



Chief Happiness Angel

Janin Stötzner



KEYNOTE SPEAKERIN
& GASTREDNERIN

Resilienz & Glück

Happinesscoach
Persönlichkeitscoach
Achtsamkeitstrainerin

www.janinstoetznern.com



Meine Mission als
Happiness Chief Angel:
Werde glücklich!



DIE WAHRE STÄRKE
LIEGT IM MUT
IMMER WIEDER
AUFZUSTEHEN

01	Wer ist Janin	04
02	Zahlen & Fakten	06
03	Nutzen für Veranstalter & Teilnehmer	08
04	Vortrag 1: Mehr Gelassenheit	12
05	Vortrag 2: Achtsamkeit & Optimismus	14
06	Vortrag 3: Drama-Queen	16
07	Klonk: Treuer Begleiter & Dramawächter	18
08	Privat	20
09	Vita	22
10	Presse: Stimmen & Veröffentlichungen	26



01. Wer ist Janin?

ÜBERBLICK

Berufung Happinesscoach
Persönlichkeitscoach
Achtsamkeitstrainerin

Fachgebiete Resilienz, Veränderung,
Achtsamkeit, Glück,
positive Psychologie

Sprachen deutsch

Janin Stötzner, Happiness- und Persönlichkeitscoach, zeigt eindrucksvoll, dass wahre Stärke im Mut liegt, immer wieder aufzustehen. Nach ihrem Abschluss in Kommunikationsdesign arbeitete sie erfolgreich als Fotografin und Bildredakteurin, bevor sie sich neuen Herausforderungen stellte. Ihre wahre Berufung fand die Keynote Speakerin als Happiness Coach, Achtsamkeitstrainerin und Weisheitslehrerin. Janin Stötzner lehrt Meditation, das Schulfach GLÜCK und bereitet Retreats vor. Ihr Ansatz betont, dass Wachstum durch schwierige Situationen erfolgt und jedes Drama eine Chance zur Selbstentdeckung birgt. Sie inspiriert Menschen, ihr Leben aus einer höheren Perspektive zu betrachten und ihre Dramen als Schlüssel zur Selbsterkenntnis und als Weg zum individuellen Glück zu nutzen.

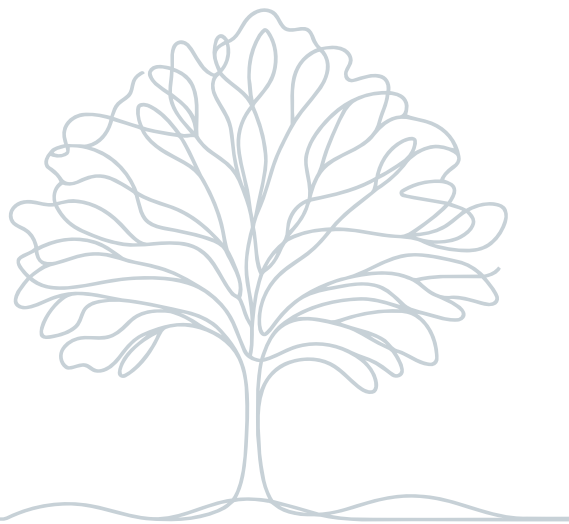


Der Herr der Bühnen, Hermann Scherer, sagt zu Janin Stötzner:

*“Bühne kannst du.
Und zwar richtig,
richtig, richtig gut.
Ich finde dich
großartig!”*



