

1. Record Nr.	UNINA9910483960103321
Autore	Breier Silvia
Titolo	Die Krisen-Strategien der Banker : Lebenskrisen bewältigen – mit Know-how aus Finanzwelt und Psychologie // von Silvia Breier
Pubbl/distr/stampa	Berlin, Heidelberg : , : Springer Berlin Heidelberg : , : Imprint : Springer, , 2017
ISBN	3-662-53377-4
Edizione	[1st ed. 2017.]
Descrizione fisica	1 online resource (X, 149 S. 1 Abb.)
Disciplina	150
Soggetti	Psychology Psychotherapy Counseling Supervision Popular Science in Psychology Psychotherapy and Counseling Consulting, Supervision and Coaching
Lingua di pubblicazione	Tedesco
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Nota di bibliografia	Includes bibliographical references at the end of each chapters and index.
Nota di contenuto	Einleitung -- Phase 1 „Alles bestens“ -- Phase 2 „Krise!“ -- Phase 3 „Emotionale Achterbahnfahrt“ -- Phase 4 „Schluss jetzt!“ -- Phase 5 „Volle Kraft voraus!“ -- Reflexion.
Sommario/riassunto	Banker stehen spätestens seit der Finanzkrise stark in der Kritik – doch wir können uns auch viel von ihnen anschauen: Denn ihre Arbeit bestand schon immer aus dem richtigen Umgang mit Krisen. Sie haben gelernt, wie man Krisen „überlebt“, in ihnen Chancen sieht, davon profitiert und sie als Möglichkeit definiert für Neues, für Weiterentwicklung, für persönliches Wachstum, vielleicht sogar Glück. Silvia Breier ist selbst leidenschaftliche Bankerin und weiß aus eigener Erfahrung (Finanzmarkturbulenzen nach 9/11, Finanzkrise, Eurokrise usw.): Die Gewissheit, eine Krise gemeistert zu haben, gibt Stärke, Selbstvertrauen und Zuversicht, sie lässt Alltagsprobleme kleiner und unbedeutend erscheinen – und die Lebensqualität steigen! Diese Erkenntnisse zum professionellen Umgang mit Krisen sowie hilfreiches

Faktenwissen aus der wissenschaftlichen Psychologie und der Finanzwelt gibt die Autorin auf verständliche, unterhaltsame Weise an ihre Leserinnen und Leser weiter. Dabei lässt sie exemplarisch Banker zu Wort kommen, die ihre persönlichen Erfahrungen in Krisen schildern. Der resultierende Ratgeber leistet „Erste Hilfe“ und gibt Tipps für die Bewältigung persönlicher Lebenskrisen jeder Art. Er ist entsprechend den typischen Phasen einer Krise aufgebaut und liefert für jede Phase geeignetes Handwerkszeug zur Selbsthilfe – oder Hilfe bei Krisenbetroffenen im persönlichen Umfeld. Die Autorin Silvia Breier ist eine langjährige Bankerin und Treasuryexpertin. Ihr zweites Standbein hat sie als Systemische Psychosoziale Beraterin, Coach und Mentaltrainerin. Zu Mentaltraining hat sie bereits ein Buch veröffentlicht (www.mental-diving.at). Die Kombination aus Business und psychologischem Background macht ihre Vorträge, Seminare und Bücher zu etwas Einzigartigem. .
