

Option B

Wie wir durch Resilienz Schicksalsschläge überwinden und Freude am Leben finden

Bearbeitet von

Sheryl Sandberg, Adam Grant, Sonja Schuhmacher, Barbara Steckhan, Thomas Wollermann

1. Auflage 2017. Buch. 288 S. Hardcover

ISBN 978 3 550 08186 6

Format (B x L): 14,2 x 22,1 cm

Gewicht: 420 g

[Weitere Fachgebiete > Psychologie > Psychologie: Allgemeines > Psychologie: Sachbuch, Ratgeber](#)

schnell und portofrei erhältlich bei



Die Online-Fachbuchhandlung beck-shop.de ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	9
1 Wieder Luft holen	23
2 Werfen Sie den Elefanten aus dem Wohnzimmer	44
3 Die Platin-Regel der Freundschaft	62
4 Selbstmitgefühl und Selbstvertrauen	78
5 Der Sprung nach vorn	104
6 Rückeroberung der Lebensfreude	126
7 Resiliente Kinder	143
8 Gemeinsam sind wir stark	173
9 Lernen aus Fehlern am Arbeitsplatz	192
10 Wieder lieben und lachen	210
Gemeinsam Resilienz aufbauen	239
Danksagung	241
Bildnachweise	247
Anmerkungen	249