



„Ich bin der Meinung, dass Glück etwas ist, wofür man sich entscheidet.“

Kelly Weekers



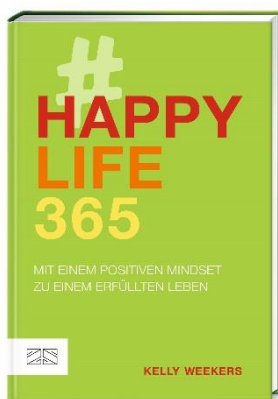
Kelly Weekers – die Psychologin, Life-Coach, Model und Influencerin, Bestseller-Autorin, Moderatorin und Unternehmerin aus den Niederlanden hat bereits tausenden Menschen geholfen, ihr Mindset komplett umzukrempeln und ein glücklicheres, erfüllteres Leben ohne Ängste, Sorgen und Stress zu führen. Und das 365 Tage, ein Leben lang.

Sie wollen von jedem gemocht werden? Sie möchten, dass immer alles nach Ihrem Plan geht? Unmöglich! Und dann sind wir schnell frustriert, wissen nicht wie wir mit der Situation umgehen sollen, vermeiden es, eine Lösung zu finden, sind ärgerlich – auf uns selbst und auf andere. Wir verlieren die Motivation, ignorieren die Probleme. Wie kommen wir aus dieser Denkweise heraus? Wie wird es uns egal, was andere denken? Wie lernen wir, auch in schwierigen Situationen stark zu bleiben? *Mit dem richtigen Mindset!*

In *#Happy Life 365* lehrt Kelly Weekers wie Sie einfach loslassen können, worauf Sie keinen Einfluss haben, damit Sie sich auf das konzentrieren können, was Ihnen wirklich wichtig ist. "Glück ist eine Wahl und ich stelle sicher, dass Sie die Kontrolle übernehmen", sagt Kelly.

So zeigt die Psychologin anhand einfacher Schritte, wie entscheidend Ihre Denkweise für Ihr tägliches Glück ist. Sie erklärt zuerst wie menschliche Denkprozesse ablaufen, hilft dem Leser seinen Status Quo zu ermitteln, räumt uns zurückhaltende Denkweisen aus dem Weg und zeigt dann den richtigen Weg zu einem glücklichen Mindset.

Nüchtern und mit Humor erzählt Kelly, wie Sie selbst Glück schaffen, indem Sie loslassen, wo Sie keine Kontrolle haben, und wo immer möglich die Kontrolle übernehmen: „*Egal ob du glücklicher oder erfolgreicher werden willst, hör auf damit zu denken, dass jeder an dich glauben muss. Das müssen sie überhaupt nicht. Es ist deine Aufgabe, an dich zu glauben! Such deshalb nicht länger, so wie ich damals, die Lösung im Außen, denn dort wirst du sie nicht finden. Die Lösung liegt letztlich in dir, in deiner Denkweise.*“



Kelly Weekers
Happy Life 365
Mit einem positiven Mindset zu einem erfüllten Leben
176 Seiten
16,99 € (D) 17,50 € (A)
ISBN 978-3-96584-011-9
Erscheinungstermin: 6. März 2020



Kelly Weekers ist 1989 in den Niederlanden geboren, studierte Klinische Psychologie und Gesundheitspsychologie an der Universität Utrecht und arbeitet derzeit als Life & Business Coach. Neben ihrem Studium war sie als Model tätig und wurde 2011 Miss Netherland. Seit 2016 teilt sie bei RTL Niederlanden ihre Expertise als Psychologin und Business Coach. In ihrer eigenen Firma KELLYWEEKERS.COM hat sie bereits Tausende von Menschen zu einem erfolgreicherem und glücklicherem Leben geführt.