

Das hält keiner bis zur Rente durch!«



Filesize: 1.97 MB

Reviews

*I actually started out reading this pdf. Of course, it really is play, continue to an interesting and amazing literature. I realized this pdf from my i and dad encouraged this pdf to discover.
(Maddison Becker)*

DAS HÄLT KEINER BIS ZUR RENTE DURCH!«

DOWNLOAD



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!«

Related Books



Very Short Stories for Children: A Child's Book of Stories for Kids

Paperback. Book Condition: New. This item is printed on demand. Item doesn't include CD/DVD.

[Read PDF »](#)



Grandpa Spanielson's Chicken Pox Stories: Story #1: The Octopus (I Can Read Book 2)

HarperCollins, 2005. Book Condition: New. Brand New, Unread Copy in Perfect Condition. A+ Customer Service! Summary: Foreword by Raph Koster. Introduction. I. EXECUTIVE CONSIDERATIONS. 1. The Market. Do We Enter the Market? Basic Considerations. How...

[Read PDF »](#)



The Kids' Book of Wordsearches

Buster Books, 2011. Paperback. Book Condition: New. Brand new book. Fast shipping from our UK warehouse in eco-friendly packaging. Fast, efficient and friendly customer service.

[Read PDF »](#)



Kids Perfect Party Book ("Australian Women's Weekly")

ACP Books, 2007. Paperback. Book Condition: New. A Brand New copy, unused and unread. Dispatched by next working day from Hereford, UK. We can now offer First Class Delivery for UK orders received before 12...

[Read PDF »](#)



5th Activity Book - English (Kid's Activity Books)

Book Condition: New. This is an International Edition Brand New Paperback Same Title Author and Edition as listed. ISBN and Cover design differs. Similar Contents as U.S Edition. Standard Delivery within 6-14 business days ACROSS...

[Read PDF »](#)

**Sarah's New World: The Mayflower Adventure 1620 (Sisters in Time Series 1)**

Barbour Publishing, Inc., 2004. Paperback. Book Condition: New. No Jacket. New paperback book copy of Sarah's New World: The Mayflower Adventure 1620 by Colleen L. Reece. Sisters in Time Series book 1. Christian stories for

[Save ePub »](#)

**DK Readers L4: Danger on the Mountain: Scaling the World's Highest Peaks**

DK Publishing (Dorling Kindersley). Paperback / softback. Book Condition: new. BRAND NEW, DK Readers L4: Danger on the Mountain: Scaling the World's Highest Peaks, Andrew Donkin, Linda Martin, From blizzards and glaciers on the world's

[Save ePub »](#)

**Anna's Fight for Hope: The Great Depression 1931 (Sisters in Time Series 20)**

Barbour Publishing, Inc., 2004. Paperback. Book Condition: New. No Jacket. New paperback book copy of Anna's Fight for Hope: The Great Depression 1931 (Sisters in Time Series 20). Publisher recommended for ages 8 to 12

[Save ePub »](#)

**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

[Save ePub »](#)

**'The Grunt Factor' by Crisp E Bacon**

Paperback. Book Condition: New. Not Signed; 'The Grunt Factor' is the tale of a special pig who, having led a simple life on the end of a potato mash manufacturing production line, finds himself literally

[Save ePub »](#)