

Stress lass nach!



Filesize: 2.6 MB

Reviews

*It is one of the most popular publications. Sure, it really is engaging, still an interesting and amazing literature. Your life period will be changed the instant you finish reading this book.
(Abel O'Kon Sr.)*

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 Bombenentschärfen, 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!](#)

See Also



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 eBook »](#)



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 eBook »](#)



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 eBook »](#)



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 eBook »](#)



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 eBook »](#)

**And Then There's This: How Stories Live and Die in Viral Culture**

Penguin Books, 2010. Paperback. Book Condition: New. BRAND NEW, Perfect Shape, No Black Remainder Mark, Fast Shipping With Online Tracking, International Orders shipped Global Priority Air Mail, All orders handled with care and shipped promptly in

[Download eBook »](#)

**Indigo Dreams 3 CD Set Childrens Bedtime Stories Designed to Decrease Stress, Anger and Anxiety while Increasing Self-Esteem and Self-Awareness**

Stress Free Kids. No binding. Book Condition: New. Audio CD. Dimensions: 5.7in. x 5.0in. x 1.2in. Now children can relax and learn research-based, stress management techniques with all 3 CDs in the Indigo Dreams Series, by

[Download eBook »](#)

**Sid's Pit: Set 01-02**

Pearson Education Limited. Paperback. Book Condition: new. BRAND NEW, Sid's Pit: Set 01-02, Emma Lynch, This title is part of Phonics Bug - the first Phonics programme to bring together research-based teaching methods with 100%

[Download eBook »](#)

**How to be a Happy Mum: The Netmums Guide to Stress-free Family Life**

Headline Publishing Group, United Kingdom, 2007. Paperback. Book Condition: New. 232 x 152 mm. Language: English . Brand New Book. Much has been written about what to expect of your child in the first year

[Download eBook »](#)

**Stress Free Living: How to Relax and Reduce Stress Easily: A Simple Step by Step Guide to Use Stress Relief Techniques**

Speedy Publishing LLC, United States, 2014. Paperback. Book Condition: New. 229 x 152 mm. Language: English . Brand New Book ***** Print on Demand *****. In our fast paced society it is quiet easy to become

[Download eBook »](#)