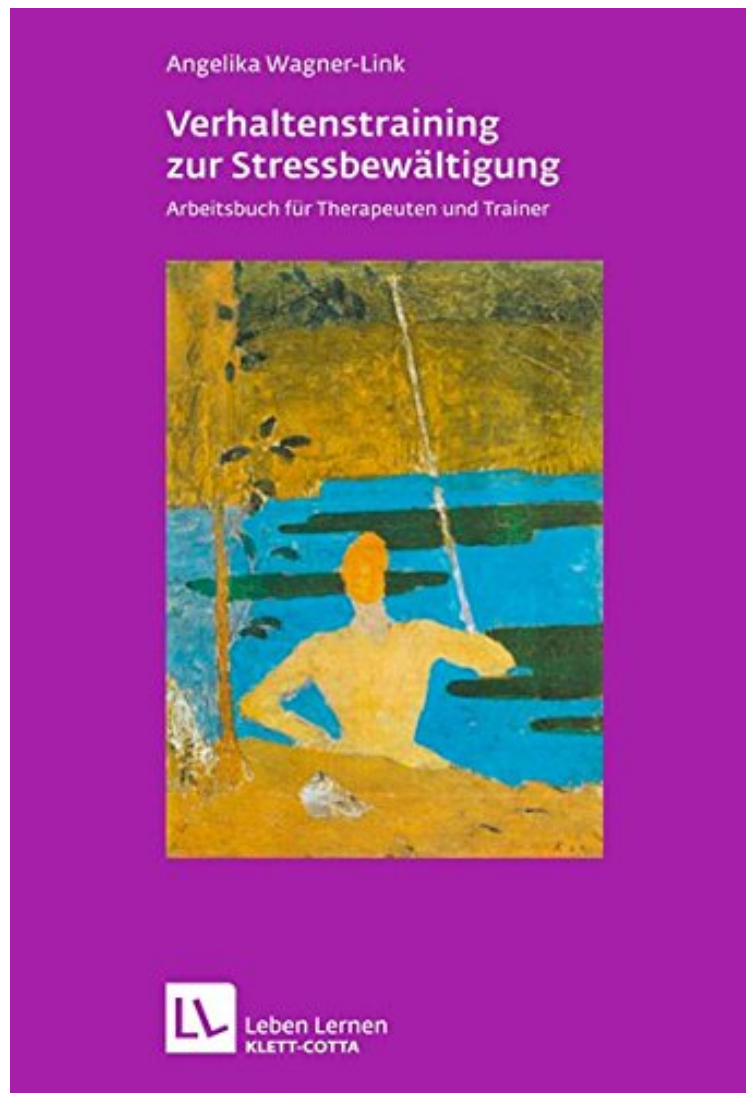


(Free and download) Verhaltenstraining zur Stressbewältigung: Arbeitsbuch fr Therapeuten und Trainer (Leben lernen)

Verhaltenstraining zur Stressbewältigung: Arbeitsbuch fr Therapeuten und Trainer (Leben lernen)

Von Angelika Wagner-Link
audiobook / *ebooks / Download PDF / ePub / DOC



Produktinformation -Verkaufsrank: #506398 in BcherVerffentlicht am: 2010-09-01Abmessungen: 9.57 x 1.10b x 6.57l, Einband: Taschenbuch266 Seiten | File size: 51.Mb

Von Angelika Wagner-Link : Verhaltenstraining zur Stressbewältigung: Arbeitsbuch fr Therapeuten und Trainer (Leben lernen) before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Verhaltenstraining zur Stressbewältigung: Arbeitsbuch fr Therapeuten und Trainer (Leben lernen):

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen5 von 5 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich.
ManualVon Monika SchmidtKurzfristige Erleichterung und langfristige Stressbewältigung wird in diesem Buch

trefflich und anschaulich von Angelika Wagner-Link beschrieben. Mir dient dieses Buch als Manual für meine Beratungspraxis. Es ist in erster Linie für Gruppentrainings ausgerichtet und beinhaltet ausreichende Arbeitsblätter. Ich kann es für nur weiterempfehlen.

WerbetextDas bewährte Stressbewältigungs-Programm - jetzt aktualisiertKurzbeschreibungAngelika Wagner-Link zeigt uns in ihrem bewährten und jetzt aktualisierten Anti-Stress-Programm, was schnell und langfristig hilft.- Für viele Beschäftigte hat sich der Arbeitsalltag gewandelt: Immer mehr leisten in kürzerer Zeit, ist die Devise. Neue Praxiselemente wie die Blitzentspannung tragen dem Rechnung. - Besonders viel verändert hat sich für die Frauen: Führungspositionen übernehmen und für die Familie da sein - ein Gender-Kapitel zu einem schwierigen Thema. - Unter dem Einfluss der Neurowissenschaften haben sich die Stress-Konzepte stark verändert. Die Neuauflage wird den aktuellen Wissensstand wiedergeben. - Salutogenese und Ressourcenorientierung sind neue Zauberworte in der Psychotherapie. Was ist für die Stress-Prophylaxe brauchbar? - Optisch verbesserte Arbeitsblätter, Übungen und praktische Anregungen.KlappentextAngelika Wagner-Link zeigt uns in ihrem bewährten und jetzt aktualisierten Anti-Stress-Programm, was schnell und langfristig hilft. - Für viele Beschäftigte hat sich der Arbeitsalltag gewandelt: Immer mehr leisten in kürzerer Zeit, ist die Devise. Neue Praxiselemente wie die Blitzentspannung tragen dem Rechnung. - Besonders viel verändert hat sich für die Frauen: Führungspositionen übernehmen und für die Familie da sein - ein Gender-Kapitel zu einem schwierigen Thema. - Unter dem Einfluss der Neurowissenschaften haben sich die Stress-Konzepte stark verändert. Die Neuauflage wird den aktuellen Wissensstand wiedergeben. - Salutogenese und Ressourcenorientierung sind neue Zauberworte in der Psychotherapie. Was ist für die Stress-Prophylaxe brauchbar? - Optisch verbesserte Arbeitsblätter, Übungen und praktische Anregungen.