02. Lachen & Fateten



WÖCHENTLICH

1.260 Minuten im
Wald

19 Spaziergänge
in der Natur



Lachen

7 bis 9 mal

TÄGLICH

65.000 Gedanken,
davon

positive
Gedanken
64.998



TÄGLICH

45 Minuten

Meditation



03. Der Nutzen

für Veranstalter & Teilnehmer

Nach Janin Stötzners Vorträgen nehmen die Zuhörer ihr Leben leichter und erkennen, dass alles, was ihnen begegnet, ein Schlüssel zur Selbsterkenntnis und damit ein Weg ins individuelle Glück ist. Sie möchte, dass jeder versteht, dass Dramen nur entstehen, um etwas Wichtiges

zu sagen, und dass jede schwierige Situation gelöst werden will. Mit ihrer Erfahrung und ihrem Wissen unterstützt sie andere dabei, ihre eigene Lebensphilosophie zu entwickeln und zu verankern. In ihren Vorträgen geht es um mehr als nur um die Themen

Resilienz, Achtsamkeit, Glück und Potenzialentfaltung. Wie du dein inneres Glück findest, deine Stärken einsetzt und deine Kraft entfesselst. All das sind entscheidende Faktoren für ein zufriedenes Leben in Freiheit – sei es im Beruf oder privat.

“Auf unterhaltsame und charmante Art motiviere ich dich dazu, über deinen Tellerrand zu blicken, deine Komfortzone zu verlassen und dich neuen Herausforderungen zu stellen. Es erwartet dich ein Feuerwerk an Gefühlen, Inspirationen und Aha-Erlebnissen.”



Die Vorträge

“ Werde glücklich,
ich zeige dir den Weg.

...

Lass mich Dich dazu inspirieren,
Dein Leben als Wegweiser zum
individuellen Glück zu erkennen.

...

Schöpfe aus der Fülle Deines
wunderbaren Potenzials und komme
in Deine Leichtigkeit.”



04 Vortrag 1

Mehr Gelassenheit

Glücklich im Job

In ihrem inspirierenden Vortrag „Mehr Gelassenheit: Glücklich im Job“ zeigt Janin Stötzner, wie man trotz beruflicher Herausforderungen innere Ruhe und Zufriedenheit findet. Als erfahrener Persönlichkeitscoach teilt Janin Stötzner ihre persönlichen Erfahrungen und praxiserprobten Strategien, die zu mehr Gelassenheit und Freude im Berufsleben führen.

Der Vortrag beleuchtet die Kunst der Resilienz und wie man Rückschläge meistert und gestärkt daraus hervorgeht. Außerdem vermittelt die Keynote Speakerin Techniken der Achtsamkeit, um Stress abzubauen und im Arbeitsalltag präsent zu bleiben. Mit Methoden zur Förderung eines positiven Mindsets zeigt sie, wie man Optimismus und Lebensfreude auch in stressigen Zeiten bewahren kann.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der Selbstreflexion und dem persönlichen Wachstum durch die Beobachtung und das Lernen aus Herausforderungen.

Janin Stötzner betont dabei immer wieder, dass wahre Gelassenheit und Glück im Job nicht von äußeren Umständen abhängen, sondern von der inneren Haltung und den eigenen Werten. Mit ihrer lebendigen und authentischen Art vermittelt sie praktische Tipps und Übungen, die sofort im Alltag umgesetzt werden können.

Dieser Vortrag ist ideal für Unternehmen und Einzelpersonen, die nach Wegen suchen, ihre Arbeitskultur zu verbessern, Burnout vorzubeugen und eine positive, produktive Arbeitsumgebung zu schaffen.

VORTAGSINHALTE

Innere Ruhe finden

Mehr Gelassenheit im Berufsleben

Die Kunst der Resilienz

Rückschläge meistern



“Innere Stärke und geistige Flexibilität entscheidend für persönlichen und beruflichen Erfolg.”



05 Vortrag 2

Achtsamkeit & Optimismus

Das A & O der Veränderung

In einer Welt, die sich ständig wandelt und uns täglich vor neue Herausforderungen stellt, sind innere Stärke und geistige Flexibilität entscheidend für persönlichen und beruflichen Erfolg. Janin Stötzner, renommierte Persönlichkeitscoach, spricht in ihrem inspirierenden Vortrag über das transformative Potenzial von Achtsamkeit und Optimismus.

