

Burnout und Prävention

Ein Lesebuch für Ärzte, Pfleger und Therapeuten

Klaus Michael Ratheiser, Jutta Menschik-Bendele, Ewald E. Krainz, Michael Burger
Springer Wien NewYork

ISBN 10: 3211888950

ISBN 13: 9783211888957

Immer öfter entwickeln Menschen in helfenden Berufen ein Burnout-Syndrom.

Zu den schwerwiegendsten Symptomen zählt dabei die emotionale Erschöpfung: Freude, Glück, Interesse und Wohlbefinden spielen keine Rolle mehr, Mitgefühl und Wertschätzung für andere gehen verloren.

Diese Leere kann bis zum Suizid führen. Ärzte, Pflegepersonen und Therapeuten sind von dieser Gefahr besonders betroffen, wenn es ihnen nicht gelingt, die Ursachen des Burnouts zu erkennen und zu bewältigen.

An sie richtet sich dieses Buch, das auf unkonventionelle und kreative Weise zur Selbstanalyse einlädt: Eine klinische Psychologin, ein Organisationsberater, ein Gruppendynamiker und ein Arzt geben praktische Anregungen, wie das innere Gleichgewicht und damit auch die Freude an Beruf und Privatleben wiederhergestellt werden können. Sie zeigen Wege auf, die aus dieser schwierigen Lebenssituation herausführen.

Das Buch ist ein wertvoller Begleiter für alle, die neben ihrem beruflichen Einsatz für andere auch das eigene Wohlergehen nicht aus den Augen verlieren möchten.