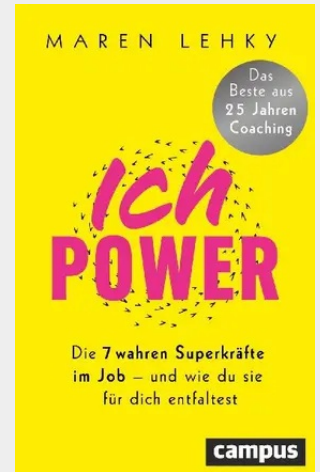


ICH-POWER

Die 7 wahren Superkräfte im Job - und wie du sie für dich entfaltest / Das Beste aus 25 Jahren Coaching

Was macht Menschen im Job wirklich stark? Maren Lehky hat sieben Superkräfte identifiziert, die dabei helfen, authentisch, stark und souverän durchs Leben zu gehen – auch in schwierigen Zeiten. Das Buch liefert jede Menge Tipps und Tricks für den Alltag – auf den Punkt, leicht verständlich und sofort umsetzbar. 1. Selbsterkenntnis: die eigenen Bedürfnisse und das Verhalten anderer besser verstehen 2. Selbstbewusstsein: die eigenen Stärken kennen und einsetzen 3. Verbundenheit: so kommunizieren, dass Menschen erreicht und überzeugt werden 4. Selbstmarketing und Abgrenzung: authentisch und klar sein mit dem Mut, Nein zu sagen 5. Gelassenheit: bei Stress und Aufregern souverän bleiben 6. Umgang mit Sorgen und Ängsten: raus aus dem Gedankenkarussell und zu Lösungen finden 7. Selbstliebe: mit sich selbst im Reinen sein – die vielleicht größte Kraft von allen Ein Buch zur Selbsthilfe, um sich weiterzuentwickeln und Kräfte zu heben, die bereits in uns liegen, ganz ohne Selbstoptimierung.

Was macht Menschen im Job wirklich stark? Maren Lehky hat sieben Superkräfte identifiziert, die dabei helfen, authentisch, stark und souverän durchs Leben zu gehen – auch in schwierigen Zeiten. Das Buch liefert jede Menge Tipps und Tricks für den Alltag – auf den Punkt, leicht verständlich und sofort umsetzbar. 1. Selbsterkenntnis: die eigenen Bedürfnisse und das Verhalten anderer besser verstehen 2. Selbstbewusstsein: die eigenen Stärken kennen und einsetzen 3. Verbundenheit: so kommunizieren, dass Menschen erreicht und überzeugt werden 4. Selbstmarketing und Abgrenzung: authentisch und klar sein mit dem Mut, Nein zu sagen 5. Gelassenheit: bei Stress und Aufregern souverän bleiben 6. Umgang mit Sorgen und Ängsten: raus aus dem Gedankenkarussell und zu Lösungen finden 7. Selbstliebe: mit sich selbst im Reinen sein – die vielleicht größte Kraft von allen Ein Buch zur Selbsthilfe, um sich weiterzuentwickeln und Kräfte zu heben, die bereits in uns liegen, ganz ohne Selbstoptimierung.



25,00 €
23,36 € (zzgl. MwSt.)

Lieferfrist: bis zu 10 Tage

Artikelnummer: 9783593521695
Medium: Buch
ISBN: 978-3-593-52169-5
Verlag: Campus Verlag GmbH
Erscheinungstermin: 19.03.2026
Sprache(n): Deutsch
Auflage: 1. Auflage 2026
Produktform: Kartoniert
Gewicht: 332 g
Seiten: 236
Format (B x H): 135 x 217 mm

