



Diana Dreeßen

Mach dich unbeliebt und glücklich

dtv Ratgeber
240 Seiten

ISBN 978-3-423-34883-6
EUR 9,90 € [D] EUR 10,20 € [A]
ET 2. Auflage 2016

Diana Dreeßen

Mach dich unbeliebt und glücklich

und nimm dir vom Leben, was du willst!

Setzen Sie sich durch!

Kollegen, die sich mit fremden Federn schmücken, empfindlichen Chefs, unfreundlichen Kellnern, Menschen, die uns an der Kasse im Supermarkt anranzen – ihnen allen begegnen wir viel zu oft mit ohnmächtigem Schweigen oder bemühtem Lächeln.

Unser Hang zur Konfliktvermeidung

Warum machen wir nicht den Mund auf und vertreten selbstbewusst und souverän unseren Standpunkt? Warum wollen wir lieber nett und verbindlich sein, anstatt in Kauf zu nehmen, irgendwo anzuecken? Warum sagen wir »Ja«, wenn wir eigentlich »Nein« meinen? Warum knicken wir ein, sobald ein Konflikt ins Haus steht?

Viel Feind, viel Ehr

Anhand vieler Beispiele aus ihrer Coaching-Praxis zeigt Diana Dreeßen den Weg aus Harmoniefallen, blockierenden Denkmustern und falscher Bescheidenheit. Sie erklärt, warum es sich lohnt, Bedürfnisse klar zu formulieren, Grenzen zu setzen, unbequem zu sein und unerschrocken mit Kritik umzugehen. Welche Angst gesund und berechtigt ist und welche uns schadet, und warum wir mit dem Friede-Freude-Eierkuchen-Prinzip meist nur die anderen, nicht aber uns selbst glücklich machen. Stimmig und nachvollziehbar legt Diana Dreeßen dar, dass die richtigen Schlüssel uns viele bislang verschlossene Türen öffnen und uns zu einer Erfolgsbilanz verhelfen, die der schönste Beweis dafür ist, dass auch in puncto Durchsetzungsvermögen Übung den Meister macht – und die Meisterin.

Pressekontakt

Diana Hasenpflug
E-Mail: hasenpflug.diana@dtv.de

Tel.: 089/3 81 67-117
Fax: 089/3 81 67-317

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München



© Alexa Kirsch

Diana Dreeßen

Diana Dreeßen-Wösten arbeitete achtzehn Jahre als Börsenhändlerin an der Frankfurter Börse, bevor sie sich 2002 als Managementtrainerin selbstständig machte. Sie gibt regelmäßig Workshops und Trainings für Unternehmen, Verbände und Privatleute. Außerdem hält sie Vorträge und initiiert Kongresse. Sie ist Mitglied im BPW Deutschland (Business and Professional Women Germany e.V.), einem der größten deutschen Frauennetzwerke.



Autor*innenspecial

Die gefragte Coachin gibt Workshops und Trainings für Unternehmen, Verbände und Privatleute. In ihren Büchern gibt sie praktische, lebensnahe Tipps, wie wir neue Wege im Privatleben und im Beruf wagen können.

www.dtv.de/special-diana-dreessen/start/c-812

Weitere Bücher von Diana Dreeßen

- Steh auf und nimm dein Leben in die Hand, dtv Ratgeber, Klappenbroschur, ISBN 978-3-423-26094-7
- Du musst nicht verreisen, um bei dir anzukommen, dtv Ratgeber, Klappenbroschur, ISBN 978-3-423-26176-0
- Mach dich unbeliebt und glücklich, dtv Ratgeber, E-Book, ISBN 978-3-423-42414-1
- Steh auf und nimm dein Leben in die Hand, dtv Ratgeber, E-Book, ISBN 978-3-423-42814-9
- Du musst nicht verreisen, um bei dir anzukommen, dtv Ratgeber, E-Book, ISBN 978-3-423-43261-0

Pressestimmen

»Ein kurzweiliges Lehrbuch für alle, die künftig lieber glücklich anecken als beleidigt nett sein wollen.«
15.02.2015, Bonifatiusbote

»Der Ratgeber bietet viele Aha-Effekte. [...] Insgesamt sind die Ausführungen so angenehm lesbar, spannend und mit vielen Beispielen prominenter Persönlichkeiten aufbereitet, dass sie ein großes Lesevergnügen bieten und Lust machen, die angebotenen "Schlüssel" im eigenen Leben anzuwenden.«

12.02.2015, Gina Nauen, careerslounge

»Sieben »Schlüssel« sind es, die Dreeßen immer praktisch orientiert mit vielfachen griffigen und gut

Pressekontakt

Diana Hasenpflug

E-Mail: hasenpflug.diana@dtv.de

Tel.: 089/3 81 67-117

Fax: 089/3 81 67-317

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München



nachvollziehbaren Beispielen versehen, als Entwicklungsschritte anbietet, um aus der ›Harmoniefalle‹ herauszukommen und ein selbstbestimmtes Leben zu erreichen. [...] Überzeugend, verständlich und motivierend für den Leser ist dieses Persönlichkeitstraining. Hier ist man gefordert, Schritt für Schritt an sich zu arbeiten, Einstellungen, Ideale und Ziele auf den Prüfstand zu stellen und bei Bedarf neu auszurichten.«

03.01.2015, Elisabeth Nowak, Dingolfer Anzeiger

»Der Griff zu diesem Buch könnte der Anfang sein, den Dingen im Interesse der Sache wie der eigenen Lebensqualität eine andere, eine effizientere Richtung zu geben.«

13./14.12.2014, Hartmut Volk, Der Standard

Pressekontakt

Diana Hasenpflug

E-Mail: hasenpflug.diana@dtv.de

Tel.: 089/3 81 67-117

Fax: 089/3 81 67-317

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München