



## 30 Minuten Burn-out



**Download**



**Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# 30 Minuten Burn-out

*Frank H. Berndt*

**30 Minuten Burn-out** Frank H. Berndt

 [Download 30 Minuten Burn-out ...pdf](#)

 [Online lesen 30 Minuten Burn-out ...pdf](#)

## Downloaden und kostenlos lesen 30 Minuten Burn-out Frank H. Berndt

---

96 Seiten

### Kurzbeschreibung

Ausgewert, seelisch verausgabt, ausgebrannt – jedes Jahr erleben tausende Führungskräfte, Manager, Selbstständige diesen Zusammenbruch ihres Leistungsvermögens. Darunter leidet dann nicht nur die Gesundheit des Betroffenen, sondern auch sein gesamtes Umfeld: Beruf, Partnerschaft, Familie und Freundeskreis. Umso wichtiges ist es, rechtzeitig etwas gegen einen drohenden Burn-out zu unternehmen. Dieser Ratgeber beschreibt Interventionsmöglichkeiten auf organisatorischer und individueller Ebene und gibt konkrete Hilfestellungen durch Tests zur Selbsteinschätzung, Tipps und Handlungsanleitungen.

Lesen Sie:

- an welchen Symptomen man Burn-out erkennt,
- wie Burn-out entsteht,
- warum Stress nicht die Hauptursache ist,
- welche Gegenmaßnahmen es gibt. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Frank H. Berndt, Jahrgang 1969, ist Gründer der Fachberatungsstelle für Burnout. Neben der Begleitung von Betroffenen unterstützen der "Experte für Burnout-Fälle" (Focus-Magazin 39/20008) mit seinem Team Unternehmen und Organisationen, bzw. deren Führungskräfte und Personalverantwortliche durch Schulungen, Workshops und Vorträge im betrieblichen Gesundheitsmanagement. Schwerpunktthemen sind hierbei "Burnout-Prävention", „Stressmanagement“ und „gesunde Mitarbeiterführung“. Sein erstes Burnout-Seminar hielt er 1998 - lange bevor diese Thematik ins Blickfeld der Öffentlichkeit geriet...

Download and Read Online 30 Minuten Burn-out Frank H. Berndt #0A51HXJ7LN4

Lesen Sie 30 Minuten Burn-out von Frank H. Berndt für online ebook30 Minuten Burn-out von Frank H. Berndt Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen 30 Minuten Burn-out von Frank H. Berndt Bücher online zu lesen.Online 30 Minuten Burn-out von Frank H. Berndt ebook PDF herunterladen30 Minuten Burn-out von Frank H. Berndt Doc30 Minuten Burn-out von Frank H. Berndt Mobipocket30 Minuten Burn-out von Frank H. Berndt EPub