

Wenn du vergessen hast wer du wirklich bist... ist das für dich!

7 Fragen zur Selbstverbindung

by Oscar Gantlik



Ein sanfter Weg, wieder in
Verbindung mit dir selbst zu kommen.



Willkommen

Ich bin Oscar, Coach für Selbstverbindung.

Allerdings bin ich kein Coach, der dir sagt, wie du sein sollst oder dir eine fertige Lösung liefert. Außerdem musst du dich hier nicht beweisen oder Prüfungen ablegen.

Ich bin jemand, der selbst lange nicht wusste, wer er wirklich ist. Jemand der sein Leben lang durch die Gegend gelaufen ist und sich immer wieder angepasst hat nur um zu funktionieren und die Bedürfnisse anderer zu stillen.

Heute begleite ich Menschen, die sich innerlich verloren haben, Menschen die ihre eigene Werte verdrängen und ihre Lebenslust verloren haben.

Dazu möchte ich vorab sagen: Ich vertrete stets meine Werte. Du kannst dir sicher sein das ich immer höflich bin trotzdem radikal Ehrlich bleibe.

Wenn du hier bist um dein Problem sofort zu lösen, dann muss ich dich enttäuschen... Es gibt keine Wunderpille die dir deine Probleme löst. Nur wenn du wirklich mit Herzen dabei bist und an dir arbeitest, wirst du die Person die du immer sein wolltest.

Ich bin hier um dich zu unterstützen. Ich begleite dich auf dem Weg zu dir selbst!

DAS GARANTIER ICH DIR!

@riserity.de



Oscar



TAG 1

Wann habe ich mich das letzte Mal echt gespürt?

Selbstverbindung beginnt da, wo du aufhörst, zu funktionieren.



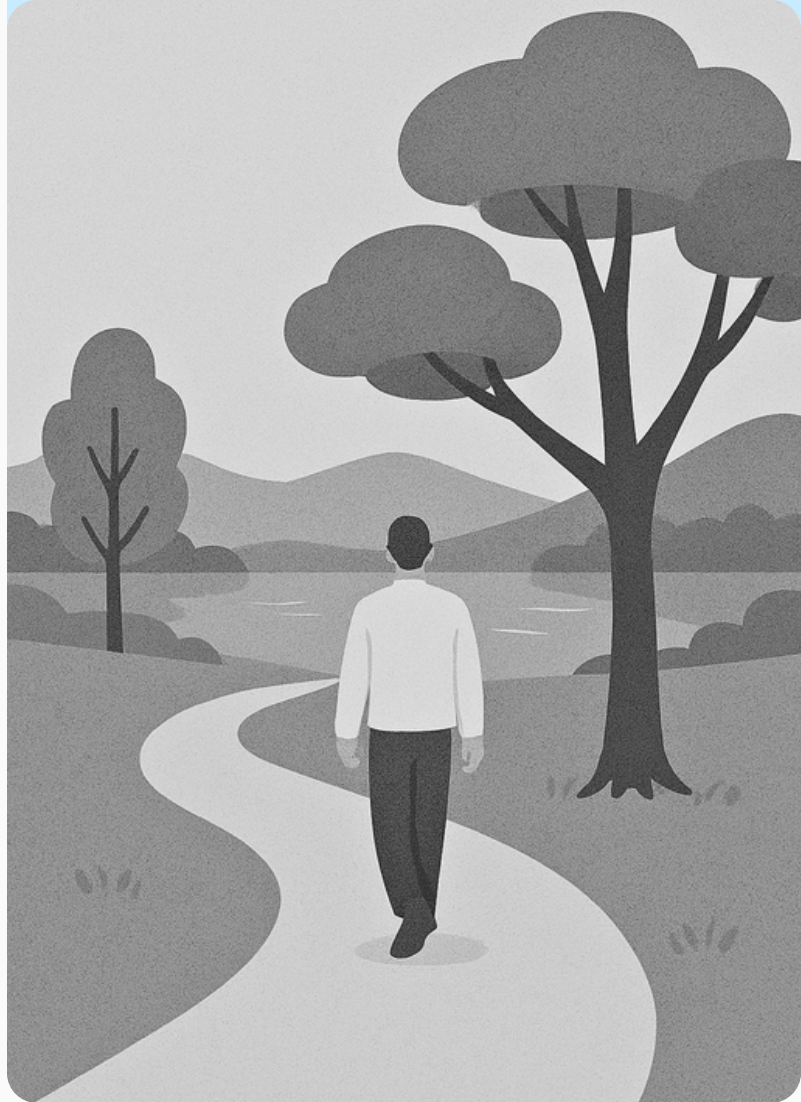
TAG 2

Was versuche ich gerade in mir zu vermeiden?

