

Alex Soojung-Kim Pang

PAUSE

Tue WENIGER
erreiche MEHR



Pause: Tue weniger, erreiche mehr

 **Download**

 **Online Lesen**

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

Pause: Tue weniger, erreiche mehr

Alex Soojung-Kim Pang

Pause: Tue weniger, erreiche mehr Alex Soojung-Kim Pang

 [Download Pause: Tue weniger, erreiche mehr ...pdf](#)

 [Online lesen Pause: Tue weniger, erreiche mehr ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Pause: Tue weniger, erreiche mehr Alex Soojung-Kim Pang

352 Seiten

Kurzbeschreibung

Die faszinierende Wissenschaft der Pause.

Albert Einstein kannte sie, Charles Darwin und auch Thomas Mann: die Kunst, Pausen richtig zu nutzen! Denn alle drei arbeiteten täglich nicht länger als vier bis sechs Stunden und leisteten doch Herausragendes auf ihren jeweiligen Gebieten. Anhand dieser und vieler weiterer historischer Beispiele sowie aktueller Ergebnisse aus verschiedenen wissenschaftlichen Disziplinen weist der bekannte als Gastwissenschaftler an der Stanford University tätige Autor Alex Pang eindrucksvoll nach: Pausen sind ein wichtiger Bestandteil des Arbeitsprozesses, die richtig genutzt kreativer und produktiver machen. Sie sind keineswegs bloße „Ruhezeiten“, in denen alle Zeichen auf Pause stehen, sondern unbedingt notwendig für das Gehirn, um Informationen zu verarbeiten, einzuordnen und neue Zusammenhänge herzustellen. Wie Pausen zu wahren Krafttankstellen werden, die uns zutiefst erfrischen und unsere Kreativität in Hochform bringen, zeigt uns Alex Pang am Beispiel vieler unterschiedlicher Formen: Nickerchen, Morgen-Routinen, Zeiten des spielerischen Zeitvertreibs, körperliche Betätigung, Sabbaticals und viele andere mehr. Mit bahnbrechenden Ideen und vielen praktischen Tipps lädt die faszinierende Wissenschaft der Pause dazu ein, durch weniger mehr zu erreichen.

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Alex Soojung-Kim Pang arbeitet im Silicon Valley im Bereich der Managementberatung und ist Gastwissenschaftler an der Stanford University im Fach History and Philosophy of Science. Sein Interesse gilt dem Schnittpunkt von Menschen, Technologien und den Welten, die sie kreieren. Neben zahlreichen fachwissenschaftlichen Artikeln veröffentlichte er 2013 „The Distraction Addiction“. Als gefragter Redner bereist die ganzen USA sowie England.

Download and Read Online Pause: Tue weniger, erreiche mehr Alex Soojung-Kim Pang #N0QK736BFAT

Lesen Sie Pause: Tue weniger, erreiche mehr von Alex Soojung-Kim Pang für online ebookPause: Tue weniger, erreiche mehr von Alex Soojung-Kim Pang 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 Pause: Tue weniger, erreiche mehr von Alex Soojung-Kim Pang Bücher online zu lesen. Online Pause: Tue weniger, erreiche mehr von Alex Soojung-Kim Pang ebook PDF herunterladenPause: Tue weniger, erreiche mehr von Alex Soojung-Kim Pang DocPause: Tue weniger, erreiche mehr von Alex Soojung-Kim Pang MobipocketPause: Tue weniger, erreiche mehr von Alex Soojung-Kim Pang Epub