Janin Stötzner erläutert die Grundlagen und praktischen Techniken zur Integration von Achtsamkeit in den Alltag. Sie zeigt auf, wie Achtsamkeit hilft, Stress zu reduzieren und

den Fokus zu schärfen. Im nächsten Abschnitt widmet sie sich dem Optimismus als Motor der Veränderung. Hier erklärt sie die Bedeutung von Optimismus in verschiedenen Lebensbereichen und gibt Strategien an die Hand, um eine optimistische Grundhaltung zu fördern. Die Keynote Speakerin verdeutlicht, wie Optimismus bei der Überwindung von Hindernissen und der Erreichung von Zielen eine zentrale Rolle spielt.

Dieser Vortrag richtet sich an alle, die ihr Leben aktiv und positiv gestalten möchten, egal

ob Führungskräfte, Mitarbeiter, Selbstständige oder Privatpersonen. Future Star Janin Stötzner zeigt praxisnah und inspirierend, wie Achtsamkeit und Optimismus als Schlüssel zur persönlichen Weiterentwicklung und Veränderung dienen können. Tauchen Sie ein in die Welt der Achtsamkeit und des Optimismus und entdecken Sie, wie diese beiden Prinzipien Ihr Leben bereichern und nachhaltig verändern können.

Lassen Sie sich von Janin Stötzner auf eine Reise der Selbstentdeckung und des positiven Wandels mitnehmen!

VORTAGSINHALTE

Innere Stärke

Flexibilität

Achtsamkeit

Optimismus



“Wir alle haben es selbst in der Hand, glücklich zu sein.”



06 Vortrag 3

Die Drama-Queen.
Jedem Drama wohnt ein Zauber inne

VORTAGSINHALTE

Persönliches Wachstum

Transformation

Emotionale Intensität

Kreative Energie entfalten



“Wenn wir schon denken,
dann lieber positiv!”



In ihrem inspirierenden Vortrag „Die Drama-Queen: Jedem Drama wohnt ein Zauber inne“ enthüllt Janin Stötzner, renommierte Persönlichkeitscoach, die verborgene Kraft hinter dramatischen Momenten. Sie zeigt, wie emotionale Intensität als Katalysator für persönliches Wachstum und Transformation dienen kann.

Die Keynote Speakerin beginnt mit einer Analyse des Begriffs „Drama-Queen“ und beleuchtet die positiven Aspekte dramatischer Verhaltensweisen. Sie erklärt, wie dramatische Erlebnisse tief verborgene Stärken und Wünsche ans Licht bringen und uns helfen können, kreative Energie zu entfalten.

Der Vortrag bietet praktische Strategien, um emotionale Intensität konstruktiv zu nutzen.

Janin Stötzner teilt Techniken, wie man Drama in Beziehungen und im Berufsleben positiv kanalisieren kann, um tiefere Verbindungen und innovatives Denken zu fördern. Abschließend betont die Keynote Speakerin die Bedeutung von Selbstakzeptanz und Authentizität. Sie ermutigt die Teilnehmer, ihre dramatischen Seiten zu umarmen und diese als Ausdruck eines individuellen und ungenutzten Potenzials zu sehen.

Dieser Vortrag richtet sich an alle, die ihre emotionale Intelligenz stärken und das Drama in ihrem Leben als Quelle von Kreativität und persönlichem Wachstum nutzen möchten. Lassen Sie sich von Janin Stötzner auf eine magische Reise mitnehmen und entdecken Sie den Zauber, der in jedem Drama steckt!



O7 Vita

Happiness- und Persönlichkeitscoach Janin Stötzner ...

... zeigt mit ihrem Lebensweg eindrucksvoll, dass wahre Stärke im Mut liegt, immer wieder aufzustehen. Durch Leichtigkeit, Optimismus und Lebensfreude hat sie zahlreiche Herausforderungen gemeistert und hilft nun anderen, dasselbe zu tun.

