

# Ein Kompass für das Leben

Mit „Zeig der Welt, wer du wirklich bist“ weist Persönlichkeitstrainerin Gabriele Wimpler den Weg zu mehr Selbstwert und Authentizität.

**Leopoldskron, Gnigl.** Schon mit ihrem ersten Buch „Weil ich alles sein kann, was ich will“ landete Gabriele Wimpler einen vollen Erfolg. „Es war ein intensiver Prozess und ein lang gehegter Wunsch“, sagt die aus dem Lungau stammende 51-Jährige. „Zeig der Welt, wer du wirklich bist“ ist der Titel ihres neuen Werkes: „All meine persönlichen Erfahrungen samt Schicksalsschlägen und Herausforderungen fließen in meine Arbeit ein. Ich hatte immer die Jetzt-erst-recht-Philosophie in mir und kam immer wieder an meine Belastungsgrenze. Eines habe ich jedoch nie verloren: Den Glauben an das Gute, die positive Einstellung und meine mentale Stärke. Alles macht Sinn. Nichts passiert umsonst. Die größte Schule ist das Leben selbst.“

Seit 25 Jahren ist Gabriele Wimpler hauptberufliche Persönlichkeitstrainerin, seit 2017

selbstständig. Vor drei Jahren verkaufte sie ihr Haus im Lungau und zog in die Stadt Salzburg nach Leopoldskron. „Das war eine meiner wichtigsten und besten Entscheidungen“, sagt sie. Denn ihre Arbeit führe sie häufig nach Deutschland und auch vom Kundennetzwerk gebe es hier nur Vorteile. Einzelcoachings führt sie via Zoom oder live in der Gemeinschaftspraxis „Soulgarden“ in der Aglassingerstraße durch.

## „Wir müssen raus aus der Opferrolle!“

Als Business- und Mentaltrainerin weiß sie, was in Unternehmen oft falschläuft. Da liegt die Frage nahe: Was macht eine gute Führungskraft aus? „Das größte Talent einer guten Führungskraft ist, das Beste aus dem Mitarbeiter herauszuholen. Läuft es umgekehrt, ist man in einer Fehler-



Gabriele Wimpler ist diplomierte Mental- und Businessstrainerin, Rednerin, Coach und Autorin. Sie zählt zu den angesehensten Persönlichkeitstrainerinnen im deutschsprachigen Raum. Sie ermutigt Menschen, ihr Bestes zu geben und an sich zu glauben.

kultur. Am Ende geht es immer wieder um den Selbstwert jedes Einzelnen.“ Der Selbstwert ist auch das zentrale Thema ihres neuen Buches. Mangle es an diesem, führe das zu Angst, Scham, Unsicherheit, Überheblichkeit, Ohnmacht, Neid, Eifersucht und Konkurrenzdenken, weiß Gabriele Wimpler. Auch im Verkauf gehe es um Selbstwert. „Wenn jemand nicht von sich selbst überzeugt ist, kann er nicht gut verkaufen. Erfolgreich bin ich dann, wenn ich an Erfolg glaube. Die innere Haltung ist entscheidend.“

Dabei kommt der Wertschätzung große Bedeutung zu: „Jeder will Wertschätzung erfahren. Die zentrale Wertschätzung beginnt aber bei sich selbst. Das hängt auch damit zusammen, sich ge-

sunde Grenzen zu setzen. Es wird mit dir gemacht, was du mit dir machen lässt. Stopp sagen ist unbedingt notwendig.“

In ihren Büchern gibt sie auch Tipps zur Steigerung des Selbstwertes: „Man ist nicht nur liebenswert, wenn man etwas leistet. Ich bin wertvoll, ich bin einzigartig. Diese Dinge gilt es zu verinnerlichen, man kann sie sich erarbeiten. Jeder Elternteil will, dass aus seinem Kind etwas wird. Aber: Wir kommen schon wertvoll auf die Welt und es geht darum, unsere Talente weiter auszubauen. Gedanken erzeugen Gefühle. Was wir gedanklich ausschicken, ziehen wir wie ein Magnet ins Leben. Wir müssen raus aus der Opferrolle, wir sind Schöpfer.“ **Hannes Perner**

## Zum Buch

Gabriele Wimpler zeigt in ihrem neuen Buch „Zeig der Welt, wer du wirklich bist. Steh zu deiner Persönlichkeit und stärke deinen Selbstwert“ Schritt für Schritt auf, wie man mit alten Mustern brechen und zu einem authentischen, erfolgreichen Leben finden kann – mit



Schnelltests und Fragebögen zur Reflexion sowie leicht umsetzbaren Übungen zur Stärkung des Selbstwertes.

Das Buch ist am 4. September 2022 im Goldegg Verlag erschienen und im gut sortierten Fachhandel erhältlich.

**SDS**  
Soziale Dienste Salzburg

WIR SUCHEN MITARBEITER\* INNEN

WERDEN SIE EIN TEIL DER SDS GRUPPE: den PROFIS in der MOBILEN PFLEGE & BETREUUNG.

**BEWERBEN SIE SICH JETZT!**

Ambulante Dienste Salzburg	<a href="http://www.ambulante-dienste.at">www.ambulante-dienste.at</a>
Erwachsenenhilfe	<a href="http://www.erwachsenenhilfe.at">www.erwachsenenhilfe.at</a>
Hauskrankenpflege Salzburg-Stadt	<a href="http://www.hauskrankenpflege-salzburg.at">www.hauskrankenpflege-salzburg.at</a>
Krankenhilfe	<a href="http://www.krankenhilfe.org">www.krankenhilfe.org</a>
Volkshilfe Salzburg	<a href="http://www.volkshilfe-salzburg.at">www.volkshilfe-salzburg.at</a>

[www.soziale.dienste.org](http://www.soziale.dienste.org)