

Bücher zum Thema „Stress“

Werner Tiki Küstenmacher:

LIMBI, Der Weg zum Glück führt durchs Gehirn, campus-Verlag
Simplify your life

Dr.med. Lutz Bannasch, Beate Junginger:

Lieber gesund und glücklich, Verlag MensSana

Jon Kabat-Zinn:

Gesund und stressfrei durch Meditation
Im Alltag Ruhe finden, Herder Verlag

Christina Berndt:

Resilienz, Das Geheimnis der psychischen Widerstandskraft, dtv premium-Verlag

Susann Theresa Braun:

Achte auf das, was du sagst. Das Geheimnis der richtigen Wortwahl, vianova

Gert Kaluza:

„Gelassen und sicher im Stress“-Das Stresskompetenz-Buch, Springer Verlag

Bruce Lipton:

Intelligente Zellen, Koha-Verlag

Josef M. Marshall:

„Bleib auf Deinem Weg“. Die Weisheit eines alten Indianers, Herder Verlag

„Der stille Pfad“. Indianische Weisheitsgeschichten, Herder Verlag

Dr. Caroline Leaf:

„Wer hat mein Gehirn ausgeschaltet?“ Toxische Gedanken und Emotionen überwinden,
Der Überwinder Verlag

Lelia Kühne de Haan

„Ja, aber....“

Die heimliche Kraft alltäglicher Worte

Nymphenburger Verlag

Dr. med. Claudia Croos – Müller

„KOPF HOCH“

Das kleine Überlebensbuch

Soforthilfe bei Stress, Ängsten.....

Kösel Verlag

Prof. Dr. Elizabeth Blackburn und Prof. Dr. Elissa Epel

„Die Entschlüsselung des Alterns“

Mosaik Verlag

Yuri Elkaim

„Energy Booster“

Bewegungs- und Ernährungsprogramm

Goldmann Verlag

Dr. Brant Cortright

„Das bessere Gehirn“

Scorpio Verlag

Dr. David Perlmutter und Alberto Villoldo

„Das erleuchtete Gehirn“

Spencer Johnson

„Eine Minute für mich“

Rororo Sachbuch
