

Datum: 01.03.2018, Tel. 0931.46 58 39 02, presse@rudolf-thomas.de



Guten Tag,

Mut oder Angst? Heute geht es in Fortsetzung von Mut (siehe Newsletter vom 22.02.18) um die Angst. Wir Menschen haben gegenüber anderen Lebewesen einen Riesenvorteil: Wir können versuchen, unsere Angst psychotherapeutisch zu bewältigen. Das Angebot dazu ist riesig! Egal für was und für wen wir uns entscheiden: Wer in die Erfolgsspur wechseln möchte, muss zuerst seine Ängste bewältigen. Mehr dazu lesen Sie hier!

Beste Grüße sendet Ihr



Rudolf F. Thomas
presse@rudolf-thomas.de

Angst frisst Seelen auf!

Viele Menschen werden von ihrer Angst statt vom Mut bestimmt. Sie leiden oft an Stress und weisen mehr Krankheitstage aus, als im Durchschnitt üblich. Von der Angst geleitete Menschen verhalten sich meistens so:

*Sie sind **unruhig** und oft sehr **hektisch**.*

*Sie wirken **getrieben** und leiden unter einem **Kontrollzwang**.*

*Weil Sie glauben etwas zu verpassen, glauben sie auch, sie kämen zu kurz. Daraus entwickeln sie **Neid**, **Eifersucht** und dauernde **Wut** auf andere.*

*Sie vermuten für sich **Gefahren** und erhebliche **Nachteile**.*

*Sie wirken fast immer **erschöpft** und **ausgebrannt**. Herz- und Kreislaufbeschwerden oder auch Asthma sind die Folgen.*

*Sie scheuen jedwedes **Risiko** und sind meistens **geizig**.*

*Sie sind **abhängig** von Aufmerksamkeit und gieren nach Bestätigung.*

*Sie versuchen alles, um den **Schein** des Attraktiven zu wahren.*

*Sie bewegen sich häufig auf einem dünnen Seil, wenn es um **Seriosität** geht.*

*Der Frust sitzt tief! Und so suchen sie **verzweifelt** nach Sinn und Erfüllung.*

*Sie sind anfällig für "schräge" **Ideologien** und übertriebenen **Konsum** (Alkohol, Nikotin, Arzneimittel, Drogen).*



Datum: 01.03.2018, Tel. 0931.46 58 39 02, presse@rudolf-thomas.de



SPÄTSCHICHT – ÜBERSICHT

Am Montag, 23. April, 19 bis 22 Uhr.

„Rede anders - kommuniziere anders!“

Ein kurzer knackiger Rhetorik-Workshop für alle, die den Einstieg für eine durchsetzungsstarke Redensart im Alltag wagen wollen.

Zum Querdenker-Einstieg in die **SPÄTSCHICHT** am **Montag, 7. Mai,** 19 bis 22 Uhr.

„Denke quer - kommuniziere anders!“

Mal raus aus den eingefahrenen Denkmustern und neue Gedanken tanken. Querdenken fördert die Kreativität, die Innovations- und Kommunikationsfähigkeit.

Am Montag, 16. Juli, 19 bis 22 Uhr in Würzburg:

„Konflikte meistern - kommuniziere anders“

Entlarve deine 36 Saboteure des Glücks und du wirst positiver, anders und dadurch besser kommunizieren.

Registrierung Ihrer Teilnahme per

office@rudolf-thomas.de

Der **Eintrittspreis** pro Person und pro **SPÄTSCHICHT**

beträgt 50 Euro. Tel. 0931/46 58 39 02

www.rudolf-thomas.de



Erleben Sie in der SPÄTSCHICHT den bekannten Buchautor, Kommunikations-experten und Keynote Speaker Rudolf F. Thomas (6 Sachbücher), kurz R. F. T. genannt. Er gilt allgemein als der "Erfinder des Mobbings" und als Gründer des Marketing-Magazins *acquisa*. Sein aktuelles Sachbuch "Saboteure des Glücks" (das Original) ist der umfangreichste Ratgeber zum Thema Konfliktbewältigung.



"Saboteure des Glücks" (356 Seiten) von Rudolf F. Thomas ist im tredition Verlag, Hamburg, als Hardcover, Paperback oder e-Book und im Buchhandel unter der ISBN 978-3-7345-6050-7 zu bestellen. Exemplar mit persönlicher Widmung des Autors anfordern: presse@rudolf-thomas.de

