MACHT DER EMOTIONEN

Workshop mit dem Bestseller-Autor Manfred Rauchensteiner

WORKSHOP: MACHT DER EMOTIONEN - WAS UNS FEHLT ZU UNSEREM GLÜCK

10.11.2023 | 14:00 - 18:00 Uhr | Workshop | Campus Linz (Bauteil B) | kostenlos für Mitglieder

Sorgen, Zweifel und eine endlose Anforderungsliste an uns selbst sind in Wahrheit das Produkt des menschlichen Strebens nach Glück. Von Kindheit an werden wir dazu erzogen, unserem Kopf zu folgen und unsere "lästigen" Gefühle beiseite zu schieben. Dieser Workshop zeigt Wege zu einem bewussteren Umgang mit Emotionen und Gedanken.

Als Experte für Glaubenssätze und Denkmuster beschreibt Manfred Rauchensteiner Möglichkeiten wie du wieder Verantwortung für deine Gedanken und Empfindungen übernehmen kannst. Und mit wenig Aufwand Großartiges bewirkst.

JETZT GLEICH ANMELDEN

10. November 2023

13:30: Einlass und Registrierung
14:00: Start des Workshops
18:00: Ende des Workshops

FH OÖ Campus Linz

Bauteil B (3. OG/BRB-301)
Garnisonstraße 21
4020 Linz

Jetzt anmelden (max. 20 Plätze)

Teilnahmegebühr:
kostenlos für Mitglieder | **96 €** für Externe
(inklusive Ticket für die Parkgarage)

Beschreibung des Programms:

- Du erhältst Einblick in deine Welt der Gefühle und erfährst, wie diese in Verbindung mit deiner Befindlichkeit und Gesundheit stehen.
- Du bekommst wichtige Informationen über das Zusammenspiel von Gedanken und Körperreaktionen und lernst, diese Zusammenhänge bewusst für die Gestaltung deines Lebens einzusetzen.
- Zudem gibt es Raum für deine konkreten Fragen und Anliegen rund um die Themen „Emotionen und Glück“ im Berufsalltag.

Glückliche Gefühle sind ein Resultat unserer Aufmerksamkeit, unserer Sichtweise, unserer Konditionierungen und des bewussten Seins.

Über Manfred Rauchensteiner

Manfred ist Emotionstrainer, Glücksforscher, Wissensentwickler, Mentor der Akademie für Potenzialentfaltung (Gerald Hüther) und vortragendes Mitglied des Instituts für Europäische Glücksforschung.

Der Autor des Bestsellers ***Glücklich leben*** (2016) kennt die gängigen Denkfallen, in die wir tagtäglich tappen und die uns daran hindern, Zufriedenheit, Leichtigkeit und innere Ausgeglichenheit zu finden.

Er richtet ein selbstbewusstes Versprechen an dich: Am Ende seines vierstündigen Workshops wirst du mehr Energie haben als zu Beginn.

teilen | tweet | teilen | mitteilen | teilen

Zurück

© 2023 | Alumni Club FH OÖ
Garnisonstraße 21, 4020 Linz, Austria
Tel.: +43 5 0804 54110,
E-Mail: alumni@fh-ooe.at