



## **persolog Stress-Profil: Geben Sie Ihrem Stress eine Chance - Analysieren Sie Ihr momentanes Stressverhalten und machen Sie sich Ihre Stressoren bewusst**

*persolog GmbH*

 **Download**

 **Online Lesen**

**persolog Stress-Profil: Geben Sie Ihrem Stress eine Chance - Analysieren Sie Ihr momentanes Stressverhalten und machen Sie sich Ihre Stressoren bewusst persolog GmbH**

 [Download persolog Stress-Profil: Geben Sie Ihrem Stress eine Cha  
...pdf](#)

 [Read Online persolog Stress-Profil: Geben Sie Ihrem Stress eine C  
...pdf](#)

**persolog Stress-Profil: Geben Sie Ihrem Stress eine Chance -  
Analysieren Sie Ihr momentanes Stressverhalten und  
machen Sie sich Ihre Stressoren bewusst**

*persolog GmbH*

**persolog Stress-Profil: Geben Sie Ihrem Stress eine Chance - Analysieren Sie Ihr momentanes  
Stressverhalten und machen Sie sich Ihre Stressoren bewusst persolog GmbH**

**Downloaden und kostenlos lesen persolog Stress-Profil: Geben Sie Ihrem Stress eine Chance - Analysieren Sie Ihr momentanes Stressverhalten und machen Sie sich Ihre Stressoren bewusst persolog GmbH**

---

48 Seiten

Kurzbeschreibung

Ohne Stress kann der Mensch nicht leben. Stress ist ein Phänomen, das „hilft, rettet, beflügelt, reguliert, ausgleicht, verzerrt, krank macht“.

Welche Bedeutung hat dieses Phänomen für Sie persönlich? Analysieren Sie Ihr momentanes Stressverhalten und machen Sie sich Ihre wichtigsten berufsbezogenen Stressoren bewusst.

Lernen Sie, Ihren nonproduktiven (negativen) Stress mithilfe der wirkungsvollen Bewältigungsstrategien in die produktive (positive) Richtung zu ändern. So gewinnt für Sie Stress allmählich eine neue Bedeutung und wird ausschließlich als ein Phänomen betrachtet, das „hilft, rettet und beflügelt“.

- ! Sie lernen, welcher Stressdosis Sie momentan ausgesetzt sind,
- ! wann diese Belastung für Sie persönlich die Grenze des Hinnehmbaren überschreitet
- ! und wie viel Stress Sie antreibt, motiviert und herausfordert.
- ! Erstmals erhalten Sie die Möglichkeit, Ihren Stressauslösern nachhaltig auf den Zahn zu fühlen, statt lediglich die Stresssymptome zu bekämpfen.
- ! Sie entwickeln langfristige Strategien zur Stressbewältigung.
- ! Sie ermitteln objektiv Ihre Reaktionen auf Stress.
- ! Sie lernen, wie Sie nonproduktiven in produktiven Stress umwandeln.
- ! Sie aktivieren Ihre Stressbewältigungsressourcen

Download and Read Online persolog Stress-Profil: Geben Sie Ihrem Stress eine Chance - Analysieren Sie Ihr momentanes Stressverhalten und machen Sie sich Ihre Stressoren bewusst persolog GmbH #J4EL0C8DGVH

Lesen Sie persolog Stress-Profil: Geben Sie Ihrem Stress eine Chance - Analysieren Sie Ihr momentanes Stressverhalten und machen Sie sich Ihre Stressoren bewusst von persolog GmbH für online ebookpersolog Stress-Profil: Geben Sie Ihrem Stress eine Chance - Analysieren Sie Ihr momentanes Stressverhalten und machen Sie sich Ihre Stressoren bewusst von persolog GmbH Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen persolog Stress-Profil: Geben Sie Ihrem Stress eine Chance - Analysieren Sie Ihr momentanes Stressverhalten und machen Sie sich Ihre Stressoren bewusst von persolog GmbH Bücher online zu lesen. Online persolog Stress-Profil: Geben Sie Ihrem Stress eine Chance - Analysieren Sie Ihr momentanes Stressverhalten und machen Sie sich Ihre Stressoren bewusst von persolog GmbH ebook PDF herunterladenpersolog Stress-Profil: Geben Sie Ihrem Stress eine Chance - Analysieren Sie Ihr momentanes Stressverhalten und machen Sie sich Ihre Stressoren bewusst von persolog GmbH Docpersolog Stress-Profil: Geben Sie Ihrem Stress eine Chance - Analysieren Sie Ihr momentanes Stressverhalten und machen Sie sich Ihre Stressoren bewusst von persolog GmbH Mobipocketpersolog Stress-Profil: Geben Sie Ihrem Stress eine Chance - Analysieren Sie Ihr momentanes Stressverhalten und machen Sie sich Ihre Stressoren bewusst von persolog GmbH Epub