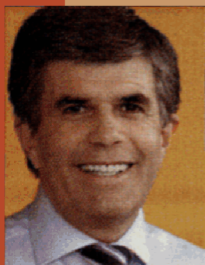


# LEBEN

## EXPERTEN-TIPP

### Verstand und Gefühl in Einklang bringen

Wettbewerbsdruck verursacht Dauerstress. Die Auswirkungen sind Konflikte mit Mitmenschen, gesundheitliche und wirtschaftliche



**Günter  
Spies-  
berger,  
Manage-  
mentcoach**

Schäden. Grundvoraussetzung, um all dem zu entgehen, ist ein stabiler mentaler Zustand. Die Basis dafür ist das Bewusstsein, dass wir Menschen in zwei Welten leben: der inneren mit ihren Gefühlen, Erinnerungen und Emotionen und der äußeren, diktiert durch Verstand und Logik. Jeder Einzelne von uns lebt ständig im Konflikt mit diesen beiden Welten. Die Potenziale liegen in den inneren Wahrnehmungen, den Intuitionen, den positiven Bildern. Das Erkennen dieser Kräfte des Unterbewusstseins und das Nützen zu seinem Vorteil sind Schlüssel zum Erfolg.