

111 Mental Hacks

Einfache Techniken, die Ihre mentale Stärke und Positivität steigern

Ladenpreis: 25,69EUR

ISBN: 978-3-658-37999-5

Auflage: 1. Aufl. 2022

Verlag: Springer, Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH

Erscheinungsdatum: 23.12.2022

Autoren: Heimsoeth Antje

WEITERE INFORMATIONEN UND BESTELLUNG

<https://shop.lexisnexis.at/111-mental-hacks-9783658379995.html>

Details

Das menschliche Gehirn ist „plastisch“, d.h. es ist in der Lage sich zu verändern. Die Hirnforscher nennen dies Neuroplastizität, was bedeutet, dass Sie Ihr Gehirn buchstäblich neu verdrahten können. Warum nicht die Arbeitsweise Ihres Gehirns nutzen?

Wir sind für unseren eigenen Erfolg verantwortlich. Die Einstellung macht´s. So können Sie mit mentaler Stärke Ihre Performance, Ihre mentale Gesundheit, Ihr Leben und vieles mehr verbessern.

Dieses Buch mit vielen Grafiken und Abbildungen liefert dafür Erkenntnisse, Erfahrungen, effektive Techniken und einfach im Alltag anzuwendende Hacks.

Wir haben andere Produkte gefunden, die Ihnen gefallen könnten!



Virtuelle Verkaufsgespräche professionell planen und durchführen
Ladenpreis: 15,41EUR



Innovatives Lehren und Lernen mit Blended Learning
Ladenpreis: 46,25EUR



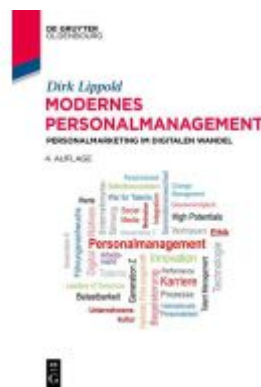
Leadership in New Working Environments
Ladenpreis: 38,49EUR



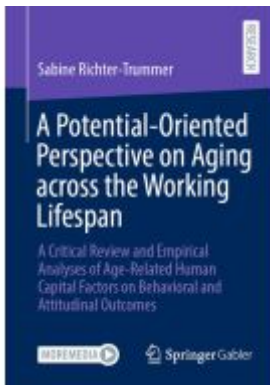
Toolkit Candidate Experience
Ladenpreis: 133,70EUR



Lernmythen aufgedeckt
Ladenpreis: 36,00EUR



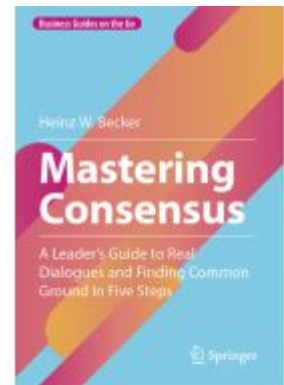
Modernes Personalmanagement
Ladenpreis: 29,95EUR



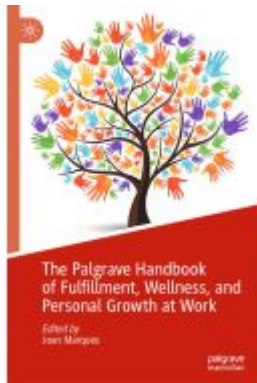
A Potential-Oriented Perspective on Aging
across the Working Lifespan
Ladenpreis: 120,99EUR



Unternehmen Exzellenz
Ladenpreis: 29,90EUR



Mastering Consensus
Ladenpreis: 49,49EUR



The Palgrave Handbook of Fulfillment,
Wellness, and Personal Growth at Work
Ladenpreis: 241,99EUR