



Tanja Köhler

**Das Jahr, als ich anfang, Dudelsack zu spielen**

Eine Anleitung zur Veränderung in der Mitte des Lebens

230 Seiten, gebunden

€ 20,00 (D), € 20,60 (A)

ISBN 978-3-86774-552-9

erscheint am 01. Mai 2016

E-Book: 978-3-86774-553-6

**Tanja Köhler und ihr »Dudelsack-Impuls« – Mut zur Veränderung in der Lebensmitte**

Vieles erlebt, alles erreicht? Und nun? Kommt da noch was, was das Leben besonders lebenswert macht? Die Frage steht besonders für die »Babyboomer«-Generation der jetzt etwa 50-Jährigen deutlich im Raum.

Auch die 48-jährige Tanja Köhler, eine erfolgreiche Unternehmensberaterin aus dem Schwäbischen, hatte lange Zeit keine Antwort. Bis zu diesem einen Urlaubstag in Schottland. »Ich schaute diesen Stein an und hatte das Gefühl, dass ich zu einer anderen Zeit schon mal hier gewesen bin ... Und ich hörte einen Dudelsack. Mehr nicht.«

Mehr brauchte es auch nicht. Dieser »Dudelsack-Impuls« aus dem Jahr 2014 setzte eine bis heute andauernde Entwicklung in Gang, die Tanja Köhler in ihrem Buch analysiert. Beim Dudelsackspielen alleine ist es nicht geblieben. Der »Dudelsack-Impuls« setzte neue Energie frei, half Ziele neu zu definieren und ganz allgemein noch einmal neue Lebensfreude zu empfinden.

In ihrem Buch »Das Jahr, als ich anfang, Dudelsack zu spielen« teilt Tanja Köhler ihre Erfahrungen, macht Mut, gibt Inspiration und Anleitung zum erfolgreichen Ausprobieren von Lebensveränderungen, so verrückt diese auf den ersten Blick auch anmuten mögen: »Still crazy after all these years«.

»Trau Dich einfach« steht unausgesprochen hinter jeder Zeile dieses Buches, das nicht nur Ratgeber, sondern vielmehr unterhaltsames Plädoyer für mehr Beweglichkeit im Leben ist. Tanja Köhler weist die Richtung: Stolpersteine aus dem Weg räumen, Muster durchbrechen, sich Ziele setzen und anschließend die eigenen Wünsche verwirklichen. Und sie lebt es selbst vor: »Dudelsack zu spielen steht für die Freiheit, jederzeit das tun zu können, was ich möchte. Und es auch zu tun.«

**Über die Autorin:** Tanja Köhler ist Diplom-Psychologin und Kauffrau sowie Unternehmensberaterin. Die Preisträgerin des HR Excellence Award 2013 und des Internationalen Deutschen Trainingspreises in Bronze 2012 begleitet Unternehmen, Führungskräfte und Privatpersonen in Veränderungsprozessen. Mit begeisternden Keynotes berührt sie ihr Publikum und bewegt es dazu, Verantwortung für sich selbst und für andere zu übernehmen.

**Pressekontakt**

Dr. Luise Ritter | Schopenstehl 15 | 20095 Hamburg  
Tel: 040 398083 24 | E-Mail: [ritter@murmann-publishers.de](mailto:ritter@murmann-publishers.de)