



5.00 EUR

Peretz Lavie

Die wundersame Welt des Schlafes

Entdeckungen, Träume, Phänomene

Erschienen: September 1997

Ausstattung: Broschur

Format: 12.6 x 20.5 cm

Seitenzahl: 328

Abbildungen s/w: 32

ISBN: 978-3-86153-138-8

Der Schlaf und seine Phänomene hat die Menschen zu allen Zeiten beschäftigt. Jede schlaflose Nacht wirft zahllose Fragen auf, und der Tag nach einem Flug über die Zeitzonen wird oft genug zum Problem. Peretz Lavie gibt eine faszinierende Einführung in die Welt des Schlafes und behandelt dabei die Entwicklung der Schlafrythmen von der frühen Kindheit bis ins Alter ebenso wie die Steuerung durch die Hirnzentren, die Ursache und Bedeutung der Träume, Schlafgewohnheiten und -störungen sowie deren vielfältige Behandlungsmöglichkeiten. Lavie gibt auch Auskunft darüber, wie sich soziale Bedingungen in der heutigen Zeit auf das Schlafverhalten auswirken (z. B. Schichtarbeit und Jet-Lag Syndrom) und wie gravierende Erfahrungen, etwa von Kriegsopfern, bis in die Gegenwart in den Schlaf hineinwirken. Er verweist dabei zugleich auf die enormen Fortschritte, die Schlafforschung und -medizin vor allem im letzten Jahrzehnt erreicht haben. Mit zahlreichen Anekdoten, spannenden Fallstudien und p

Pressestimmen:

Der Schlafforscher Lavie erklärt wissenschaftlich genau und dennoch anschaulich die komplexe Welt des Schlafes. Das Buch hält den Leser hellwach. Keine Lektüre für Übermüdete.
Männer Vogue

Leicht, verständlich, mit vielen Geschichten angereichert, gibt uns Lavie eine Zusammenfassung der vielfältigen Probleme auf dem Gebiet des Schlafes... Deutlich wird dabei die Faszination, der er selber bei der Behandlung des Themas erlegen ist und die er begeistert an seine Leser weitergeben kann. So ist dieses Buch sicherlich eine allererste Adresse für alle die, die sich mit Vergnügen und gleichzeitig gründlich einen Überblick über die tatsächlich wundersame Welt des Schlafes verschaffen wollen.
psychomed

Lavies Buch bietet einen für Laien gut verständlichen Überblick zu allen Fragen rund um den Schlaf. Es ist Wissenschaftsgeschichte und Ratgeber in einem, dabei einfach und verständlich geschrieben.
NDR

Wissenslücken zu schließen und den Stoff, aus dem der Schlaf und die Träume sind, ausführlich darzustellen, ist die Absicht des Verfassers.

Am Ende hat Peretz Lavie es verstanden, die Leser davon zu überzeugen, daß der Schlaf ein fesselndes Thema ist - und eines, dessen letzte Geheimnisse sich nicht erkunden lassen.
Süddeutsche Zeitung

Der kleine aber feine Links-Verlag hat sich's nicht nehmen lassen, sein Programm zur praktischen Aufklärung um diese faszinierende, sozialpsychologische Facette zu bereichern.
Eine wahre Enzyklopädie im klassis ...

Bestellen:

Bitte bestellen Sie das Buch in Ihrer Buchhandlung vor Ort oder direkt auf unserer Internetseite www.christoph-links-verlag.de. Alle Online-Bestellungen werden innerhalb Deutschlands **portofrei** ausgeliefert. Die Bezahlung kann wahlweise gegen Rechnung oder Kreditkarte erfolgen.

Kurzlink / weitere Informationen zum Titel:

https://www.christoph-links-verlag.de/direkt.cfm?titel_nr=138

Ch. Links Verlag
Schönhauser Allee 36
KulturBrauerei
D - 10435 Berlin
T: (030) 44 02 32 - 0
F: (030) 44 02 32 - 29
mail@christoph-links-verlag.de

Ch. Links

ISBN: 978-3-86153-138-8

PREIS: 5.00 EUR | Österreich: 0.00 EUR