

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 FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung beack-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