



**Glücklicher: Lebensfreude, Vergnügen und Sinn
finden mit dem populärsten Dozenten der Harvard
University**



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Glücklicher: Lebensfreude, Vergnügen und Sinn finden mit dem populärsten Dozenten der Harvard University

Tal Ben-Shahar

Glücklicher: Lebensfreude, Vergnügen und Sinn finden mit dem populärsten Dozenten der Harvard University Tal Ben-Shahar

Glücklicher Lebensfreude, Vergnügen und Sinn finden mit dem

 [Download Glücklicher: Lebensfreude, Vergnügen und Sinn fi ...pdf](#)

 [Online lesen Glücklicher: Lebensfreude, Vergnügen und Sinn ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Glücklicher: Lebensfreude, Vergnügen und Sinn finden mit dem populärsten Dozenten der Harvard University Tal Ben-Shahar

256 Seiten

Kurzbeschreibung

Der Glückskurs des populärsten Dozenten der Harvard University – JETZT FÜR ALLE .

Psychotherapie ist heute überwiegend ein Reparaturbetrieb für die Seele. Die „gehobenen“ Gemütszustände – Vergnügen, Ekstase, Glück – kommen in der Vorstellungswelt der Therapeuten meist gar nicht vor. Kein Wunder, dass die von Martin Seligman begründete Positive Psychologie derzeit in den USA einen beispiellosen Siegeszug durch die akademische Welt antritt. Menschen wollen nicht mehr allein an ihren Schwächen und Traumata gemessen werden, sondern endlich auch die eigenen Stärken und Glückspotenziale erschließen. Der fulminante Erfolg von Ben-Shahars „Glücks-Kursen“ in Harvard beweist, dass er einen Nerv getroffen hat. „Transformation statt bloßer Information“ heißt der Leitspruch, der das Erziehungswesen der Zukunft revolutionieren könnte. In „Glücklicher“ skizziert Ben-Shahar die Grundzüge seiner Glückstheorie, die für ihn zugleich gelebte Praxis ist, und wendet sie dann auf verschiedene Lebensbereiche an: auf Erziehung, Arbeit und Beziehungen. „Glücklicher“ ist zugleich ein Arbeitsbuch, mit dem der Autor seine Leser durch Nachdenkpausen, Fragen und Übungen zum Mitmachen motiviert.

Illustrationen in Verbindung mit dem humorvollen, unpräzisen Stil tragen dazu bei, dass der Autor weder langweilt noch überfordert. Und auch dies ist eine Formel für Glück.

Die ultimative Glücksformel für Workaholics, Hedonisten, Nihilisten, Pessimisten und alle dazwischen.

Klappentext

"Ein großartiges Buch. Es bringt zahllose aufrüttelnde, anregende und begeisternde Einsichten. Die stärkste von allen: Es ist nie zu spät. Jede und jeder kann heute beginnen, mit voller Kraft auf den 'Glücklicher'-Kurs einzuschwenken!" Gesund + Vital "Mit leichter Schreibe lädt der Autor den Leser ein, zu einem besseren Verständnis des gewichtigen Phänomens Glück zu finden." changeX "Die Vorschläge des Harvard-Dozenten für Positive Psychologie sind alltagstauglich und fachlich solide; ein anregendes und hilfreiches Buch, für das es sich lohnt, eine Auszeit zu nehmen." Emotion Über den Autor und weitere Mitwirkende Tal Ben-Shahar ist ein israelisch-amerikanischer Psychologe und prominenter Vertreter der Positiven Psychologie. Sein Kurs zum Thema „Glück“ war mit 855 Studenten die erfolgreichste Veranstaltung an der Harvard University im Jahr 2006. Zahlreiche Berichte in der US- Presse feiern ihn als aufsteigenden Stern unter den amerikanischen Psychologen.

Burkhard Hickisch ist Ernährungsexperte, Bestsellerautor und Musiker. Seit 2008 hat er maßgeblich zur Verbreitung des grünen Smoothies im deutschsprachigen Gebiet beigetragen. Zusammen mit dem Wiener Arzt Dr. med. Christian Guth hat er den Gesundheitsratgeber zu den grünen Smoothies verfasst, der 2012 bei GU erschien und die Ernährungsinnovation einem breitem Publikum bekannt macht. Als gefragter Ernährungsexperte hält er Vorträge und gibt Workshops zum Thema „Lebendige Nahrung und kraftvolle Lebensweise“.

Download and Read Online Glücklicher: Lebensfreude, Vergnügen und Sinn finden mit dem populärsten Dozenten der Harvard University Tal Ben-Shahar #SE8W1FMNYT9

Lesen Sie Glücklicher: Lebensfreude, Vergnügen und Sinn finden mit dem populärsten Dozenten der Harvard University von Tal Ben-Shahar für online ebook Glücklicher: Lebensfreude, Vergnügen und Sinn finden mit dem populärsten Dozenten der Harvard University von Tal Ben-Shahar Kostenlose PDF d0wnl0ad, 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 Glücklicher: Lebensfreude, Vergnügen und Sinn finden mit dem populärsten Dozenten der Harvard University von Tal Ben-Shahar Bücher online zu lesen. Online Glücklicher: Lebensfreude, Vergnügen und Sinn finden mit dem populärsten Dozenten der Harvard University von Tal Ben-Shahar ebook PDF herunterladen Glücklicher: Lebensfreude, Vergnügen und Sinn finden mit dem populärsten Dozenten der Harvard University von Tal Ben-Shahar Doc Glücklicher: Lebensfreude, Vergnügen und Sinn finden mit dem populärsten Dozenten der Harvard University von Tal Ben-Shahar Mobipocket Glücklicher: Lebensfreude, Vergnügen und Sinn finden mit dem populärsten Dozenten der Harvard University von Tal Ben-Shahar EPub