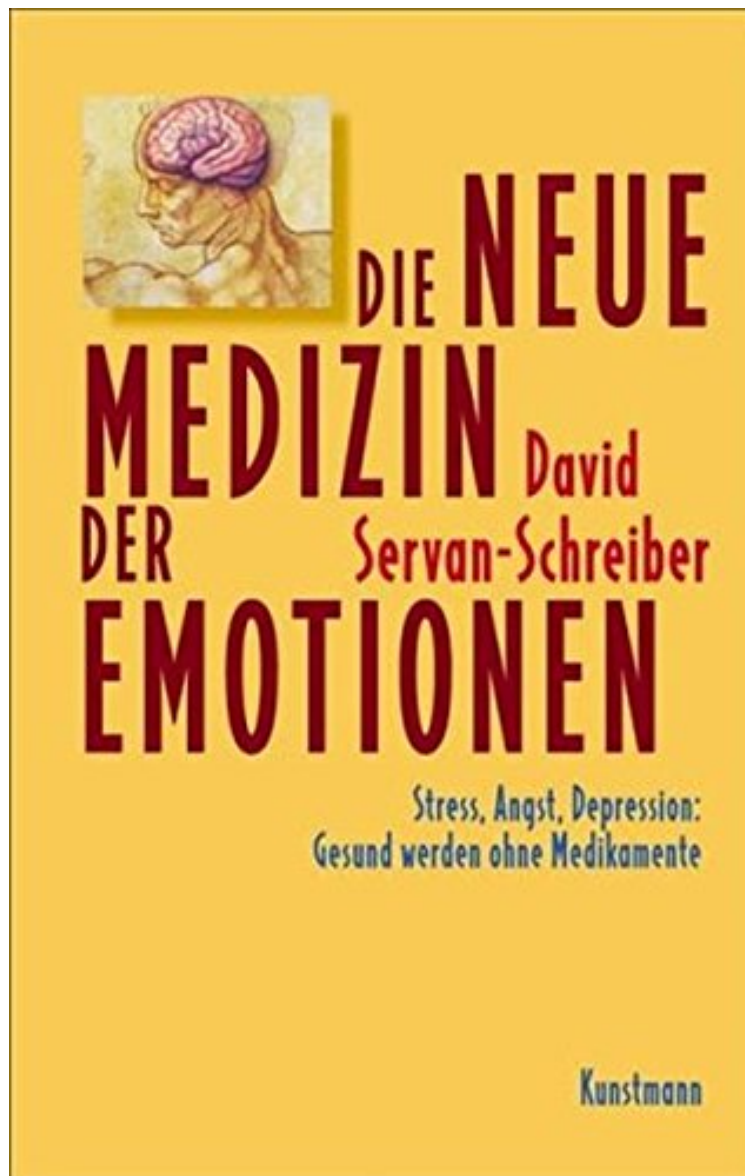


(Free read ebook) Die neue Medizin der Emotionen. Stress, Angst, Depression: Gesund werden ohne Medikamente

Die neue Medizin der Emotionen. Stress, Angst, Depression: Gesund werden ohne Medikamente

Von David Servan-Schreiber
ePub | *DOC | audiobook | ebooks | Download PDF



 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrank: #198569 in BcherVerffentlicht am: 2005-02-28Einband: Gebundene Ausgabe320 Seiten | File size: 45.Mb

Von David Servan-Schreiber : Die neue Medizin der Emotionen. Stress, Angst, Depression: Gesund werden ohne Medikamente before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Die neue Medizin der Emotionen. Stress, Angst, Depression: Gesund werden ohne Medikamente:

Kundenrezensionen
Hilfreichste Kundenrezensionen
7 von 9 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Sehr gute Hilfe für Betroffene
Von Kristof G
Das Buch geht auf verschiedenen Ursachen, sowie Behandlungsmöglichkeiten von Depression, Angst und Stress ein. Betroffene wissen, wie schwierig es ist eine individuelle Lösung zu finden und Medikamente werden immer unpopulärer, da sie die Wurzel bzw. die Ursache des Problems nicht beheben. Der Autor eröffnet dem Leser neue Sichtweisen und hat sehr viel Erfahrung auf dem Gebiet. Kann das Buch jedem Betroffenen nur empfehlen
2 von 2 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Eigentlich für jeden interessant
Von spiessercat
Sehr interessante Anregungen um seinen Körper und Geist ins Gleichgewicht zu bringen. Ist für Leute mit schweren psychischen Erkrankungen auf jeden Fall empfehlenswert! Ersetzt allerdings nicht den Arztbesuch!!! Ich würde dieses Buch als Ergänzung zu Medikamenten und Psychotherapie sehen. Aber auch für Leute geeignet, die die ersten Symptome (psychisch und physisch) bemerken und vorbeugen möchten. Dieses Buch gibt anschauliche Eindrücke in das Zusammenspiel des Gehirns und der Psyche und wie man Einfluss darauf nehmen kann. Einen Punkt Abzug, da die ersten Kapitel über die Funktionsweise des Gehirns etwas langatmig sind und einen demotivieren können. Die praktischen Ansätze beginnen ab Kapitel 4
2 von 2 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich.
Neurobiologie
Von Astrid Illner
Recht gut und interessant geschriebenes Buch. "Alles zu bezweifeln oder alles zu glauben, das sind zwei gleichermassen bequeme Lösungen, denn beide entheben sie uns des Nachdenkens." Henri Poincaré - La Science et l'hypothèse.

Produktbeschreibung [Neuwertig und ungelesen, als Geschenk geeignet]

Pressestimmen
David Servan-Schreiber ist es gelungen, wissenschaftliche Erkenntnisse und Informationen von vitaler Bedeutung für das Wohlbefinden des Einzelnen zusammenzuführen. Dieses Buch ist selbst ein Heilmittel. (Daniel Goleman, Autor von EQ - Emotionale Intelligenz)
Ein brillantes Sachbuch! (Bayerischer Rundfunk, Lesezeichen)
Ich denke mir, David Servan-Schreiber ist deswegen so erfolgreich, weil er sein Gehirn nicht einfach an den Nagel hängt und sich mit interessanten - vielleicht nicht ganz mainstream-therapeutischen - Verfahren beschäftigt. (Neurobiologe Manfred Spitzer)
Kurzbeschreibung
Heilung ohne Medikamente und Psychotherapie: wissenschaftlich fundiert und an Einzelfällen plastisch geschildert. Depression, Zukunftsangst und Stress durch Überforderung sind die Krankheiten unserer modernen Gesellschaft. Der Neurologe und Psychiater David Servan-Schreiber stellt sieben wissenschaftlich überprüfte Behandlungsmethoden vor, die zeigen, dass diese Krankheiten alle heilbar sind. Und zwar ohne Medikamente und jahrelange Psychotherapie, sondern durch die Mobilisierung des emotionalen Gehirns und seiner Selbstheilungskräfte.
Klappentext
David Servan-Schreiber ist es gelungen, wissenschaftliche Erkenntnisse und Informationen von vitaler Bedeutung für das Wohlbefinden des Einzelnen zusammenzuführen. Dieses Buch ist selbst ein Heilmittel.
Daniel Goleman, Autor von EQ - Emotionale Intelligenz
Ein brillantes Sachbuch!
Bayerischer Rundfunk, Lesezeichen
Ich denke mir, David Servan-Schreiber ist deswegen so erfolgreich, weil er sein Gehirn nicht einfach an den Nagel hängt und sich mit interessanten - vielleicht nicht ganz mainstream-therapeutischen - Verfahren beschäftigt.
Neurobiologe Manfred Spitzer