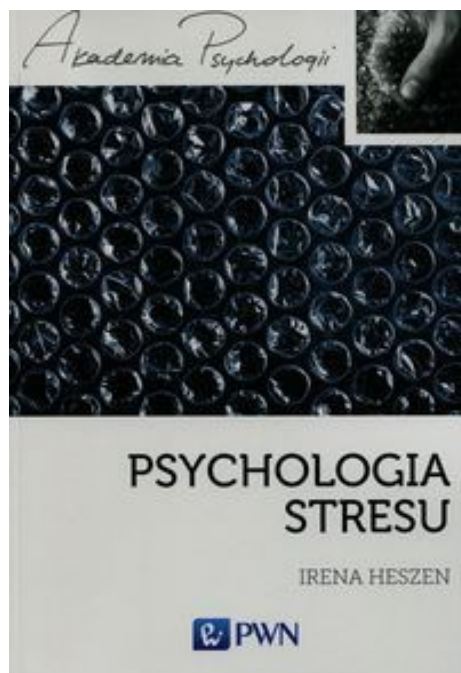


PSYCHOLOGIA STRESU Korzystne i niekorzystne skutki stresu życiowego



Cena: 62,10 PLN

Opis słownikowy

Autor	Irena Heszen
ISBN	978-83-01-18522-0
Rok wydania	2020
Wydawca	Wydawnictwo Naukowe PWN
Wysyłamy	Wysyłamy w ciągu 3-5 dni roboczych

Tabela cech produktu

Okładka	Twarda
Liczba stron	384
Format	16.8x24.0cm

Opis produktu

Treść podręcznika wzbogacona jest o bloki rozszerzające, biogramy najważniejszych postaci, wypowiedzi ekspertów. Trudniejsze problemy zilustrowano barwnymi przykładami. Naukę i utrwalanie wiedzy ułatwią pytania i problemy do dyskusji kończące każdy rozdział. Tak o stresie nie pisał jeszcze nikt.

Profesor dr hab. Irena Heszen prowadziła badania naukowe jako kierownik zespołów badawczych w Akademii Medycznej w Warszawie, na Uniwersytecie Śląskim w Katowicach, na Uniwersytecie Warszawskim i w Szkole Wyższej Psychologii Społecznej, gdzie pracuje od 2003 roku. Jest członkiem Polskiego Towarzystwa Psychologicznego i międzynarodowych towarzystw naukowych, między innymi, International Society for Stress and Anxiety Research STAR. Opublikowała ponad 150 prac, w tym ponad 20 książek jako autor lub redaktor. Zainteresowania naukowej Autorki obejmują problematykę psychologii stresu i radzenia sobie, a ponadto podstawy psychologii zdrowia, psychologiczne aspekty relacji lekarz-pacjent oraz duchowość z perspektywy psychologicznej. W ostatnich latach prowadzi badania nad korzystnymi stronami stresu oraz źródłami emocji pozytywnych w sytuacji stresowej i ich znaczeniem dla przebiegu radzenia sobie.