Das wirft mich nicht um: Mit Resilienz stark durchs Leben gehen

Jutta Heller

Download Online Lesen

Das wirft mich nicht um: Mit Resilienz stark durchs Leben gehen Jutta Heller

Download Das wirft mich nicht um: Mit Resilienz stark durchs Leb ...pdf

Read Online Das wirft mich nicht um: Mit Resilienz stark durchs L ...pdf

Das wirft mich nicht um: Mit Resilienz stark durchs Leben gehen

Jutta Heller

Das wirft mich nicht um: Mit Resilienz stark durchs Leben gehen Jutta Heller

Downloaden und kostenlos lesen Das wirft mich nicht um: Mit Resilienz stark durchs Leben gehen Jutta Heller

48 Seiten

Kurzbeschreibung

Wie können wir mit Veränderungen umgehen und Krisen unbeschadet überstehen? Dem standfesten Känguru fällt das ganz leicht: Es reagiert kraftvoll und flexibel auf seine Umgebung. So hält es auch in schwierigen Situationen die Balance und findet immer einen Weg, um handlungsfähig zu bleiben. Je nach Anforderung hüpft es mit kleinen oder großen Sprüngen auf sein Ziel zu. All das hilft ihm, seine innere Stärke zu bewahren und stets problemlos mit Herausforderungen fertig zu werden. Die erfahrene Trainerin Jutta Heller erklärt anhand der Känguruqualitäten, wie man innere Widerstandskraft gewinnt und Resilienz aufbaut. Mit dem Känguru als Vorbild kann jeder seine „Stehaufkompetenz“ trainieren und stark durchs Leben gehen.

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Prof. Dr. Jutta Heller ist seit über 20 Jahren als selbstständige Trainerin, Beraterin und Coach tätig. Die Expertin für Veränderungskompetenz und Resilienz lehrte mehr als 10 Jahre insbesondere Training & Business Coaching an der Hochschule für angewandtes Management. Sie ist es seit vielen Jahren gewohnt, mit Veränderungen umzugehen – privat und beruflich. Durch ihren ressourcenorientierten Ansatz gibt sie in ihrer Arbeit Impulse zur Weiterentwicklung.

Kai Pannen ist Illustrator und Trickfilmer und lebt mit seiner Familie in Hamburg.

Download and Read Online Das wirft mich nicht um: Mit Resilienz stark durchs Leben gehen Jutta Heller #NMFBT87XU0Q

Lesen Sie Das wirft mich nicht um: Mit Resilienz stark durchs Leben gehen von Jutta Heller für online ebookDas wirft mich nicht um: Mit Resilienz stark durchs Leben gehen von Jutta Heller 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 Das wirft mich nicht um: Mit Resilienz stark durchs Leben gehen von Jutta Heller Bücher online zu lesen.Online Das wirft mich nicht um: Mit Resilienz stark durchs Leben gehen von Jutta Heller ebook PDF herunterladenDas wirft mich nicht um: Mit Resilienz stark durchs Leben gehen von Jutta Heller DocDas wirft mich nicht um: Mit Resilienz stark durchs Leben gehen von Jutta Heller MobipocketDas wirft mich nicht um: Mit Resilienz stark durchs Leben gehen von Jutta Heller EPub