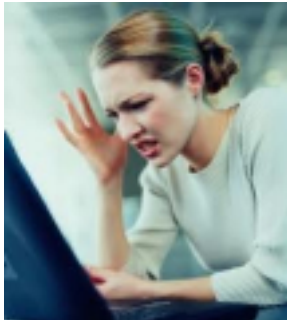


Amikor a stresszből betegség lesz



A modern szemlélet alapján teljesen egyértelmű - és remélem, ebből a könyvből is kiderül -, hogy a stressz elválaszthatatlan az emberi létezésről. Univerzálisan, életünk minden vonatkozásában jelen van, hibás lenne tehát úgy felfogni, hogy egyszer van, egyszer meg nincs-sokkal inkább csak fokozatairól lehet beszélni, és arról, hogyan tudja kezelni azt az érintett személy. Nyilvánvaló, hogy az emberek nagy hányada jelentős családi és munkahelyi stresszel találkozik nap mint nap, de képes ezeket megfelelően, jól kezelni, nem szenved vagy betegszik meg.

[Bővebben>>>](#)