Ihre berufliche Laufbahn begann Janin Stötzner mit einem abgeschlossenen Studium in Kommunikationsdesign im Jahr 2001. Ihre Arbeit als Fotografin und Bildredakteurin für renommierte Publikationen wie Focus und Manager Magazin zeugt von ihrer Fähigkeit, schnell eine Verbindung zu Menschen aufzubauen. Trotz des Erfolgs erfüllte sie diese Tätigkeit nicht dauerhaft. Nach sieben Jahren in einer Festanstellung als Foto- und Bewegtbildredakteurin entschied sich die Keynote Speakerin, neue Wege zu gehen.

Eine sechswöchige Reise durch das Altaigebirge im Rahmen ihres Studiums markierte den Anfang ihrer Abenteuerlust. Später lebte sie fast ein Jahr in Tel Aviv, um dort eine Foto- und Filmproduktionsfirma aufzubauen. Trotz intensiver Kontakte vor Ort musste sie ihren Plan wegen der politischen Unruhen aufgeben.

Janin Stötzner hat sich immer wieder neuen beruflichen Herausforderungen gestellt.

Die Corona-Pandemie stellte Janin Stötzners Leben auf den Kopf, da alle Veranstaltungen abgesagt wurden. In dieser Zeit fand sie ihre neue Berufung als Happiness Coach, Achtsamkeitstrainerin und Persönlichkeitscoach.

Sie praktiziert und unterrichtet Meditation und hat das Schulfach GLÜCK erlernt, um es in Schulen zu unterrichten.

Janin Stötzners wildes Leben ist geprägt von intensiven Erfahrungen, sowohl schmerzhaften als auch bereichernden. Kurz vor ihrer Hochzeit erfuhr sie, dass ihr Verlobter seit zehn Jahren HIV-positiv war – eine Wahrheit, die sie von anderen erfuhr. Sie löste die Verlobung auf, und er verstarb drei Monate später. Diese Erfahrung stärkte ihre Resilienz und ihren Optimismus.

Aktuell schreibt Janin ein Buch über Leichtigkeit und Lebensfreude und bereitet Retreats in verschiedenen Orten vor, die zwischen drei bis sieben Tage dauern und sich auf mentale Gesundheit, Achtsamkeit, Resilienz und Führung konzentrieren. Sie gibt auch Online-Seminare und tritt als Weisheitslehrerin auf.



MEINE TONNEN THERORIE

Berufserfahrung

- + diplomierte Kommunikationsdesignerin
- + Bild- und Bewegtbildredakteurin
- + Projektleitung
- + Coach
- + Speakerin

Ausgewählte, zertifizierte Ausbildungen

- + Happiness-Coach
- + Achtsamkeitslehrerin
- + Coach für Persönlichkeitsentwicklung
- + Schulfach Glück
- + Yogalehrerin
- + Meditationslehrerin



Die Keynote Speakerin betont, dass auf der Couch kein Wachstum stattfindet. Wachstum erfolgt durch schwierige Situationen, die Beobachtung des eigenen Lebens und das Lernen aus Erfahrung. Sie glaubt daran, dass jedes Drama eine Chance zur Selbstentdeckung und Verbesserung birgt. Ihr Ziel ist es, Menschen zu inspirieren, ihr Leben aus einer höheren Perspektive zu betrachten, auf ihre innere Stimme zu hören und ihre Dramen als Schlüssel zur Selbsterkenntnis zu nutzen.

Nach Janin Stötzners Vorträgen sollen die Zuhörer ihr Leben leichter nehmen und erkennen, dass alles, was ihnen begegnet, ein Schlüssel zur Selbsterkenntnis und damit ein Weg ins individuelle Glück ist. Sie möchte, dass jeder versteht, dass Dramen nur entstehen, um etwas Wichtiges zu sagen, und dass jede schwierige Situation gelöst werden will. Mit ihrer Erfahrung und ihrem Wissen unterstützt sie andere dabei, ihre eigene Lebensphilosophie zu entwickeln und zu verankern.

