

Köster

Seelische Risikofaktoren erkennen, überwinden!

Dieses Buch hilft dem Leser, Gefahren früh zu erkennen, sie wirksam abzuwehren und auf gefährliche chemische 'Prothesen' zum Auslösen von Warnsignalen zu verzichten. Es bietet ein Programm gegen den Stress und spricht jeden an, der sich überfordert fühlt oder bereits gesundheitlichen Schaden durch Stress erlitten hat und Hilfe zur Befreiung von Stress sucht. Es ist auch eine Anleitung für alle, die Stress-Gefährdeten helfen wollen.



14,00 €

13,08 € (zzgl. MwSt.)

Lieferfrist: bis zu 10 Tage

Artikelnummer: 9783816912903

Medium: Buch

ISBN: 978-3-8169-1290-3

Verlag: Expert-Verlag GmbH

Erscheinungstermin: 01.01.1996

Sprache(n): Deutsch

Auflage: verbesserte Auflage

Serie: expert-taschenbücher

Produktform: Kartoniert

Gewicht: 136 g

Seiten: 106

Format (B x H): 125 x 191 mm