Nicht alles, was weh tut, ist falsch. Vielleicht will es gesehen werden.

Wenn du dich selbst nicht mehr spürst

Du hast gerade zwei Fragen beantwortet, die tiefer gehen als die meisten Gespräche da draußen.



Vielleicht spürst du etwas:

- Unruhe,
- Klarheit,
- Wehmut,
- Hoffnung.

Egal was es ist:

Du musst es nicht mit dir selbst ausmachen.

Ich lade dich ein zu einem Gespräch, in dem du einfach da sein darfst.

Kein Optimierungsdruck. Kein Ziel. Kein „Mach dies, dann wirst du...“.

Sondern ein Raum, in dem du dich selbst hören kannst. Vielleicht ist das der erste echte Schritt zurück zu dir.

TERMIN JETZT BUCHEN

www.riserity.de/termin



TAG 3

Welche Wahrheit über mich habe ich zu lange verdrängt?

Deine Wahrheit macht dich nicht einsam – sie macht dich frei.

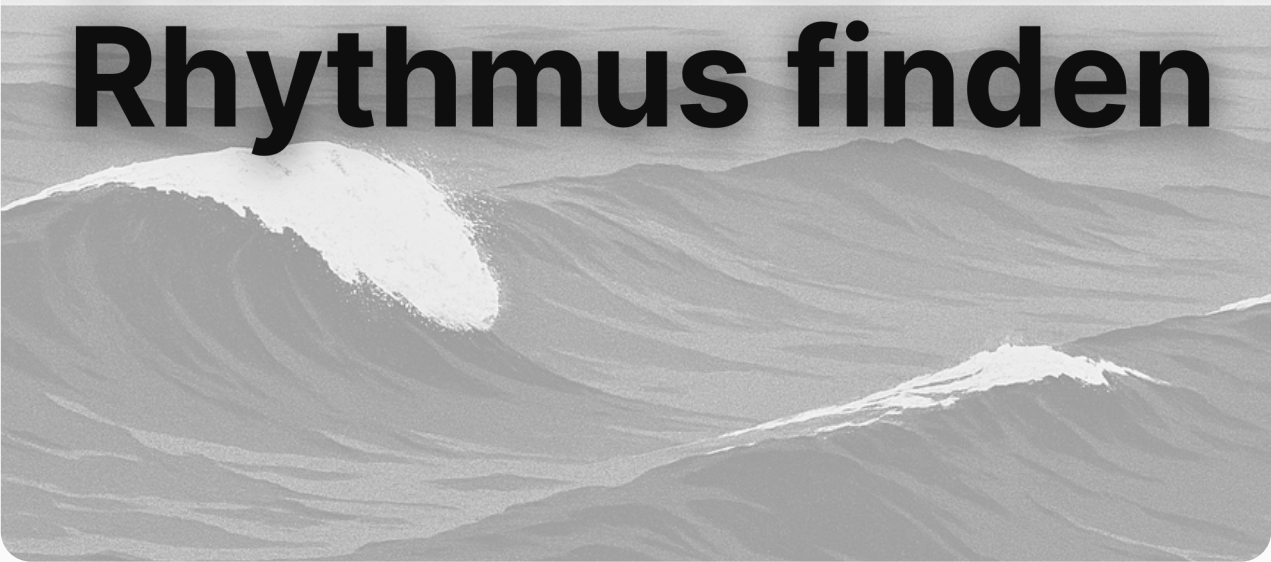


TAG 4

Wo habe ich mich zu oft angepasst – und warum?

Liebe ohne Selbstverlust ist möglich – dennoch nur, wenn du bleibst.

Zurück in deinen Rhythmus finden



Ich weiß, wie es sich anfühlt, sich selbst zu verlieren.
Nicht in einem großen Drama, sondern leise, über Jahre hinweg.

Ich habe mich nicht mit Methoden zurückgekämpft,
sondern durch das Wiedererkennen meiner Werte.

Deshalb arbeite ich als Coach nicht mit
Westentaschenweißheiten, sondern als jemand, der diesen
Weg kennt und ihn bestritten hat.

Wenn du jemanden suchst, der dich wirklich sieht und dich
zurück auf deinen Weg begleiten soll, dann buch dir jetzt
einen Termin bei mir.

TERMIN JETZT BUCHEN

www.riserity.de/termin



TAG 5

Was würde ich tun, wenn ich mich selbst achten würde?

Selbstachtung ist nicht laut – sie ist konsequent.



TAG 6

Welche alte Geschichte erzähle ich mir noch über mich?

Manchmal ist nicht dein Leben das Problem – sondern dein Narrativ.



TAG 7

Wer bin ich, wenn ich niemandem gefallen muss?

