**Buchempfehlung**

**Oktober 2022**

**Einfach mal so tun,**

**als ob das Leben einfach wäre: Wie sich dein Leben verbessert, wenn du endlich mal entspannst Taschenbuch –**

 ISBN-13 ‏ : ‎ 978-3747401262

Ständig entlarven wir unsere Fehler selbst und machen uns vor lauter Selbstzweifel jede Menge unnötigen Stress. Dabei liegt das Glück nur ein paar kleine Täuschungsmanöver entfernt. Denn manchmal reicht ein bisschen Schönfärberei, um Probleme loszuwerden. Bestsellerautorin Hanna Dietz zeigt, wie viel gelassener das Leben wird, wenn wir über unsere Unsicherheiten hinwegtäuschen oder nur so tun, als hätten wir alles voll im Griff. Mit der nötigen Prise Humor führt sie durch das Dickicht der selbstgebauten Stolperfallen und zeigt, wie wir lernen können öfters einfach nur so zu tun, als ob das Leben einfach ist, denn dann kann es zur Realität werden