



Lebensbereiche balancieren: Visuelles Zeit- und Selbstmanagement mit Techniken für ein gesundes und harmonisches Gleichgewicht zwischen Berufs- und ... Trainingskonzepte (Edition Training aktuell)



Download



Online Lesen

Lebensbereiche balancieren: Visuelles Zeit- und Selbstmanagement mit Techniken für ein gesundes und harmonisches Gleichgewicht zwischen Berufs- und ... Trainingskonzepte (Edition Training aktuell) Petra Nitschke ebook pdf

Lebensbereiche balancieren: Visuelles Zeit- und Selbstmanagement mit Techniken für ein gesundes und harmonisches Gleichgewicht zwischen Berufs- und ... Trainingskonzepte (Edition Training aktuell)

Petra Nitschke

Lebensbereiche balancieren: Visuelles Zeit- und Selbstmanagement mit Techniken für ein gesundes und harmonisches Gleichgewicht zwischen Berufs- und ... Trainingskonzepte (Edition Training aktuell) Petra Nitschke

 [Download Lebensbereiche balancieren: Visuelles Zeit- und Se ...pdf](#)

 [Online lesen Lebensbereiche balancieren: Visuelles Zeit- und ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Lebensbereiche balancieren: Visuelles Zeit- und Selbstmanagement mit Techniken für ein gesundes und harmonisches Gleichgewicht zwischen Berufs- und ... Trainingskonzepte (Edition Training aktuell) Petra Nitschke

296 Seiten

Kurzbeschreibung

Petra Nitschke führt Sie auf Entdeckungstour durch die Welt der vier Lebensbereiche - Geist, Kontakt, Handlung, Körper - und visualisiert zahlreiche Techniken, mit denen es gelingen kann, Zeit für sich zu schaffen sowie diese vier Bereiche in Balance zu bringen und zu halten. Die Inhalte sind eine sehr strukturiert aufgebaute und grafisch anspruchsvoll umgesetzte Reflexionshilfe für (neue) freiberufliche Trainer, Lehrer und Dozenten, die trotz unregelmäßigem Tages- und Wochenablauf eine balancierte Lebensführung anstreben. Gleichzeitig ist das Werk eine Fundgrube für alle Fachtrainer für Selbst-, Zeit- und Stressmanagement, die sich visuell und inhaltlich inspirieren lassen wollen. Außerdem profitiert jeder Interessierte, der innehalten und das eigene Leben reflektieren und balancieren möchte, um aktiv gegen Dauerstress und Burnout vorzubeugen. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Über Petra Nitschke: Die Diplom-Mathematikerin und Diplom-Supervisorin ist Begründerin der Firma smartrix. Seit 1998 schult und berät sie in den Themenschwerpunkten Arbeitsorganisation, Gesundheitsmanagement und Persönlichkeitsentwicklung. Ihr zentrales Prinzip lautet Visualisierung: 'In meiner Arbeit als Trainerin und Beraterin mache ich mir die Kraft von Bildern zunutze, indem ich komplexe gedankliche Prozesse visualisiere und damit sichtbar und bearbeitbar mache.'

Download and Read Online Lebensbereiche balancieren: Visuelles Zeit- und Selbstmanagement mit Techniken für ein gesundes und harmonisches Gleichgewicht zwischen Berufs- und ... Trainingskonzepte (Edition Training aktuell) Petra Nitschke #FDM84CN7E0Q

Lesen Sie Lebensbereiche balancieren: Visuelles Zeit- und Selbstmanagement mit Techniken für ein
gesundes und harmonisches Gleichgewicht zwischen Berufs- und ... Trainingskonzepte (Edition Training
aktuell) von Petra Nitschke für online ebookLebensbereiche balancieren: Visuelles Zeit- und
Selbstmanagement mit Techniken für ein gesundes und harmonisches Gleichgewicht zwischen Berufs- und
... Trainingskonzepte (Edition Training aktuell) von Petra Nitschke Kostenlose PDF download, Hörbücher,
Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online,
Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu
lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Lebensbereiche balancieren: Visuelles Zeit- und
Selbstmanagement mit Techniken für ein gesundes und harmonisches Gleichgewicht zwischen Berufs- und
... Trainingskonzepte (Edition Training aktuell) von Petra Nitschke Bücher online zu lesen. Online
Lebensbereiche balancieren: Visuelles Zeit- und Selbstmanagement mit Techniken für ein gesundes und
harmonisches Gleichgewicht zwischen Berufs- und ... Trainingskonzepte (Edition Training aktuell) von
Petra Nitschke ebook PDF herunterladenLebensbereiche balancieren: Visuelles Zeit- und Selbstmanagement
mit Techniken für ein gesundes und harmonisches Gleichgewicht zwischen Berufs- und ...
Trainingskonzepte (Edition Training aktuell) von Petra Nitschke DocLebensbereiche balancieren: Visuelles
Zeit- und Selbstmanagement mit Techniken für ein gesundes und harmonisches Gleichgewicht zwischen
Berufs- und ... Trainingskonzepte (Edition Training aktuell) von Petra Nitschke MobipocketLebensbereiche
balancieren: Visuelles Zeit- und Selbstmanagement mit Techniken für ein gesundes und harmonisches
Gleichgewicht zwischen Berufs- und ... Trainingskonzepte (Edition Training aktuell) von Petra Nitschke
EPub