

Das hält keiner bis zur Rente durch!«



Filesize: 6.01 MB

Reviews

*Comprehensive guideline for ebook fans. I have read and i am certain that i am going to going to go through yet again yet again down the road. You wont truly feel monotony at whenever you want of your own time (that's what catalogs are for concerning when you check with me).
(Keegan Abernathy)*

DAS HÄLT KEINER BIS ZUR RENTE DURCH!«



Kösel-Verlag Okt 2014, 2014. Buch. Book Condition: Neu. 21.5x13.5x cm. Neuware - Warum fällt es so schwer, aus dem Hamsterrad auszusteigen, obwohl wir wissen, dass es uns krank macht Dieses Buch analysiert mit einem bislang nie dagewesenen Scharfblick die oft verdeckten Gründe für die Stresskrise. Denn es sind nicht nur Faktoren auf persönlicher Ebene in unserem eigenen Alltagsverhalten, die uns in die Erschöpfungsspirale treiben. Nur wer auch die subtilen Abläufe in den Unternehmen, den Einfluss gesellschaftlicher Manipulation und die evolutionsbiologische Vorbelastung der menschlichen Stressreaktion durchschaut, wird nachhaltig den Weg in eine gesunde Balance zwischen Leistung und innerer Zufriedenheit finden. Dr. Unger, einer der bekanntesten Stressmediziner Deutschlands, und die Journalistin und Trainerin Carola Kleinschmidt gehen den wahren Ursachen der Stress-Plage auf den Grund. Beide sind seit Jahren aktiv in Lösungsansätzen für psychische Gesundheit in Unternehmen engagiert. Wir wissen, dass Stress uns schadet - und machen weiter wie bisher. Warum Und was muss passieren, damit sich wirklich etwas ändert Psychische Probleme wie Burnout, Ängste und Depressionen sind der häufigste Grund, der Beschäftigte zwingt, frühzeitig aus dem Berufsleben auszusteigen. Das Durchschnittsalter liegt bei 49 Jahren. Doch statt etwas zu verändern, reden wir über unseren Stress inzwischen wie über das Wetter - als unverrückbare Tatsache. Hans-Peter Unger, einer der renommiertesten Stressmediziner Deutschlands, und die Biologin, Journalistin und Trainerin Carola Kleinschmidt gehen den wahren Ursachen der Stresskrise auf den Grund. Welche persönlichen und gesellschaftlichen Mechanismen treiben uns in die Burnout-Falle Und welcher Weg führt von der Erschöpfungsspirale in die Gesundheitsspirale Burnout und Erschöpfungsdepression sind kein rein individuelles Geschehen: Wir brauchen ein Verständnis der gesellschaftlichen Zusammenhänge. Ein breiter Teil der Bevölkerung erlebt sich im Alltag wie ferngesteuert, vermisst innere Orientierung und das Gefühl von Sinn und Bedeutsamkeit. Hinter der 'Burnout-Epidemie' verbirgt sich nicht zuletzt eine gesellschaftliche Diskussion über den Sinn unseres Lebens. Dieses Buch analysiert mit...



Read Das hält keiner bis zur Rente durch!« Online



Download PDF Das hält keiner bis zur Rente durch!«

Relevant Kindle Books



Psychologisches Testverfahren

Reference Series Books LLC Nov 2011, 2011. Taschenbuch. Book Condition: Neu. 249x191x7 mm. This item is printed on demand - Print on Demand Neuware - Quelle: Wikipedia. Seiten: 100. Kapitel: Myers-Briggs-Typindikator, Keirsey Temperament Sorter, DISG,...

[Read PDF »](#)



Adobe Indesign CS/Cs2 Breakthroughs

Peachpit Press, 2005. Softcover. Book Condition: Neu. Gebraucht - Sehr gut Unbenutzt. Schnelle Lieferung, Kartonverpackung. Abzugsfähige Rechnung. Bei Mehrfachbestellung werden die Versandkosten anteilig erstattet. - Adobe InDesign is taking the publishing world by storm and...

[Read PDF »](#)



Have You Locked the Castle Gate?

Addison-Wesley Professional. Softcover. Book Condition: Neu. Gebraucht - Sehr gut Unbenutzt. Schnelle Lieferung, Kartonverpackung. Abzugsfähige Rechnung. Bei Mehrfachbestellung werden die Versandkosten anteilig erstattet. - Is your computer safe Could an intruder sneak in and steal...

[Read PDF »](#)



The Java Tutorial (3rd Edition)

Pearson Education, 2001. Softcover. Book Condition: Neu. Gebraucht - Sehr gut Unbenutzt. Schnelle Lieferung, Kartonverpackung. Abzugsfähige Rechnung. Bei Mehrfachbestellung werden die Versandkosten anteilig erstattet. - Praise for "The Java' Tutorial, Second Edition" includes: "This book...

[Read PDF »](#)



Programming in D

Ali Cehreli Dez 2015, 2015. Buch. Book Condition: Neu. 264x182x53 mm. This item is printed on demand - Print on Demand Neuware - The main aim of this book is to teach D to readers...

[Read PDF »](#)

**You Shouldn't Have to Say Goodbye: It's Hard Losing the Person You Love the Most**

Sourcebooks, Inc. Paperback / softback. Book Condition: new. BRAND NEW, You Shouldn't Have to Say Goodbye: It's Hard Losing the Person You Love the Most, Patricia Hermes, Thirteen-year-old Sarah Morrow doesn't think much of the

[Read eBook »](#)

**Houdini's Gift**

Independent Publishers Group (IPG) - Chicago Review Press, 2009. Hardcover. Book Condition: New. Revisiting well-loved characters from a past adventure, this picture book presents animal-loving Ben with the challenge of having another pet after losing

[Read eBook »](#)

**George Washington's Mother**

Penguin Putnam Inc. Paperback / softback. Book Condition: new. BRAND NEW, George Washington's Mother, Jean Fritz, DyAnne DiSalvo-Ryan, The All Aboard Reading series features stories that capture beginning readers' imagination while developing their vocabulary and

[Read eBook »](#)

**Billy's Booger: A Memoir (sorta)**

Atheneum. 1 Cloth(s), 2015. hard. Book Condition: New. From what might not sound like the most promising title (at least to grown-ups), William Joyce introduces readers 6 to 8 to his younger self Billy Joyce,

[Read eBook »](#)

**The Goblin's Toyshop**

Octopus Publishing Group. Paperback. Book Condition: new. BRAND NEW, The Goblin's Toyshop, Enid Blyton, A magical selection of short stories including The Little Chatterbox, The Very Strange Pool, The Enchanted Button and Porridge Town. Each

[Read eBook »](#)