


[DOWNLOAD](#)


Stress lass nach!

By Rolf Van Dick

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 ONLINE](#)
[8.35 MB]

Reviews

Simply no words to explain. It really is basic but shocks from the fifty percent of the ebook. I am just happy to explain how this is the finest pdf we have read within my personal life and could be the best ebook for possibly.

-- **Blair Monahan**

This publication will never be effortless to get started on reading through but very entertaining to read through. It normally is not going to expense too much. I discovered this publication from my dad and i encouraged this book to find out.

-- **Otilia Schinner**

Other 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 potential funding mechanism And to what degree...



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.



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 defining stress, the author discusses: personality types...



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 relating to Ohio attorneys and judges and...



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 need for the daily practice of law...



The Healthy Lunchbox How to Plan Prepare and Pack Stress Free Meals Kids Will Love by American Diabetes Association Staff Marie McLendon and Cristy Shauck 2005 Paperback

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