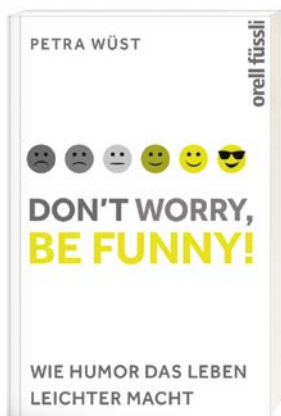


Für Rückfragen:

Arabelle Frey

Presseleitung Sachbuch
arabelle.frey@ofv.ch
Tel. +41 (0)44 466 74 25
Fax +41 (0)44 466 74 12



Petra Wüst

Don't worry, be funny!

Wie Humor das Leben leichter macht

Ratgeber

18. März 2016, Klappenbroschur, ca. 224 Seiten
978-3-280-05603-5

Auch als E-Book erhältlich

€ 14,95 (D) | € 19,90 (A) | CHF 19.90

»Die schwierigste Turnübung ist immer noch, uns selbst auf den Arm zu nehmen«

– Werner Finck, Kabarettist

In Krisenzeiten ist Humor besonders gefragt, denn er hilft, unangenehmen Situationen gelassener zu begegnen. Wer nun glaubt, Humor sei reine Talentsache, liegt falsch. In ihrem neuen Buch **Don't worry, be funny!** zeigt **Petra Wüst** auf, dass sich Humor durchaus kultivieren lässt. Nach erfolgreich durchlaufenem Selbstversuch hat die Autorin eigens ein Humortraining entwickelt, das einen Humortest (<http://www.dontworrybefunny.click>) und ausgeklügelten 4-Wochen-Powerplan umfasst. Inhaltlich verknüpft das Buch fundiertes Wissen aus der Humorforschung und der Positiven Psychologie, erklärt, weshalb Lachen nicht immer lustig ist und gibt viele praktische Tipps. Wer am Ende die Königsdisziplin, die Selbstironie, beherrscht, kann den Krisen des Alltags künftig heiterer ins Auge sehen und die Freiheit geniessen, die eigene Unvollkommenheit und die eigenen Schwächen auch zeigen zu können.



Petra Wüst ist promovierte Ökonomin und leitet seit 2004 ihr eigenes Beratungsunternehmen in Basel. Sie ist international als Referentin, Trainerin und Coach tätig und bietet Dienstleistungen zum Thema Self Branding, Leadership und Kommunikation an. Zudem unterrichtet sie an mehreren Hochschulen, unter anderem an der Universität Basel und Universität Lausanne. Ihre beim Orell Füssli Verlag erschienen Bücher *»Sei frech, wild und wunderbar«* (2014), *»Self Branding für Manager«* (2006) und *»Gezielt einmalig«* (2008) waren auf verschiedenen Bestsellerlisten in Deutschland und der Schweiz. Den Humortypen-Test finden Sie auf: <http://www.dontworrybefunny.click>