



## **Gelassenheit lernen (Haufe TaschenGuide)**



**Download**



**Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Gelassenheit lernen (Haufe TaschenGuide)

*Elke Nürnberger*

**Gelassenheit lernen (Haufe TaschenGuide)** Elke Nürnberger

 [Download Gelassenheit lernen \(Haufe TaschenGuide\) ...pdf](#)

 [Online lesen Gelassenheit lernen \(Haufe TaschenGuide\) ...pdf](#)

## Downloaden und kostenlos lesen Gelassenheit lernen (Haufe TaschenGuide) Elke Nürnberger

---

128 Seiten

Pressestimmen

[...]Diese kleinen oder größeren Widrigkeiten des Alltags sind permanente Belastungsproben für unser Nervenkostüm, denen wir kaum entfliehen können. Und noch weniger können wir sie ändern. Was wir allerdings ändern können, ist unsere Einstellung dazu. Wie das gelingt zeigt "Gelassenheit lernen" (128 Seiten, 6,90 Euro), der neue TaschenGuide aus dem Rudolf Haufe Verlag von Elke Nürnberger. Der erste Schritt: den Wahrnehmungsfilter im Kopf ausschalten. Warum passiert, was passiert oder warum jemand das tut, was er tut, dafür haben wir ganz schnell eine Erklärung parat.[...] "Gelassenheit lernen" bringt den Leser Schritt für Schritt zu mehr Gelassenheit. Der TaschenGuide bietet leicht verständlich und einfach umsetzbare Techniken, wie man in Stresssituationen einen kühlen Kopf bewahrt. Main Post Kurzbeschreibung Cool bleiben, selbstbestimmt handeln. In emotional aufgeladenen Situationen gelassen und souverän zu bleiben, ist eine Kunst, die man lernen kann. Dieser TaschenGuide zeigt Ihnen, welchen Einfluss Sie selbst auf Ihr Denken und Ihr Kommunikationsverhalten nehmen können, um sowohl im Alltag als auch in schwierigen Situationen besonnen zu bleiben. Inhalte: Wie Sie Stress-Situationen erkennen und sich bewusst darauf einstellen Wie Sie Blockaden im eigenen Denken und Fühlen überwinden Techniken für jeden Tag: Wie Sie Ihr Leben gelassener meistern Auf Aggressionen gelassen reagieren: im Konfliktfall Abstand und Zeit gewinnen Über den Autor und weitere Mitwirkende

Elke Nürnberger ist Geschäftsführerin des Beratungsunternehmens nürnberg gmbh. Sie arbeitet als Seminarleiterin, Wirtschaftsmediatorin und Coach für zahlreiche Großunternehmen und Führungskräfte. Als Fachautorin veröffentlicht sie Bücher und Beiträge zu den Themen Kommunikation, Führung und Konflikte. Download and Read Online Gelassenheit lernen (Haufe TaschenGuide) Elke Nürnberger #G7HRATCB982

Lesen Sie Gelassenheit lernen (Haufe TaschenGuide) von Elke Nürnberger für online ebook Gelassenheit lernen (Haufe TaschenGuide) von Elke Nürnberger Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Gelassenheit lernen (Haufe TaschenGuide) von Elke Nürnberger Bücher online zu lesen. Online Gelassenheit lernen (Haufe TaschenGuide) von Elke Nürnberger ebook PDF herunterladen Gelassenheit lernen (Haufe TaschenGuide) von Elke Nürnberger Doc Gelassenheit lernen (Haufe TaschenGuide) von Elke Nürnberger Mobipocket Gelassenheit lernen (Haufe TaschenGuide) von Elke Nürnberger EPub