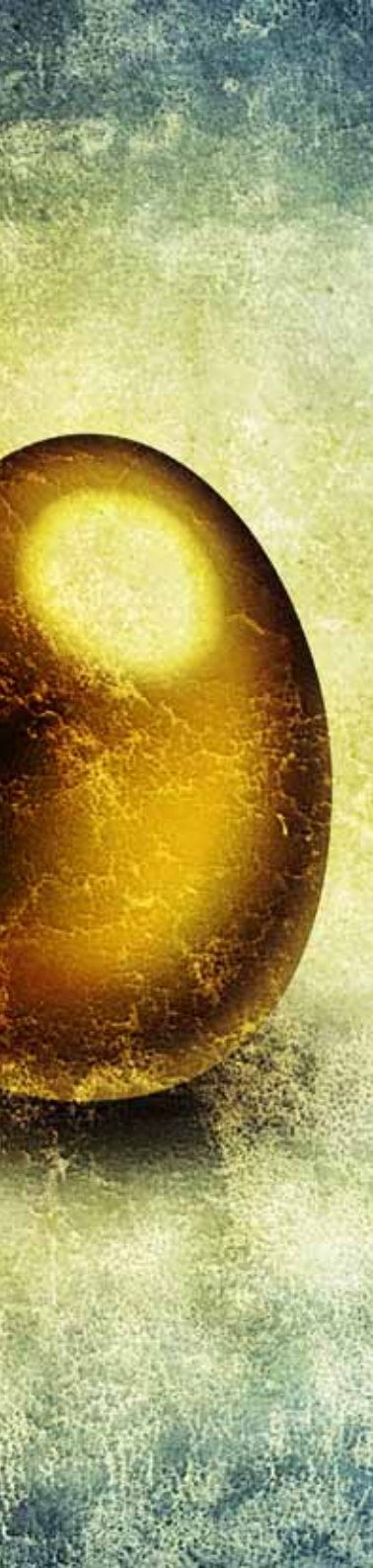


LIFE 2 ME<sup>®</sup>







Life2Me® ist unser Lösungsweg für eines der letzten großen Probleme von Menschen: Wie meistere ich Krisen?

Life2Me meint wörtlich:  
„Das Leben ist für mich da.“

Life2Me® ist eine Kombination aus neuartigen Übungen auf unserer Webseite, einem Basis-Baustein in Form eines individuellen Booklets und zusätzlichen Services, die nach persönlichem Bedarf ergänzt werden können.

Life2Me® ist ein Angebot für jeden Menschen ab 17 Jahre.

Life2Me® nutzt eine starke Symbolik. Das ‚Goldene Ei‘ steht für Lebenskraft, Kreativität und den individuell einzigartigen Menschen.

Life2Me® ist ein wissenschaftlich und lebenspraktisch begründetes Programm zur ‚Selbstaufklärung‘ ohne Fremdbeeinflussung. Das Angebot gab es bisher einzig in Form von Krisenpräventionscoachings, die in unseren Räumen in Augsburg stattfanden. Mehr als 200 dieser Arbeitsprozesse wurden in den vergangenen Jahren durchgeführt. Nun steht es in einem Format zur Verfügung, mit dem Reisen zu uns entfallen.

Life2Me® ist ein Angebot, das auf einem klaren Menschenbild ruht: Jeder Mensch sucht nach Sinn im Leben und jeder Mensch hat ein Recht auf ein gelingendes Leben.

Life2Me® ist kein Seminar, kein Training, kein Newsletter, kein Ratgeber. Man muss dafür nicht studiert haben oder Mitglied einer Glaubensgemeinschaft sein. Eines jedoch ist zwingend: Sie müssen sich wirklich kennenlernen wollen.

Life2Me® verhindert nicht, dass es in Ihrem Leben zu Umbrüchen und Krisen kommt. Aber es leistet einen wirkungsvollen Beitrag dafür, dass Sie sich in einer solchen Situation nicht verlieren.

Mit Life2Me® behalten Sie Ihre aktive ‚Autorschaft‘ – auch in einer Krise.

Die Wirkung von Life2Me® geht über Sie hinaus. Denn wenn Sie spüren, dass Sie sicherer, gelassener und aufgeklärter in Ihr gelingendes Leben steuern können, dann merkt auch Ihr Umfeld diesen positiven Zustand.

