

Petra Wüst

Don't worry, be funny!

Wie Humor das Leben leichter macht

orell füssli Verlag

Inhalt

Wie es zum Buch kam	7
Sie haben vielleicht Humor!	11
Schlank, schlau und schlagfertig dank Humor	17
Warum uns das Lachen vergeht	35
Humorvoll in vier Wochen	47
Welcher Humortyp bin ich?	55
Woche 1 Schlemmen Sie sich lustig	75
Woche 2 Raus aus der Frustfalle	107
Woche 3 Mit Witz kontern	133
Woche 4 Leben Sie ganz ungeniert	183
Vorsatz mehr Humor – dranbleiben!	219
Lesen Sie weiter	223