Stresle ve onun getirdiği sağlık sorunlarıyla nasıl başa çıkıyorsunuz? Problem odaklı mısınız, duygusal mı? İşte size stresle başa çıkmanızda yardımcı olabilecek birkaç ipucu...

Kaynak: http://www.kariyer.net/kariyerRehberi/kariyerRehberiDetay.kariyer?prt=81&kn=265