



Erschienen am 10.12.2012
224 Seiten
Format: x
ISBN: 978-3-95571-157-3

Nico Rose

Lizenz zur Zufriedenheit

Lebensziele verwirklichen.

Positive Psychologie in der Praxis

Warum erreichen einige Menschen mehr oder minder mühelos ihre Ziele, während andere regelmäßig scheitern? Warum sind manche Menschen hochzufrieden mit ihrem Leben, während andere chronisch unzufrieden erscheinen? Und wo liegt die Verbindung zwischen diesen Fragestellungen?

Dieses Buch basiert auf einer eigenen Studie des Autors mit über 1.000 Teilnehmern und auf den wissenschaftlichen Erkenntnissen der Positiven Psychologie. Anhand einsichtsvoller Praxisbeispiele und Übungen zum Selbstcoaching zeigt Nico Rose, wie Sie Ihre Fähigkeit zur Verwirklichung eigener Lebensziele steigern und Ihre ganz persönliche „Lizenz zur Zufriedenheit“ erlangen können.

Biografien

Nico Rose

Dr. Nico Rose ist Diplom-Psychologe und hat über "Organization Design" promoviert. Er sammelte Erfahrung als Unternehmensberater und HR-Führungskraft in internationalen Konzernen. Der Experte für Positive Psychologie arbeitet seit 2008 bundesweit als Life Coach und Speaker unter dem Leitspruch "Tiefer im Thema. Näher am Menschen". 2010 wurde er mit dem deutschen "Coaching Award" ausgezeichnet.