Selbstaufklärung meint in Life2Me®, so viel über sich selbst zu erfahren, dass man sich stets als Urheber der eigenen Handlungen verstehen kann. Mit Ihren Erkenntnissen aus Life2Me® werden Sie auch in Krisen selbstverantwortlich begründen können, warum Sie so und nicht anders gehandelt haben. Sie entwickeln oder erhalten Ihre Stärke, in Freiheit und Verantwortlichkeit ein für Sie gelingendes Leben zu leben.

In Life2Me® können Sie die Zeiten für die einzelnen Arbeitsschritte selbstständig einplanen.

Wenn Menschen in eine Krise geraten, dann meinen sie häufig, ihre Persönlichkeit hätte diese Situation verursacht oder das Ereignis sei ein klarer Hinweis dafür, dass das eigene Leben falsch oder ‚schuldig‘ geführt worden sei. Das durch Life2Me® aufgebaute Wissen hilft, sich von solchen Selbstwertminderungen zu befreien.

Life2Me® ist entstanden aus der Wahrnehmung des Phänomens, dass Menschen durch den Einfluss einer Krise psychisch zusammenbrechen und in einer Weise leiden, wie es angesichts heutiger Möglichkeiten der Prävention nicht mehr erforderlich ist.

Life2Me® wird vielfach auch von Paaren genutzt, die die Verschiedenheit ihres Umgangs mit starken Belastungen erfahren wollen.

Life2Me® wurde entwickelt von Dr. Ralph Schlieper-Damrich, Leiter der Augsburger Praxis für sinnzentrierte Psychotherapie und Experte in der Unterstützung von Menschen in Existenzkrisen.

Life2Me® beachtet sowohl die unterschiedlichen Lebensphasen eines Menschen und die in diesen Phasen zu erwartenden Umbrüche als auch die Wirkung völlig unerwarteter Erschütterungen.

Life2Me® ist fair kalkuliert. Die Basis ist das persönliche Krisen-Booklet. Je nach persönlichen Wünschen und je nach Lebensphase können ergänzende Services in Anspruch genommen werden.

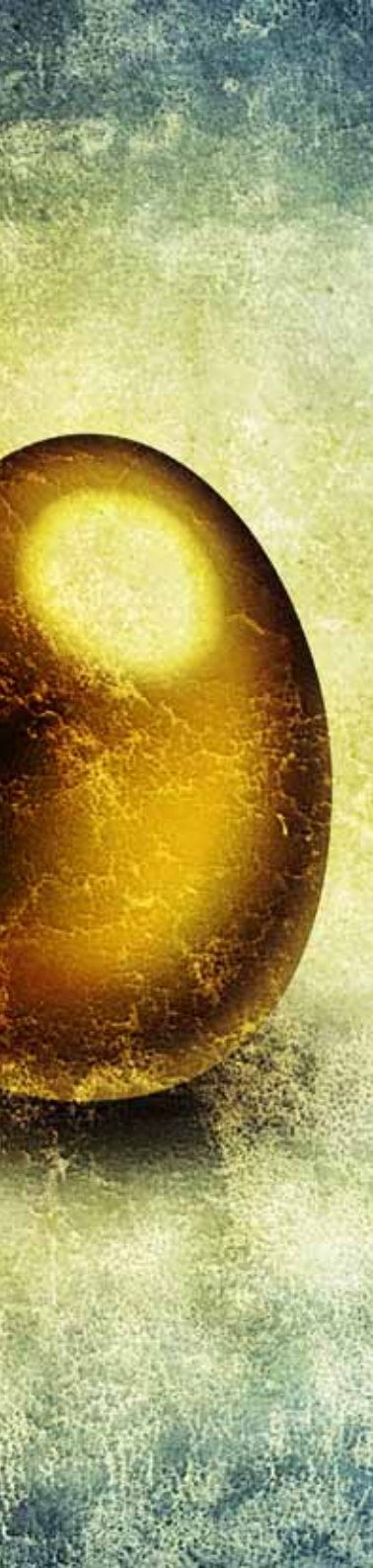
Life2Me® trägt dazu bei, dass ein Mensch trotz einer gegebenen Extremsituation in der Lage bleibt, die sich ereignenden Vorgänge sinnvoll zu interpretieren. Er erhält sich so ein Sichtfeld aufrecht, durch das für ihn die Geschehnisse handhabbar bleiben.

