



Leben in der Arbeit?

Existenzielle Zugänge zu Burnout-Prävention und Gesundheitsförderung

Ladenpreis: 22,90EUR

ISBN: 978-3-7089-1493-0

Verlag: Facultas

Erscheinungsdatum: 05.12.2016

Autoren: Künz Ingeborg, Längle Alfred

WEITERE INFORMATIONEN UND BESTELLUNG

<https://shop.lexisnexus.at/leben-in-der-arbeit-9783708914930.html>

Details

Arbeit gehört für die meisten Menschen zentral zum Leben und ist eine unumgängliche Anforderung der Existenz. Gerade deshalb soll das Tätigsein als Quelle für gutes Leben Erfüllung geben und ein wichtiger Sinnfaktor sein. Nicht selten aber wird Arbeit zur Belastung – und oft genug erleben wir sogar, wie sie uns von uns wegführt. Doch gibt es Warnsignale. Burnout ist ein solches Zeichen, dass wir unser Dasein nicht mehr voll und ganzheitlich leben. Hier setzt dieses Buch an. Es beschreibt die existenziellen Voraussetzungen, um auch in der Arbeit Stress zu vermeiden und zu einem erfüllenden Leben zu kommen. Anhand zahlreicher Beispiele werden Ursachen und Anzeichen von Burnout dargestellt und wichtige Mittel zur Vorbeugung und zum Stressabbau beschrieben. Reflexions- und Übungsanleitungen helfen bei der praktischen Umsetzung. Ein praxisnaher Leitfaden für alle, die ihre Arbeit als Last empfinden, die vorbeugen und ihre Gesundheit fördern wollen, vor allem aber für jene, die Menschen leiten und unterstützen, ob Führungskräfte, Psychologen oder Berater. Auch als E-Book (epub und e-pdf) erhältlich.

Wir haben andere Produkte gefunden, die Ihnen gefallen könnten!



Österreich und der Kalte Krieg
Ladenpreis: 39,00EUR



Reform des Gesellschaftsrechts
Ladenpreis: 48,00EUR



100 Jahre Republik Österreich
Ladenpreis: 98,00EUR



Radikale Markenfokussierung
Ladenpreis: 29,90EUR



Wirtschaftsstandort Österreich
Ladenpreis: 49,00EUR



Austrian Limited Eine startupfreundliche
neue Rechtsform
Ladenpreis: 54,00EUR



Die Umqualifizierung scheinselfständiger Beschäftigungen im Arbeits- und Sozialversicherungsrecht
Ladenpreis: 56,00EUR



Die Kausalgerichtsbarkeit des Verfassungsgerichtshofes
Ladenpreis: 174,00EUR



Psychologie kompakt
Ladenpreis: 26,90EUR



Kombipaket Casebook Bürgerliches Recht,
Bürgerliches Recht und Zivilrecht 24
Ladenpreis: 94,00EUR