



www.sinnweiser.de

Ansprechpartner:

Robert Deiss (Geschäftsführer)

Tel.: +49 176 – 307 368 20

business@sinnweiser.de

www.sinnweiser.de



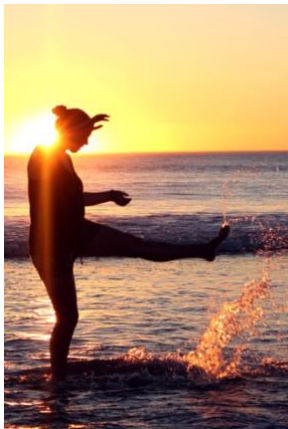


INHALT

| | |
|---|---|
| TRÄUMST DU NOCH ODER SCHEITERST DU SCHON? | 3 |
| KERA RACHEL COOK | 5 |

TRÄUMST DU NOCH ODER SCHEITERST DU SCHON?

– Warum scheitern zu einer erfolgreichen Entwicklung dazugehört –



Und? Heute schon gescheitert? Und? Stolz darauf? Wohl eher nicht. In Deutschland wird einfach nicht gescheitert, weder in der Arbeitswelt noch in der Schule oder der Ausbildung. Man hat schließlich einen Ruf zu verlieren.

Dabei ist Scheitern essenziell für eine gelungene persönliche Entwicklung und eine erfolgreiche Ausbildung. Scheitern ist nichts anderes als ein Hinweis vom Leben, dass man sich auf dem falschen Weg befindet. Nur, wer scheitert, wird dazu veranlasst, sein ganzes Potenzial zu entfalten und seine Kreativität zu nutzen.

Lückenlose Lebensläufe und geradlinige Karrierewege waren gestern. Wer wirklich etwas im Leben erreichen will, muss sich trauen, Neuland zu erkunden und den Karren immer wieder so richtig ordentlich an die Wand zu fahren.

Anhand meiner Expertise und Erfahrungen in Sachen Scheitern unterstütze ich junge Menschen in meinem Vortrag und Workshop dabei, ein neues Verständnis vom Scheitern zu entwickeln:

- Die Teilnehmenden erkennen, was wirklich hinter der Angst vorm Scheitern steckt.
- Sie wissen, warum es sich lohnt, Eigenverantwortung zu übernehmen und sein Leben, seine Ausbildung und seinen Werdegang aktiv zu gestalten.
- Sie verstehen, dass Scheitern nicht mehr ist als eine Frage des Blickwinkels und warum eine 5 in Mathe kein Weltuntergang ist, sondern eine Chance, sich weiterzuentwickeln.
- Sie lernen, die Vorteile und Möglichkeiten in Augenblicken des Scheiterns wahrzunehmen.
- Sie bekommen inspirierende Denkanstöße und Werkzeuge vermittelt, die sie auf ihre eigenen Erfahrungen übertragen können.

Dank anschaulicher Beispiele und konkreter Denkanstöße wird den Teilnehmenden ein vollkommen neuer Blick auf das Thema Scheitern eröffnet, der ihnen dabei hilft, mit persönlichen oder schulischen Rückschlägen besser umzugehen und trotz Fehlschlägen ein gesundes Selbstwertgefühl zu wahren.



WAS DU SONST NOCH WISSEN MUSST

- Sinnweiserin: Kera Rachel Cook
- Formate: Impuls-Vortrag / Workshop

IMPULS-VORTRAG

- Zeitlicher Rahmen: 90 min + 30 min Nachlauf
- Teilnehmende: **Schüler:innen (ab Klasse 7)**
- Anzahl: 1-3 Klassenstufen
- **Optional:** Die Teilnehmenden erhalten im Anschluss an den Vortrag ein **hochwertiges Workbook**, in dem sie angeleitet werden, die Vortragsinhalte in ihrem Leben umzusetzen.

WORKSHOP

- Zeitlicher Rahmen: 240 min
- Teilnehmende: **Studierende, Auszubildende, Trainees**
- Anzahl: 8-20 Teilnehmende
- Die Teilnehmenden erhalten im Anschluss an den Workshop ein **hochwertiges Workbook**, in dem sie angeleitet werden, die Workshopinhalte in ihrem Leben umzusetzen.



KERA RACHEL COOK

"Alles, was du zu tun hast, ist, dich jeden Tag ein kleines bisschen besser zu fühlen." – Lola Jones



Ihre Erlebnisse als international arbeitendes Model und ihre damit einhergehenden Erfahrungen mit einer langjährigen, erfolgreich überwundenen Essstörung haben Kera aufmerksam werden lassen auf das Ungleichgewicht unserer Gesellschaft, in welcher der Wert eines Menschen über Leistung, Erfolge und Prestige ausgemacht wird. Seit Mitte 2015 hat sie bereits über 400 Vorträge und Workshops an Bildungseinrichtungen in Baden-Württemberg, Bayern und NRW zu Themen wie Essstörungen, Körperbewusstsein und dem Einfluss der Medien auf das Selbstwertgefühl gehalten.

Innere Ruhe findet sie neben Ihrer Arbeit unter anderem in der Natur, bei der Meditation, im Yoga und im christlichen Glauben, zu dem sie sich durch ihre Taufe im Erwachsenenalter bekannt hat.

VITA

Sinnweiser, Gründerin (2021)
MA Literatur- und Kulturtheorie, Eberhard Karls Universität Tübingen (2017)
choose now, Gründerin (2017)
choose GbR, Gründerin (2016)
BA Allgemeine Rhetorik und internationale Literaturen, Eberhard Karls Universität Tübingen (2013)
Schauspielausbildung, zwei Semester, Freie Schauspielschule Hamburg (2008-2009)

QUALIFIKATIONEN

Ernährungsberatung S-Lizenz, IST – Studieninstitut (2015)
Entspannungstrainer – Kursleiterlizenz Autogenes Training, IST – Studieninstitut (2015)
Fitnessstraining B-Lizenz, IST – Studieninstitut (2014)
Moderation, Präsentation, Interviewführung, Eberhard Karls Universität Tübingen (2013)



PRESSE (AUSWAHL)

ARD Buffet
KIKA – Kinderkanal
Kirchenfernsehen
Markus Lanz
Nachtcafé („Der Preis der Schönheit“)
Sat.1 Frühstücksfernsehen
Spiegel
Spiegel.online
Stern
Stuttgarter Zeitung
SWR1 Leute
SWR Landesschau Baden-Württemberg
WDR Lokalzeit Bergisches Land
WDR Lokalzeit OWL
ZDF tivi

PUBLIKATIONEN

„Mama, Papa & Knöpfchen – Zwei Schwangere reden mehr als eine(r)“, BOD (2020)
„Lieblingskörper: Wohlfühlich statt Wunschgewicht“, BoD (2019)
„Hässliches Entlein war gestern – Meine Essstörung, meine Geschichte“, KDP (2017)
„Vom Mädchen zum Model – Faszination *Germany's Next Topmodel*“, KDP (2017)

AUSZEICHNUNGEN

„Hässliches Entlein war gestern“, **Nr. 1 Bestseller Amazon**
„Hässliches Entlein war gestern“, Nominierung: **Amazon Kindle Storyteller X Award** 2017 (Deutscher Selfpublishing Award)

VIDEOS (AUSWAHL)

[Kirchenfernsehen](#)
[SWR Nachtcafé](#)
[SWR Landesschau](#)

