



Burnout

By Christina Wiesemann

ARPS Verlag Ltd. Mrz 2010, 2010. Audio-CD. Book Condition: Neu. 12.4x14.2x cm. Neuware - Wie Sie mit dem Work-Life-Balance-Programm aus der Erschöpfungsspirale aussteigen können. Nach Schätzung fühlt sich ca. 15% der deutschen Bevölkerung wegen ihrer Arbeit ausgebrannt. Burnout ist ein Zustand körperlicher und emotionaler Erschöpfung, der mit verminderter Leistungsfähigkeit einhergeht. Vor allem engagierte Menschen sind betroffen, weil es ihnen in ihrer Leistungsbereitschaft nicht gelingt, das richtige Maß zu finden. Mit Hilfe des Work-Life-Balance-Programms lernt der Hörer, sein persönliches Burnout-Risiko realistisch einzuschätzen und mit Hilfe der angeleiteten psychologischen Übungen aus der Erschöpfungsspirale auszusteigen. Die zwei CDs und das 20-seitige Booklet beinhalten neben einem Burnout-Risiko-Test wirksame psychotherapeutische Übungen, um eine ausgeglichene Balance herzustellen, die dem eigenen Leben wieder Werthaltigkeit und Sinn vermittelt. 20 pp. Deutsch.



READ ONLINE
[6.52 MB]

Reviews

It in a single of my favorite ebook. It can be packed with knowledge and wisdom I am just happy to tell you that this is basically the finest ebook i have got study in my very own lifestyle and may be he greatest pdf for actually.

-- **Dr. Jaquan Goodwin Jr.**

It in a of the most popular publication. It really is filled with knowledge and wisdom Its been designed in an exceedingly straightforward way and it is merely soon after i finished reading this pdf by which actually transformed me, affect the way in my opinion.

-- **Gerardo Rath**

See Also



Psychologisches Testverfahren

Reference Series Books LLC Nov 2011, 2011. Taschenbuch. Book Condition: Neu. 249x191x7 mm. This item is printed on demand - Print on Demand Neuware - Quelle: Wikipedia. Seiten: 100. Kapitel: Myers-Briggs-Typindikator, Keirsey Temperament Sorter, DISG, Eignungstest für das Medizinstudium, Adult Attachment Interview,...



Adobe Indesign CS/Cs2 Breakthroughs

Peachpit Press, 2005. Softcover. Book Condition: Neu. Gebraucht - Sehr gut Unbenutzt. Schnelle Lieferung, Kartonverpackung. Abzugsfähige Rechnung. Bei Mehrfachbestellung werden die Versandkosten anteilig erstattet. - Adobe InDesign is taking the publishing world by storm and users are hungry for breakthrough solutions to...



Have You Locked the Castle Gate?

Addison-Wesley Professional. Softcover. Book Condition: Neu. Gebraucht - Sehr gut Unbenutzt. Schnelle Lieferung, Kartonverpackung. Abzugsfähige Rechnung. Bei Mehrfachbestellung werden die Versandkosten anteilig erstattet. - Is your computer safe Could an intruder sneak in and steal your information, or plant a virus Have...



Untold Stories - The Diaries: Diaries Pt. 2

BBC Audiobooks Ltd, 2005. Audio Cassette. Book Condition: New. . A new, unread, unused book in perfect condition with no missing or damaged pages. Shipped from UK. Orders will be dispatched within 48 hours of receiving your order. Orders are dispatched Monday...



The Java Tutorial (3rd Edition)

Pearson Education, 2001. Softcover. Book Condition: Neu. Gebraucht - Sehr gut Unbenutzt. Schnelle Lieferung, Kartonverpackung. Abzugsfähige Rechnung. Bei Mehrfachbestellung werden die Versandkosten anteilig erstattet. - Praise for "The Java' Tutorial, Second Edition" includes: "This book stands above the rest because it has..."



Patterns and Sequence Stick Kids Workbook, Grade K Stick Kids Workbooks

Creative Teaching Press. Paperback. Book Condition: New. Paperback. 56 pages. Dimensions: 8.8in. x 6.4in. x 0.2in. Knowledge of patterns enables us to make predictions and solve problems. Noticing patterns in nature and in home routines and observing the sequence of daily events strengthens...