“ Gern nehme ich dich an deine Hand und verbinde dich wieder mit den Schätzen deines Lebens, die du in dir trägst. Sie sind der Schlüssel zum individuellen, tiefen Glück und inneren Frieden. ”



Gestatten, ich bin Klonk, das Drama-Monster.

08. Klonk

Janins treuer Begleiter und Dramawächter

Als absoluter Experte erinnere ich Janin und ihre Teilnehmer an den Vorsatz, die Dramen zu erkennen und aus ihnen auszusteigen. Damit das Drama nicht wieder groß wird, sondern klein bleibt und anschließend aufgelöst wird. Denn Dramen lauern immer und überall, sind blitzschnell und hartnäckig. Vor allem können sich zu einem riesigen Durcheinander entwickeln und vielseitigen Schaden anrichten. Nur, wenn du sie schnell erkennst, vielleicht, weil du deine körperliche Reaktion auf sie wahrnimmst oder

dein Ego heute seinen großzügigen Tag hat oder, weil du es schlichtweg mit Janin „gelernt“ hast, sie aufzudecken, kannst du ihr wahres Potenzial erschließen und die Schätze daraus bergen. Allein durch meine Anwesenheit auf deiner Coach im Wohnzimmer, auf deinem Schreibtisch im Büro oder sogar im Meetingraum helfe ich dir dabei ein Bewusstsein für die überall lauenden Dramen zu schaffen und dich daran zu erinnern: „Jedem Drama wohnt ein Zauber inne.“ Klonkehrenwort!

„Dramen sind unsere Fahrkarte ins individuelle Glück.“





09. Privat

Lieblings...

essen

Sushi und Eis gehen immer

filme

Das fünfte Element und Avatar

gedicht

Stufen von Hermann Hesse



Lieblings...

