

[Pdf free] Wer bin ich ohne dich?: Warum Frauen depressiv werden - und wie sie zu sich selbst finden

Wer bin ich ohne dich?: Warum Frauen depressiv werden - und wie sie zu sich selbst finden

Von Ursula Nuber

audiobook / *ebooks / Download PDF / ePub / DOC



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation - Verkaufsrang: #16317 in BcherVerffentlicht am: 2014-11-27 Abmessungen: 7.48 x .58b x 4.92l, Einband: Taschenbuch 256 Seiten | File size: 29.Mb

Von Ursula Nuber : Wer bin ich ohne dich?: Warum Frauen depressiv werden - und wie sie zu sich selbst finden before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Wer bin ich

ohne dich?: Warum Frauen depressiv werden - und wie sie zu sich selbst finden:

Pressestimmen09.08.2012 / Bunte:Machen Männer Frauen krank?"Depressionen befallen Frauen doppelt so häufig wie Männer. Auslöser sind meist Beziehungen, fand die Therapeutin Ursula Nuber heraus und zeigt Wege aus dem Tief."18.08.2012 / Bild Online:Machen Männer Frauen depressiv?"Studien zeigen: Frauen mit Depressionen berichten mehrheitlich von Partnerschaftsproblemen vor der Erkrankung."01.09.2012 / Emotion:Pingpong mit mir"Die Autorin zeigt, wie man Abhängigkeiten berwinden und wieder zu sich selbst finden kann. Ein schlauer Ratgeber mit vielen Aha-Effekten!"01.09.2012 / Freundin Donna:Frauen müssen lernen Grenzen zu ziehen"Auch für nicht betroffene Frauen eine spannende und hilfreiche Lektüre."15.09.2012 / Die Welt:Doppelbelastung Mutterschaft"Ohne das damit verbundene Leid zu ignorieren, gewinnt Nuber der Krankheit am Ende sogar einen positiven Aspekt ab: Die Depression bietet eine Chance, sich von Illusionen zu verabschieden."21.09.2012 / myself.de:Wer bin ich ohne dich?"Ein wertvolles Buch."27.09.2012 / Handelsblatt Online:Machen Männer Frauen krank"Anhand von vielen kleinen Fallbeispielen aus ihrer eigenen Praxisarbeit zeigt Ursula Nuber, wie man Abhängigkeiten berwinden und wieder zu sich selbst finden kann. Trotz der wissenschaftlichen Studien, die Nuber erwähnt, ist die Lektüre nicht abgehoben, immer verständlich geschrieben und sehr hilfreich."01.05.2013 / Stern Gesund Leben:Depression bei Frauen"Nuber zeigt Frauen Wege aus der Depression auf: sich die eigene Stärke und Unabhängigkeit bewusst machen, sich wehren, egoistischer werden, nicht mehr immer nett sein wollen."WerbetextWenn Beziehungen krank machenKurzbeschreibungEIN WERTVOLLES BUCH. myself.deFrauen erkranken doppelt so häufig an Depressionen wie Männer. Aktuell sind es etwa fünf Millionen Frauen in Deutschland. Die Ursache: Frauen haben eine viel höhere Beziehungsbedürftigkeit als Männer. Sie definieren sich und ihr Wohlbefinden über ihre Beziehungen zu anderen. Und genau dieses Gefühl der Abhängigkeit kann zur Depression führen. Die Psychologin und Bestsellerautorin Ursula Nuber zeigt in ihrem Buch, warum auch starke und erfolgreiche Frauen depressiv werden. Und vor allem: Wie sie wieder zu sich selbst finden oder es gar nicht so weit kommen lassen. Ein Buch für alle Frauen, die sich schon einmal gefragt haben: Bin ich krank oder ist das noch normal? Und natürlich für alle Männer, die ihre Frau besser verstehen wollen.Die Autorin zeigt, wie man Abhängigkeiten berwinden und wieder zu sich selbst finden kann. Ein schlauer Ratgeber mit vielen Aha-Effekten!Emotion