zusammenhang zwischen Sinnhaftigkeit und körperlicher Gesundheit.
- Erkenne deine Freiheit zur Gestaltung deines Lebens – du bist kein Opfer deiner Umstände!

REFERENT Christian Singer | Dipl. psychologischer Berater, zert. Resilienztrainer,  
Motivationscoach, WKO-Experte für Stressmanagement und Burnoutprophylaxe, seid 20  
Jahren Unternehmer und Familienvater von drei Kindern

WANN Mittwoch | 20. 2. 2025 | 19:30 Uhr  
WO Schützengarten | Schützengartenstraße 8 | 6890 Lustenau  
EINTRITT 10 Euro, Abendkasse  
ANMELDUNG [office@christian-singer.coach](mailto:office@christian-singer.coach) oder 0664 235 24 68