

Pressemitteilung

Neuerscheinung: Mit Selbstbewusstsein durchs Leben – Nadja van Uelft veröffentlicht erfrischenden Ratgeber für mehr Souveränität und innere Stärke

Titel: *Standfest. Selbstsicher. Souverän. – Das Leben leichter wuppen*

Autorin: Nadja van Uelft

Erschienen: Frühjahr 2025

Köln, Juni 2025 – Ein Leben mit mehr Leichtigkeit, Klarheit und Selbstvertrauen? Genau das verspricht das neue Buch der erfahrenen Coachin, Trainerin und Speakerin Nadja van Uelft – und hält es auch. „*Standfest. Selbstsicher. Souverän.*“ ist kein trockener Ratgeber, sondern ein energiegeladener Motivations-Booster mit einem klaren Ziel: Menschen wirksam ins Handeln zu bringen.

Mit ihrem bewährten Mix aus fundiertem Know-how, echten Geschichten aus dem Leben und sofort umsetzbaren Übungen zeigt Nadja van Uelft, wie jeder Mensch Schritt für Schritt zu mehr Selbstsicherheit, innerer Stärke und souveränem Auftreten findet – beruflich wie privat. „Selbstbewusstsein ist kein Zufall. Es ist trainierbar – und dieses Buch ist Ihr persönlicher Coach“, so die Autorin.

Das Besondere: Locker, nahbar und inspirierend geschrieben, bietet „*Standfest. Selbstsicher. Souverän.*“ eine kraftvolle Mischung aus Klartext, Ermutigung und konkreter Praxis. Ideal für alle, die sich weiterentwickeln wollen, ohne sich zu verbiegen – ob im Management, im Team oder im Alltag.

Ein Buch für alle, die das Leben aktiv gestalten wollen – mit klarer Haltung und echtem Selbstvertrauen.

Zur Autorin:

Nadja van Uelft begleitet seit 2002 Menschen auf dem Weg zu mehr Wirkung, Präsenz und Klarheit. Als Coach, Trainerin und gefragte Speakerin steht sie für ein modernes, alltagstaugliches Verständnis von Selbstbewusstsein und persönlichem Wachstum.

.....

Pressekontakt:

Nadja van Uelft

E-Mail: vanuelft@nadja-van-uelft.de

Tel: 0177 4170341

Website: www.nadja-van-uelft.de

Pressebilder & Infos: <https://www.nadja-van-uelft.de/index.php/publikationen>