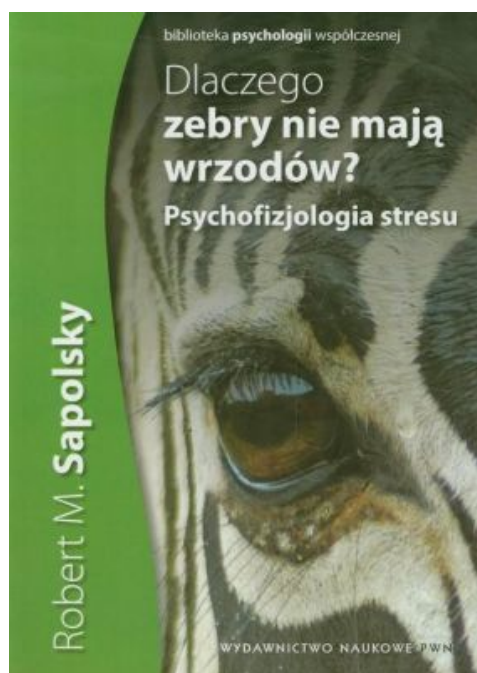


DLACZEGO ZEBRY NIE MAJĄ WRZODÓW? Psychofizjologia stresu



Cena: 69,00 PLN

Opis słownikowy

Autor	Sapolsky Robert
Rok wydania	2017
Wydawca	Wydawnictwo Naukowe PWN
Wysyłamy	Wysyłamy w 24h (w następny dzień roboczy)

Tabela cech produktu

Okładka	Miękka
Liczba stron	448
Format	16.8x23.8cm

Opis produktu

Nieważne, jak wielki jest nasz konflikt z członkiem rodziny czy jak mocno zdenerwowała nas utrata miejsca parkingowego, rzadko uciekamy się do załatwienia tego rodzaju spraw przez walkę na pięści. Podobnie, raczej rzadko się nam przytrafia konieczność zaczajenia się i osobistego pokonania naszej przyszłej kolacji. Chodzi o to, że my, ludzie, żyjemy wystarczająco dostatnio i wystarczająco długo, i jesteśmy wystarczająco inteligentni, by generować wszystkie możliwe rodzaje stresujących zdarzeń jedynie w naszych głowach. Ile hipopotamów zamartwia się tym, czy ich ubezpieczenie społeczne będzie ważne do końca ich życia lub tym, co mają powiedzieć na pierwszej randce?

Nie znam książki w języku polskim, która tak kompleksowo i z tak szerokiej perspektywy poruszałaby problematykę relacji stresu i zdrowia. (...) Dodatkowym atutem książki Sapolsky'ego jest duża dawka humoru i dający się wyczuć entuzjazm Autora, który sprawia, że obok niekwestionowanej wartości naukowej jest to po prostu bardzo przyjemna lektura.

* Z recenzji dr Małgorzaty Guzowskiej-Dąbrowskiej

Podręcznik ten można czytać jak książkę „do poduszki”; jak w każdym dobrym kryminale jest w niej bowiem o seksie, śmierci i bezsennych nocach.

* Z recenzji dr hab. Aleksandry Łuszczyńskiej