beschäftigung

Mit Hund Lisa und Tochter Emilia
durch die Natur toben

roman

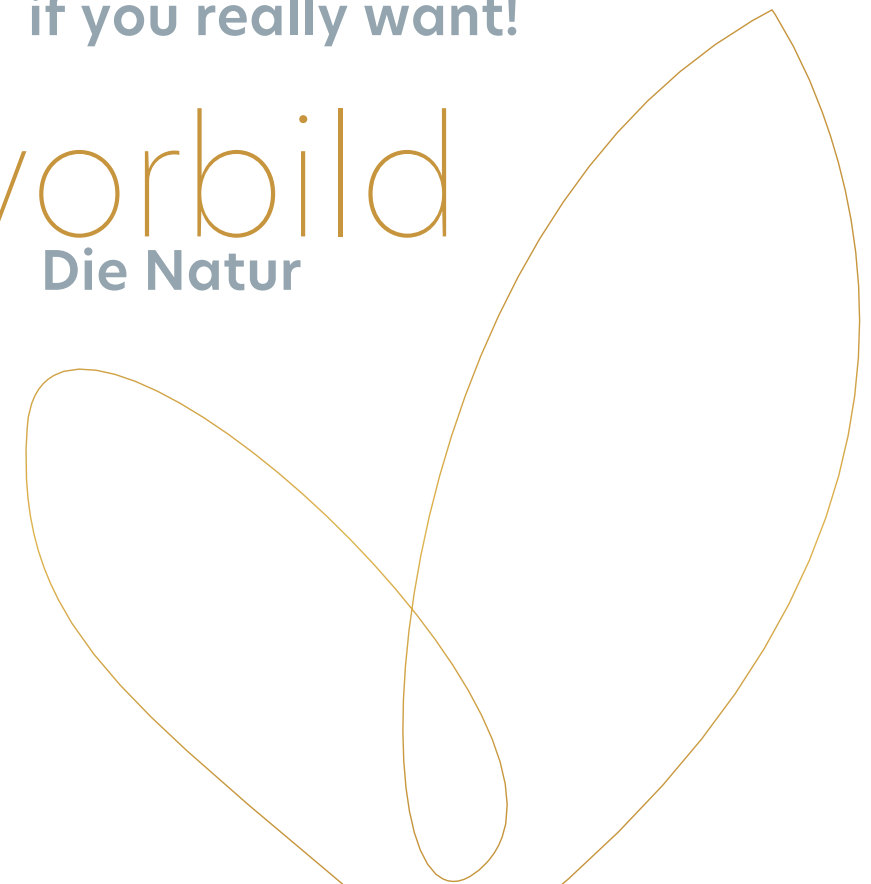
Tjaurin von Vivien Horesch

lied

You can get it,
if you really want!

vorbild

Die Natur





10. Presse



Stimmen über Janin:

„Die Gesellschaft braucht Frauen wie dich, die mit Leichtigkeit, Humor und Weisheit möglichst viel Raum einnehmen!“

Carina Rey

„Hallo liebe Janin, ein herzliches Dankeschön für die wundervolle Veranstaltung: Du hast meine Erwartung vollkommen übertroffen. Ich war absolut begeistert von deiner Wissensvermittlung, deiner professionellen und vor allem sympathischen Art. Die sehr gut aufbereiteten Inhalte haben so viel Spaß gemacht, zum Nachdenken angeregt und mir ein wundervolles Gefühl beschert, welches noch lange anhielt. Es steckte so viel Gutes drin und ich würde dich jederzeit wärmstens weiterempfehlen. Alles Gute für Deine Zukunft!“

Anna M., Rechtsanwaltskanzlei Bludex PartG mbB

Wie dich Dramen
zu deinem wahren
Glück führen.

In meinem **Sachbuch** erfährst du auf unterhaltsame Weise, wie du dich mit der Weisheit deines Lebens verbindest, um endlich ein glückliches und zufriedenes Leben voller Leichtigkeit zu führen.

Denn: Das Leben ist der größte Lehrmeister. Du hast alles in dir, um glücklich zu sein.

Dein Leben unterstützt dich jederzeit dabei. Es ist immer auf und an deiner Seite. Jederzeit. Es führt dich und will dir deine Kraft, deine Schönheit und deinen Reichtum zeigen. Daher sendet es dir Botschaften. Häufig verstehen wir sie jedoch nicht und empfinden sie als Dramen. Dann sind wir unglücklich, fühlen uns leer, verzweifelt ausgebrannt. Wir verstricken uns immer tiefer in Umstände, die uns blenden, in Dramen, die unser Leben zur Hölle machen oder uns in unserer Lebensqualität beeinträchtigen. Zurück bleibt die Sehnsucht nach einem schönen Leben, voller Liebe. Leichtigkeit und Glück. Dabei sind unsere individuellen Dramen unser Schlüssel zum individuellen, inneren Glück. Mit diesem Buch möchte ich dich in die verrückte Welt der Dramen einladen. Verrückt deshalb, weil wir einerseits erkennen werden, wie sehr sie uns von der Entfaltung unseres wahren Potenzials abhalten und andererseits, wie sie uns überhaupt erst helfen, uns unser Potenzial zu erschließen. Lass dich von diesem Buch an die Hand nehmen und die Schätze deines Lebens entdecken. Derzeit stelle ich es fertig.

Newsletter

Anmeldung über meine
Internetseite folgt



Kontaktinformationen

Janin Stötzner

Weisheitslehrerin, Speakerin, Autorin

Tel. +49 (0) 170 640 48 40

Info@janin-stoetzner.de

anfrage@janin-stoetzner.de

www.janinstoetzner.com

Im Weiherfeld 3, 61479 Glashütten

Gestaltung: www.dianasperk-design.de

Porträts: www.oanaszekely.com

Bühnenfotos: www.justinbockey.de