

Kurztext

Thomas Vašek

Zeit leben

So verstehen und nutzen wir den Takt der Welt

144 Seiten

Format: 11,8 x 18,8 cm, Pappband

12,99 € (D) / 13,40 € (A) / 16,90 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-6389-9



Dieses Zeitmanagement-Buch verhilft Ihnen zu einem besseren Umgang mit Ihrer Zeit. Wer jetzt umdenkt, gewinnt in Zukunft mehr wertvolle Stunden!

Endlich ein Zeitmanagement-Buch, das im Takt der Welt tickt! Anhand einfacher Beispiele erklärt Thomas Vašek, was Sie gewinnen, wenn Sie sich auf die Anforderungen des Alltags einlassen. Denn anstatt einem immer effektiveren Zeitmanagement hinterher zu hechten, können Sie mehr aus Ihrer Zeit machen, indem Sie Ihre Vorstellung von ihr überdenken. Jeder von uns erlebt die Zeit auf seine individuelle Art und Weise. Dabei ist es oft schwierig, die eigene Zeiterfahrung mit äußeren Zeitansprüchen zu versöhnen. So können Ihnen fünf Minuten beim Warten auf einen verspäteten Zug endlos erscheinen, fünf Stunden mit einem geliebten Menschen wiederum viel zu kurz. Um achtsam mit ihr umzugehen, müssen Sie lernen, die Zeit zu leben.

Schon ein neuer Blickwinkel auf die Zeit und Ihren Umgang mit ihr kann dabei helfen, Zeit Chancen zu erkennen, Zeitfallen zu meiden und Ihre Zeit, wenn Sie sie beispielsweise mit andern teilen, effektiv zu vermehren.