



Glück gestalten

GLÜCK – WIE GEHT DAS?

In der Weihnachtszeit und zum Jahreswechsel sind viele Menschen unzufrieden - die Familie überfordert, der Job ist stressig, das Wetter trübt das Gemüt. Ein Zustand, den wir oftmals so hinnehmen. Dabei ist es ganz einfach, ein gelingendes und glückliches Leben zu gestalten und die Richtung wohin es gehen soll, selbst zu bestimmen.

Stefan Bartel zeigt auf, wie man in acht Schritten zu einem glücklichen Leben gelangt. Ergänzende Fragen und Übungen machen den bisherigen Standpunkt des Lebens bewusst und schaffen eine Grundlage für den Weg in eine gelingende Zukunft. Lassen Sie sich überraschen, wie positiv sich dieses Buch in kurzer Zeit auf Ihr Wohlbefinden auswirkt.

STEFAN BARTEL

lebt und arbeitet in Linz. Als systemischer Gestalt-Coach in eigener Praxis begleitet er Menschen bei ihren Veränderungsprozessen. Dabei fließen systemische Sichtweisen, Elemente der Gestaltarbeit, von systemischer Strukturarbeit oder gewaltfreier Kommunikation ein. Er leitet Seminare zu Themen wie Glück gestalten, Teamentwicklung und Kreativitätstechniken.

KONTAKT ZUM AUTOR:

Email: stefan@coaching-linz.com
Web: www.coaching-linz.com



Stefan Bartel
Glück gestalten
Acht Schritte zu einem gelingenden Leben
Format: 12 x 19 cm
Paperback, 312 Seiten,
ISBN: 978-3-99025-314-4
Preis: € 14,90

PRESSEKONTAKT & MATERIALBESTELLUNG

Freya Verlag GmbH, presse@freya.at, +43 732 781108-0

Wir bitten herzlich um Erwähnung des Titels und freuen uns sehr, wenn Sie ein Belegexemplar anfordern. Abdruck honorarfrei bei Nennung des Verlags.

