

[Read now] Ausgetickt: Lieber selbstbestimmt als fremdgesteuert. Abschied vom Zeitmanagement (German Edition)

## **Ausgetickt: Lieber selbstbestimmt als fremdgesteuert. Abschied vom Zeitmanagement (German Edition)**

*Lothar Seiwert*

*DOC | \*audiobook | ebooks | Download PDF | ePub*



[Download](#)

[Read Online](#)

#3326466 in eBooks 2012-01-30 2012-01-30 File Name: B0071F45U8 | File size: 29.Mb

Lothar Seiwert : Ausgetickt: Lieber selbstbestimmt als fremdgesteuert. Abschied vom Zeitmanagement (German Edition) before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised

Ausgetickt: Lieber selbstbestimmt als fremdgesteuert. Abschied vom Zeitmanagement (German Edition):

Vom Zeitexperten zum Zeitweisen Lothar Seiwert, Bestseller-Autor und Deutschlands führender Zeitmanager (FOCUS), beherrscht die gesamte Klaviatur des Zeitmanagements. Doch warum haben manche Menschen überhaupt kein Problem mit Stress und Burn-out, obwohl sie täglich und lebenslang Höchstleistungen vollbringen? Was Menschen wirklich ausbrennen lässt, hat nichts mit der Arbeitsbelastung zu tun, sondern mit dem Grad an Fremdbestimmtheit im Leben. Lothar Seiwert zeigt, dass wir unsere Einstellung gegenüber Zeit und unseren Aufgaben radikal ändern müssen, um wieder Herr über unser Leben zu werden. Ausgetickt: ein Plädoyer für ein selbstbestimmtes Leben. Ständiges Verfügbarsein-Müssen, dringende Termine, Rückfragen: es lastet enormer Druck auf uns und unser Leben scheint völlig fremdbestimmt, wodurch sich die Burn-out-Fälle häufen. Selten fühlen wir uns frei in unseren Entscheidungen und agieren eher wie Marionetten anderer – ein fataler Kreislauf, der uns Energie raubt. In seinem ermutigenden Aufruf zu mehr Selbstbestimmung geht Lothar Seiwert der spannenden Frage nach, warum gerade vielbeschäftigte Erfolgsmenschen ihre Aufgaben spielend zu meistern scheinen, und kommt zu der bestechenden Erkenntnis: Wer den Mut hat, seine Zeit unabhängig und frei einzuteilen und seine Prioritäten nach eigener Überzeugung zu setzen, hat sein Leben selbst in der Hand und kann uneingeschränkt über seine Ressourcen verfügen.