

Jak radzić sobie z trudnymi sytuacjami, ze stresem.

Poniżej link do ciekawych artykułów odnoszących się do trudnych sytuacji, stresu i sposobów radzenia sobie z nimi.

<https://www.polityka.pl/tygodnikpolityka/spoleczenstwo/1503312,1,jak-radzic-sobie-ze-stresem.read>

<https://optymalnewybory.pl/jak-radzic-sobie-ze-stresem-i-nerwami-8-skutecznych-porad/>

<https://interviewme.pl/blog/jak-radzic-sobie-ze-stresem>

<https://www.focus.pl/artykul/8-sposobw-by-samemu-poradzi-sobie-z-trudn-sytuacj>

<https://testosterone.pl/wiedza/jak-sobie-radzic-ze-stresem-10-porad/>