

Stress lass nach!



Filesize: 8.19 MB

Reviews

This is the very best publication we have read through right up until now. It is one of the most incredible book we have read through. Once you begin to read the book, it is extremely difficult to leave it before concluding.

(Miss Celia Volkman)

STRESS LASS NACH!



Springer-Verlag Gmbh Jul 2015, 2015. Taschenbuch. Condition: Neu. Neuware - Dieses leicht verständliche, unterhaltsame und humorvolle Sachbuch gibt Ihnen einen wissenschaftlich fundierten, aktuellen Überblick zum Thema Stress. Es bietet Lösungen für Ihre Probleme und zeigt auf, wie Gruppen unser Stresserleben beeinflussen. Üblicherweise heißen die Ursachen von Stresssymptomen und Burnout: individuelles Versagen, mangelnde Fähigkeiten, fehlendes Abgehärtet-sein. Deshalb wird meist der Einzelne therapiert, z.B. durch eine Rückenschule oder eine Kur. Dieses Buch bietet Ihnen mehr. Erfahren Sie von zahlreichen aktuellen Studien aus einer Vielfalt von Berufen und Lebensbereichen - von Bombenentschärfern, Schauspielern, Herzinfarktpatienten oder Altenheimbewohnern bis hin zu Fußballfans und pilgernden Hindus. Diese Studien belegen die zentrale Bedeutung von Gruppen: für den Abbau von Stress, gegenseitige Unterstützung innerhalb der Gruppe, Reduzierung von Mobbing und sogar die raschere Genesung nach Operationen. Als Leser bekommen Sie dabei ganz praktische Tipps für den Alltag - beruflich und privat. 209 pp. Deutsch.



[Read Stress lass nach! Online](#)

[Download PDF Stress lass nach!](#)

Relevant Kindle Books



Geognostische Beschreibung Der Gebirgsmassen Zwischen Dem Taunus Und Vogelsgebirge Von Der Lahn Nach Dem Main, Rhein Und Der Nahe Nebst Besonderer Be

RareBooksClub. Paperback. Book Condition: New. This item is printed on demand. Paperback. 60 pages. OCLC Number: (OCoLC)51953390 Subject: Nuclear nonproliferation -- Finance -- International cooperation. Excerpt: . . . for debt for nonproliferation as a...

[Read ePub »](#)



Games with Books : 28 of the Best Childrens Books and How to Use Them to Help Your Child Learn - From Preschool to Third Grade

Book Condition: Brand New. Book Condition: Brand New.

[Read ePub »](#)



Stress: From Burnout to Balance

Sage Publications, New Delhi, India, 2005. Paperback. Book Condition: New. First Edition. Exploring the effects of physiological stress, this volume looks at ways to reduce these effects and to improve health overall. In addition to...

[Read ePub »](#)



Ohio Court Rules 2015, Government of Bench Bar

Createspace, United States, 2014. Paperback. Book Condition: New. 246 x 189 mm. Language: English . Brand New Book ***** Print on Demand *****.Ohio Court Rules 2015, Government of Bench Bar, contains all of the rules...

[Read ePub »](#)



Ohio Court Rules 2015, Practice Procedure

Createspace, United States, 2014. Paperback. Book Condition: New. 246 x 189 mm. Language: English . Brand New Book ***** Print on Demand *****.Ohio Court Rules 2015, Practice Procedure, contains all of the procedural rules you...

[Read ePub »](#)