Die mit Life2Me® gewonnenen Erkenntnisse reduzieren individuellen Stress. Die Fähigkeit wird entwickelt, auch massive Störungen durchzuhalten. Persönliche Wertungen und Haltungen, die dem Leben Sinn stiften, werden durch die Ereignisse nicht zerstört.

Life2Me® freut sich über Ihr Feedback. Krisen, die besser als gedacht gemeistert werden, sind unser Ziel.







Life2Me® vermittelt Wissen. Über Sinn und über Werte. Über die Psyche, über Selbststeuerung und über die Möglichkeiten, sich nicht alles von sich selbst gefallen lassen zu müssen. Das ist spannend – trotz des heiklen Themas.

Life2Me® unterstützt in der Lebensführung. Nicht belehrend, nicht bevormundend, nicht flach. Keine 1000 Seiten voller Rezepte, für die Menschen die Zutaten fehlen. Sondern erwachsen, anwendbar und auf das Wesentliche bezogen.

Im Konzept Life2Me® stecken auch Erfahrungen aus mehreren Hundert persönlich begleiteten Krisenbewältigungsprozessen – die leider ohne eine entsprechende Prävention ausgehalten werden mussten. Und natürlich ebenso Erkenntnisse aus eigenen Krisen.

Life2Me® ist nicht hilfreich, wenn Sie sich derzeit akut in einer Krise befinden. Unser Konzept dient der Prävention und der Persönlichkeitsentwicklung.

Life2Me® integriert eine Analyse Ihrer Krisenkompetenz, Ihre Selbsteinschätzung in Bezug auf mögliche zukünftige Krisenereignisse, Ihre emotionale Erstreaktion bei unterschiedlichen Krisen, Ihre Lebensphase und Ihre persönlichen Schutzfaktoren in einem ganzheitlichen Konzept.

„Menschen reifen dadurch, dass sie Krisen erleben.“ Sätze wie diese, lehnen wir kategorisch ab. Wir halten es für unmenschlich, Reifung von Krisen abhängig zu machen. Im Gegenteil: Wir kennen Menschen, die als reife Persönlichkeit auftreten, in ihrem Leben jedoch nach eigenem Bekunden keine Krisen erlebt haben. Und wir kennen Menschen, bei denen wir nach ihren Krisen einen anderen Reifegrad erwartet hätten. Persönliche Reifung gelingt durch Prävention. Sie ermöglicht Souveränität im ernstesten Lebensereignis. Life2Me® – unser Angebot für Ihre Prävention.

Life2Me® ist von Menschen gedacht und gemacht. Sie können also auch mit uns sprechen. Und uns besuchen. Aber bitte vereinbaren Sie zuvor einen Termin.

Life2Me® hat insbesondere einem Mann viel zu verdanken. Dem Wiener Psychologen und Menschenfreund Viktor E. Frankl. Durch ihn wissen wir, dass der Mensch das Wesen ist, das stets nach Sinn strebt. Ein einfacher Satz und doch für viele Menschen nicht selbstverständlich.

Die Altersspanne der Personen, die bisher mit Life2Me® gearbeitet haben, liegt zwischen 19 und 81 Jahren.

Life2Me® suggeriert nicht, dass Sie in künftigen Krisen keine Trauer, Wut oder auch Angst fühlen werden. Das wäre ohnehin absurd. Aber Sie werden einen anderen Umgang mit Emotionen pflegen können. Sie werden handlungsfähiger bleiben. Sie werden auch Kosten sparen können, materielle wie auch die Kosten ansonsten verloren gegangener Lebensfreude.

**Life2Me® - Sie können noch heute beginnen. Herzlich Willkommen.**



Das Leben selbst ist es, das dem Menschen Fragen stellt.  
Er hat nicht zu fragen, er ist vielmehr  
der vom Leben her Befragte, der dem Leben  
zu antworten – das Leben zu ver-antworten hat.

Viktor E. Frankl

