



Erwachsen - und jetzt?! Übungen, Ratschläge, Tipps & Tricks für junge Frauen (German Edition)

Madame Missou

Download now

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

Erwachsen - und jetzt?! Übungen, Ratschläge, Tipps & Tricks für junge Frauen (German Edition)

Madame Missou

Erwachsen - und jetzt?! Übungen, Ratschläge, Tipps & Tricks für junge Frauen (German Edition)

Madame Missou

Über 150 Seiten voller Weisheiten, Ratschläge und Übungen!

An der Schwelle zum Erwachsensein siehst Du Dich mit vielen elementaren und wichtigen Fragen konfrontiert. Es geht um Deine Ansprüche und Erwartungen ans Leben. Die Zukunft liegt vor Dir. Jedoch bist Du Dir noch unschlüssig, wie Du diese gestalten möchtest und was Dir im Leben wichtig ist. Oftmals fällt es schwer, beherrzte Entscheidungen zu treffen, weil Du Dich selbst noch nicht richtig kennengelernt hast. Denn erst wer sich selbst akzeptiert und kennt, kann Stärken und Talente richtig einschätzen und nutzen. Weiß dazu, wie er den richtigen Partner findet und welche berufliche Laufbahn infrage kommt.

Dieser umfangreiche Ratgeber von Madame Missou beleuchtet verschiedene Lebensbereiche und soll Dir dabei helfen, Deinen Platz in der Welt zu finden. Es gibt zahlreiche Tipps und kleine Aufgaben, wie Du beruflich und privat zufriedener wirst, wie der Sprung in ein selbständiges Leben klappt, warum es so wichtig ist, Sport und Entspannung in den Alltag zu integrieren, und weshalb es sich lohnt, Freundschaften, Familienbande und Beziehungen zu pflegen.

Außerdem soll der Ratgeber Dir dabei helfen, mehr aus Dir rauszuholen, Schwächen zu akzeptieren und hin und wieder über Deinen Schatten zu springen. Denn einige Facetten unserer Persönlichkeit wie Mut und Schlagfertigkeit lassen sich sehr wohl trainieren. Madame Missou bietet Dir mit diesem Ratgeber sicherlich keinen Masterplan für Dein Leben, dafür aber viele Denkanstöße und Anregungen für Deine spannende Reise in eine erfolgreiche und zufriedene Zukunft.

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung

2. Lebensgestaltung

2.1 Ich bin ich - Aber wer bin ich eigentlich?

2.2 Woran merke ich, dass ich glücklich bin?

2.3 Alleine wohnen leicht gemacht

2.4 Was wünschst Du Dir vom Leben?

2.5 Fazit Lebensgestaltung

3. Persönlichkeit

3.1 Adieu Angsthase! Mut kann man trainieren!

3.2 Wie langweilig wäre die Welt, wären wir alle perfekt

3.3 Kommunikation

3.4 Souverän auftreten und selbstbewusst sein

3.5 Wie kann ich toleranter, aufgeschlossener und offener werden?

3.6 Selbstrespekt

3.7 Zeige Zivilcourage

3.8 Fazit Persönlichkeit

4. Beziehungen und Liebe

4.1 Familie

4.2 Partner

4.3 Elternwerden ist nicht schwer ...

4.4 Freundschaft

4.5 Fazit Beziehungen

5. Ausbildung, Studium und Beruf

5.1 Wie finde ich den perfekten Job?

5.2 Karriere vs. Familie

5.3 Karriere vs. Freizeit

5.4 Ehrenamt

5.5 Für wen ist ein Fernstudium geeignet?

5.6 So bekommst Du Aufschieberitis im Studium in den Griff

5.7 Fazit Karriere

6. Gesundheit

6.1 In der Ruhe liegt die Kraft - Energie für den Alltag schöpfen

6.2 Fitness

6.3 Ernährung

6.4 Diät

6.5 Gesundheitsvorsorge

6.6 Fazit Gesundheit

7. Schlusswort

Aus der Reihe "Madame Missou RATGEBER - Wissen in 220 Minuten"

