

Das hält keiner bis zur Rente durch!«



Filesize: 9.4 MB

Reviews

Comprehensive information for book fanatics. it had been writtern really completely and useful. I am happy to explain how this is the greatest publication i have read through in my very own life and can be he finest pdf for ever.

(Virginie Collier I)

DAS HALT 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!«](#)

You May Also Like



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 Book »](#)



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 Book »](#)



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 Book »](#)



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 Book »](#)



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 Book »](#)



TJ new concept of the Preschool Quality Education Engineering: new happy learning young children (3-5 years old) daily learning book Intermediate (2) (Chinese Edition)

paperback. Book Condition: New. Ship out in 2 business day, And Fast shipping, Free Tracking number will be provided after the shipment. Paperback. Pub Date :2005-09-01 Publisher: Chinese children before making Reading: All books are the

[Read ePub »](#)



The Siren's Feast

Bloomsbury Publishing PLC. Paperback. Book Condition: new. BRAND NEW, The Siren's Feast, Benjamin Hulme-Cross, Nelson Evergreen, A twelve-book series of supernatural horror scares that will hook even the most reluctant readers. The Dark Hunter Mr

[Read ePub »](#)



Nickel Plated (Paperback)

Amazon Encore, United States, 2011. Paperback. Book Condition: New. 206 x 137 mm. Language: English . Brand New Book. It was weird to just get a contact out of nowhere. She was a kid, though,

[Read ePub »](#)



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 ePub »](#)



Pete's Peculiar Pet Shop: The Very Smelly Dragon (Gold A)

Pearson Education Limited. Paperback. Book Condition: new. BRAND NEW, Pete's Peculiar Pet Shop: The Very Smelly Dragon (Gold A), Sheila May Bird, This title is part of Bug Club, the first whole-school reading programme that

[Read ePub »](#)