



## Sieben Schritte gegen Burnout

By Erich Hotter

Leykam Mrz 2009, 2009. Taschenbuch. Book Condition: Neu. 209x125x18 mm. Neuware - Das Burnout-Syndrom entwickelte sich in den letzten Jahren zu einem ernsten Risiko für Menschen, die längerfristig hohen Belastungen ausgesetzt sind. Der Autor, selbst einst Burnout-Opfer, hat den aktuellen Stand der Forschung, eigenes Erleben und bewährte Lösungsansätze zu einem gut anwendbaren 7-Schritte-Programm verarbeitet. Der Schwerpunkt des Programms liegt bei der Früherkennung und Prävention. Es unterstützt aber auch das aktive Gegensteuern in einer Frühphase der Erkrankung. Tests und Checklisten helfen dabei, erste Warnsignale zu erkennen. In Seminaren bewährte Übungen und Konzepte unterstützen die nötigen Veränderungsprozesse. 143 pp. Deutsch.

DOWNLOAD



READ ONLINE  
[ 2.91 MB ]

### Reviews

*This publication could be worthy of a study, and superior to other. it was writtern extremely perfectly and beneficial. I am just easily could possibly get a delight of reading through a published pdf.*

-- **Prof. Bernie Torphy**

*I just started off reading this article ebook. It is actually writter in basic words and not confusing. I am just very happy to let you know that this is the best ebook i actually have read through inside my individual daily life and can be he finest ebook for possibly.*

-- **Dayne Johns**