dtv

Ali Abdaal
Feel-Good Productivity
Wie du das erreichst, was du wirklich willst. 54 Tools für mehr Erfolg, Energie und Zufriedenheit

272 Seiten

ISBN: 978-3-423-35250-5
EUR 13,00 [DE]
EUR 13,40 [AT]
ET 12. Juni 2025
Format : 13,5 x 21,0 cm
Übersetzung: Aus dem Englischen von Annika Tschöpe
Übersetzer*in: Annika Tschöpe

Ali Abdaal

Feel-Good Productivity

Wie du das erreichst, was du wirklich willst. 54 Tools für mehr Erfolg, Energie und Zufriedenheit

Kleine Schritte, große Wirkung – die unterschätzte Kraft des Wohlbefindens

Ist Produktivität einfach nur Disziplin und harte Arbeit? Muss der Weg zum Erfolg immer mühsam sein oder sogar frustrierend? Nein, sagt Dr. Ali Abdaal, ganz im Gegenteil. Der Experte für Produktivität zeigt eindrucksvoll und wissenschaftlich fundiert, dass der Erfolg sich vor allem dann einstellt, wenn wir uns gut fühlen. Mithilfe von Tools und Übungen können wir lernen, unsere Aufgaben spielerisch und mit Freude zu erledigen, und so ganz entspannt unsere persönlichen Ziele erreichen. Und das Beste daran ist: Plötzlich haben wir mehr Zeit und Energie für die Dinge, die uns wirklich wichtig sind, anstatt gehetzt ins Burnout zu rennen. Dieses Buch wird dein Leben nachhaltig verändern – und du wirst dich dabei unglaublich gut fühlen.

© privat

Autor*in

Ali Abdaal

Dr. Ali Abdaal ist Arzt, Psychologe, Unternehmer und der bekannteste Experte für Produktivität weltweit. 2017, in seinem letzten Jahr als Medizinstudent in Cambridge, startete Abdaal einen YouTube-Kanal zum Thema Psychologie – heute hat er über vier Millionen Follower, seine Onlinekurse zu Produktivität sind ein unglaublicher Erfolg. Er lebt in London.

Übersetzer*in

Annika Tschöpe

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München

Autor*in Ali Abdaal bei dtv

- Feel-Good Productivity, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-35250-5
- Feel-Good Productivity, Paperback, ISBN: 978-3-423-26388-7

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München