Buchumfang: Ca. 220 Minuten Lesezeit, 150 Seiten, 250 .000 Zeichen, 35.000 Worte

 [Download](#) Erwachsen - und jetzt?! Übungen, Ratschläge, Tip ...pdf

 [Read Online](#) Erwachsen - und jetzt?! Übungen, Ratschläge, T ...pdf

Download and Read Free Online Erwachsen - und jetzt?! Übungen, Ratschläge, Tipps & Tricks für junge Frauen (German Edition) Madame Missou

From reader reviews:

Alan Torrez:

Playing with family in the park, coming to see the coastal world or hanging out with buddies is thing that usually you may have done when you have spare time, subsequently why you don't try factor that really opposite from that. Just one activity that make you not sense tired but still relaxing, trilling like on roller coaster you have been ride on and with addition info. Even you love Erwachsen - und jetzt?! Übungen, Ratschläge, Tipps & Tricks für junge Frauen (German Edition), you could enjoy both. It is very good combination right, you still desire to miss it? What kind of hang type is it? Oh seriously its mind hangout fellas. What? Still don't understand it, oh come on its named reading friends.

Juanita Hernandez:

Can you one of the book lovers? If so, do you ever feeling doubt while you are in the book store? Attempt to pick one book that you never know the inside because don't judge book by its cover may doesn't work here is difficult job because you are frightened that the inside maybe not because fantastic as in the outside look likes. Maybe you answer may be Erwachsen - und jetzt?! Übungen, Ratschläge, Tipps & Tricks für junge Frauen (German Edition) why because the wonderful cover that make you consider with regards to the content will not disappoint you actually. The inside or content is usually fantastic as the outside or perhaps cover. Your reading 6th sense will directly make suggestions to pick up this book.

Nora Emerson:

You could spend your free time to read this book this book. This Erwachsen - und jetzt?! Übungen, Ratschläge, Tipps & Tricks für junge Frauen (German Edition) is simple to bring you can read it in the recreation area, in the beach, train as well as soon. If you did not have much space to bring often the printed book, you can buy often the e-book. It is make you much easier to read it. You can save typically the book in your smart phone. Therefore there are a lot of benefits that you will get when one buys this book.

Larry Strickland:

What is your hobby? Have you heard in which question when you got learners? We believe that that concern was given by teacher for their students. Many kinds of hobby, Every person has different hobby. Therefore you know that little person just like reading or as reading become their hobby. You should know that reading is very important and book as to be the issue. Book is important thing to include you knowledge, except your own personal teacher or lecturer. You find good news or update about something by book. Different categories of books that can you take to be your object. One of them is Erwachsen - und jetzt?! Übungen, Ratschläge, Tipps & Tricks für junge Frauen (German Edition).

**Download and Read Online Erwachsen - und jetzt?! Übungen,
Ratschläge, Tipps & Tricks für junge Frauen (German Edition)
Madame Missou #Z8BENXWU4F5**

Read Erwachsen - und jetzt?! Übungen, Ratschläge, Tipps & Tricks für junge Frauen (German Edition) by Madame Missou for online ebook

Erwachsen - und jetzt?! Übungen, Ratschläge, Tipps & Tricks für junge Frauen (German Edition) by Madame Missou Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read Erwachsen - und jetzt?! Übungen, Ratschläge, Tipps & Tricks für junge Frauen (German Edition) by Madame Missou books to read online.

Online Erwachsen - und jetzt?! Übungen, Ratschläge, Tipps & Tricks für junge Frauen (German Edition) by Madame Missou ebook PDF download

Erwachsen - und jetzt?! Übungen, Ratschläge, Tipps & Tricks für junge Frauen (German Edition) by Madame Missou Doc

Erwachsen - und jetzt?! Übungen, Ratschläge, Tipps & Tricks für junge Frauen (German Edition) by Madame Missou Mobipocket

Erwachsen - und jetzt?! Übungen, Ratschläge, Tipps & Tricks für junge Frauen (German Edition) by Madame Missou EPub