


[DOWNLOAD](#)

[READ ONLINE](#)  
 [ 4.08 MB ]

## 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.

### Reviews

*An incredibly amazing ebook with perfect and lucid answers. It is written in basic terms and never difficult to understand. It's been written in an exceptionally basic way and it is only right after I finished reading this ebook in which it in fact modified me, affected the way I really believe.*

-- **Beverly Hoppe**

*Extremely helpful for all class of individuals. Better than never, though I am quite late in start reading this one. I realized this publication from my I and dad suggested this ebook to discover.*

-- **Adela Schroeder II**