



Die Macht der Disziplin: Wie wir unseren Willen trainieren können



Download



Online Lesen

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

Die Macht der Disziplin: Wie wir unseren Willen trainieren können

Roy Baumeister, John Tierney

Die Macht der Disziplin: Wie wir unseren Willen trainieren können Roy Baumeister, John Tierney

 [Download Die Macht der Disziplin: Wie wir unseren Willen tr ...pdf](#)

 [Online lesen Die Macht der Disziplin: Wie wir unseren Willen ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Die Macht der Disziplin: Wie wir unseren Willen trainieren können Roy Baumeister, John Tierney

Format: Kindle eBook

Kurzbeschreibung

Millionen Motivationstrainer haben uns gesagt: Erfolg zu haben ist ganz einfach. Wir müssen nur an uns glauben. Aber warum sind dann immer noch so viele Menschen erfolglos und unzufrieden? Roy Baumeister und John Tierney kennen die Antwort. Auf der Grundlage neuer, bahnbrechender Forschungsergebnisse zeigen sie: Nicht positives Denken ist der Schlüssel zum Erfolg, sondern Disziplin. Die gute Nachricht: Disziplin beruht auf Willenskraft und lässt sich wie ein Muskel trainieren. Sie entscheidet über Glück und Zufriedenheit, über Karriere, Gesundheit und finanzielle Sicherheit. Erst daraus folgen Zuversicht und Selbstvertrauen. Sie brauchen also nur zwei Dinge, um erfolgreich zu sein: Disziplin und dieses Buch.

Pressestimmen

07.01.2012 / Focus:

Ich will es!

"Ein viel beachtetes Buch ... Der Sozialpsychologe Roy Baumeister vergleicht unsere Selbstkontrollfähigkeiten mit einem Muskel und erklärt, wie wir unsere mentale Stärke trainieren können."

06.02.2012 / Der Spiegel:

Die Macht der Disziplin

"Klare Regeln für den Alltag."

07.02.2012 / FreieWelt.net:

Freiheit und Selbstdisziplin

"Selbstdisziplin ist so etwas wie der Schlüssel für das Funktionieren einer freien Gesellschaft", denn sie stärkt "die Fähigkeit des Einzelnen, Entscheidungen zu treffen und für sich selbst Verantwortung zu übernehmen."

06.03.2012 / Handelsblatt Online:

Wie Sie disziplinierter werden

"Die Autoren bilden ein perfektes Duo für so ein schwieriges Buch ... Aktuelle Ergebnisse aus der Forschung kommen auf den gut 300 Seiten verständlich und spannend erzählt daher."

12.03.2012 / Kleine Zeitung:

Lust auf Disziplin

"Die Bestsellerautoren zeichnen ein modernes, lustbetontes Bild der Selbstdisziplin ohne Krampf und Kampf."

09.06.2012 / Hamburger Abendblatt:

Buch der Woche

"Wissenschaftsprosa im besten Sinne ... Die Autoren leisten Aufklärung und schildern amüsant anhand sehr gut ausgewählter Studien und psychologischer Experimente, was es mit dem Phänomen der Willenskraft auf sich hat."

10.07.2012 / DeutschlandRadio Kultur:
Schreibtisch aufräumen, To-Do-Liste kurzhalten!

"Roy Baumeister und John Tierney gelingt es glänzend, unterhaltsam und spannend über aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse zu berichten."

19.07.2012 / Capital:
Die Macht der Disziplin

"Kurzweiliger Rat für alle, die es nicht beim guten Vorsatz belassen wollen." Kurzbeschreibung
Millionen Motivationstrainer haben uns gesagt: Erfolg zu haben ist ganz einfach. Wir müssen nur an uns glauben. Aber warum sind dann immer noch so viele Menschen erfolglos und unzufrieden? Roy Baumeister und John Tierney kennen die Antwort. Auf der Grundlage neuer, bahnbrechender Forschungsergebnisse zeigen sie: Nicht positives Denken ist der Schlüssel zum Erfolg, sondern Disziplin. Die gute Nachricht: Disziplin beruht auf Willenskraft und lässt sich wie ein Muskel trainieren. Sie entscheidet über Glück und Zufriedenheit, über Karriere, Gesundheit und finanzielle Sicherheit. Erst daraus folgen Zuversicht und Selbstvertrauen. Sie brauchen also nur zwei Dinge, um erfolgreich zu sein: Disziplin und dieses Buch.
Download and Read Online Die Macht der Disziplin: Wie wir unseren Willen trainieren können Roy Baumeister, John Tierney #QWYTO43NKS1

Lesen Sie Die Macht der Disziplin: Wie wir unseren Willen trainieren können von Roy Baumeister, John Tierney für online ebookDie Macht der Disziplin: Wie wir unseren Willen trainieren können von Roy Baumeister, John Tierney 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 Die Macht der Disziplin: Wie wir unseren Willen trainieren können von Roy Baumeister, John Tierney Bücher online zu lesen. Online Die Macht der Disziplin: Wie wir unseren Willen trainieren können von Roy Baumeister, John Tierney ebook PDF herunterladenDie Macht der Disziplin: Wie wir unseren Willen trainieren können von Roy Baumeister, John Tierney DocDie Macht der Disziplin: Wie wir unseren Willen trainieren können von Roy Baumeister, John Tierney MobipocketDie Macht der Disziplin: Wie wir unseren Willen trainieren können von Roy Baumeister, John Tierney EPub