Freiheit beginnt da, wo du du bist – nicht da, wo alle klatschen.

ALS BONUS FÜR DICH!

„7 Erinnerungen an dich selbst“ Karten zum Ausdrucken



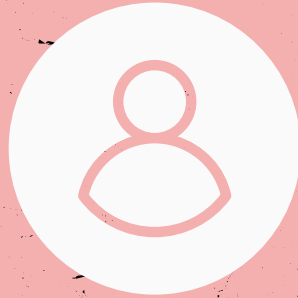
**Du musst heute
niemandem gefallen.**
Nicht mal dir selbst.



**Auch wenn du nichts
schaffst... du bist
nicht weniger wert.**

ALS BONUS FÜR DICH!

„7 Erinnerungen an dich selbst“ Karten zum Ausdrucken



**Es ist okay, nicht zu
wissen, wer du bist.**
*Du musst dich nicht
definieren.*



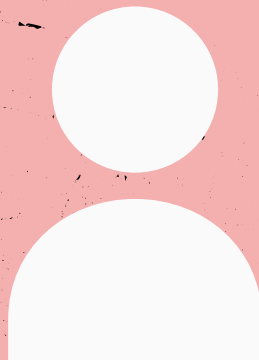
Du darfst müde sein.
*Und trotzdem
weiterleben.*

ALS BONUS FÜR DICH!

„7 Erinnerungen an dich selbst“ Karten zum Ausdrucken



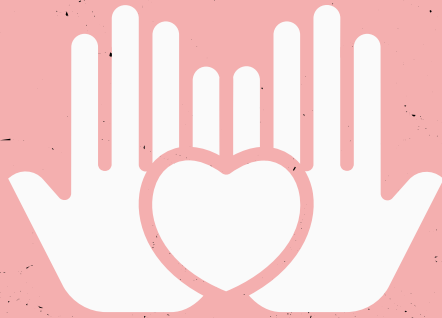
Wenn's eng wird:
Atmen. *Nicht*
analysieren.



Du bist kein Projekt.
Du bist ein Mensch.

ALS BONUS FÜR DICH!

„7 Erinnerungen an dich selbst“ Karten zum Ausdrucken



**Nur weil du dich
gerade nicht spürst,
*heißt das nicht, dass
du weg bist.***

Wenn du merkst, dass dich diese Fragen bewegen...
dann ist jetzt vielleicht der Moment, dir selbst mehr
Raum zu geben.

Ich biete dir ein ehrliches Gespräch an.
60 Minuten. Kein Druck. Kein Coaching-Blabla.

Nur du. Und das, was wirklich da ist.

TERMIN JETZT BUCHEN

www.riserity.de/termin

Wenn du's ernst meinst, buch dir jetzt deinen Raum

Kein Vorgespräch. Kein Smalltalk.

**Einfach eine Stunde. Für dich. Für das,
was gerade in dir tobt, leise schreit oder
schon fast aufgegeben hat.**

**60 Minuten. 49€. Keine Spielchen. Kein
Coaching-Gesülze.**

**Nur echte Präsenz, klare Worte und ein
Raum, in dem du nicht leisten musst.**



Was dich erwartet:

- ✓ Klarheit darüber, wo du innerlich gerade wirklich stehst
- ✓ Impulse, die dich nicht pushen – sondern heimholen
- ✓ Ein Gespräch, das nicht bewertet, sondern dich sieht
- ✓ Ein ehrlicher Blick auf das, was dich ausbremst
- ✓ Ein erster Schritt raus aus dem alten Zustand und rein in Verbindung

Wenn du das Gefühl hast:

„Ich will mir selbst wieder näherkommen, aber ich schaff das nicht allein“,
dann ist das hier dein Moment.

Nicht, um dich zu optimieren, sondern um dich ehrlich zu treffen.

60 MINUTEN BUCHEN FÜR NUR 49 €

www.riserity.de/termin

Urheberrechte

Urheberrechte © 2025 | Oscar Gawlik - Riserity

Alle Inhalte, Texte, Bilder und Grafiken in diesem Dokument unterliegen dem Urheberrecht und dürfen ohne ausdrückliche schriftliche Zustimmung nicht kopiert, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Riserity steht für eine stille Tiefe, die schützt, nicht ausnutzt und deshalb auch deine und unsere Arbeit achtet. Danke für deinen respektvollen Umgang.





Vielen Dank!

Oscar Gandik

SELBSTVERBINDUNGSCOACH

*Buch dir gerne eine
Session mit mir auf*



Impressum:
www.riserity.de/impressum

Datenschutz:
www.riserity.de/datenschutz

Erstgespräch buchen auf:
www.riserity.de/termin