

1. Record Nr.	UNINA9910483916003321
Autore	Däfler Martin-Niels
Titolo	Das Passwort fürs Leben heißt Humor : Die 44 Geheimnisse gelassener Menschen // von Martin-Niels Däfler
Pubbl/distr/stampa	Wiesbaden : , : Springer Fachmedien Wiesbaden : , : Imprint : Springer, , 2017
ISBN	3-658-17301-7
Edizione	[1st ed. 2017.]
Descrizione fisica	1 online resource (XXIII, 281 S.)
Disciplina	155.9042
Soggetti	Business Popular Science in Business and Management
Lingua di pubblicazione	Tedesco
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Nota di bibliografia	Includes bibliographical references.
Nota di contenuto	Eins habe ich in Mathe gelernt – geht es zu leicht, ist es falsch -- Ich hab keine Macken – das sind Special-Effects -- Dich mag ich – du hast genauso einen an der Klatsche wie ich -- Ich stehe nicht im Regen – ich dusche unter Wolken -- Ich bin nicht faul – nur hochmotiviert, nichts zu tun -- Lächle – Du kannst sie nicht alle töten -- Mach dich lässig! .
Sommario/riassunto	Mit vielen Praxisbeispielen und klar strukturiert beschreibt Däfler, was gelassene Menschen anders machen. Er begibt sich auf die Suche nach den Geheimnissen gelassener Menschen. In ICEs, Fitnessstudios und Restaurants sieht er sich ebenso um wie in der Literatur. Nach und nach offenbaren sich ihm 44 Geheimnisse, die er schließlich zusammenfasst, ordnet und in diesem Buch vorlegt. So unverkrampft und witzig, gleichzeitig jedoch auch fundiert, hat noch niemand über Gelassenheit geschrieben. Als erfahrener Trainer, Redner und Coach ist Däfler deutschlandweit gefragter Experte bei den Themen Stressabbau, Resilienz und Burn-out-Prophylaxe. Zahlreiche Bücher, Interviews und Vorträge haben ihn zu einem der bekanntesten Fachleute in diesem Genre gemacht. Der Autor Professor Dr. Martin-Niels Däfler hilft Stress zu reduzieren, gelassen zu werden und entspannt Karriere zu machen. In Vorträgen, Seminaren und Coachings gibt er sein Wissen weiter. Er lehrt an der FOM Hochschule in Frankfurt am Main im Fachbereich Kommunikation.

