Quantz

Arbeit darf nicht krank machen

Impulse einer Hausärztin



22,99 €
21,49 € (zzgl. MwSt.)

Lieferfrist: bis zu 10 Tage

Artikelnummer: 9783662621608
Medium: Buch
ISBN: 978-3-662-62160-8
Verlag: Springer
Erscheinungstermin: 05.11.2020
Sprache(n): Deutsch
Auflage: 1. Auflage 2020
Produktform: Kartoniert
Gewicht: 243 g
Seiten: 120
Format (B x H): 155 x 235 mm

In diesem Ratgeber gibt eine Hausärztin Impulse für ein gesundes Wirken im Berufsleben. Klingt allgemein? Die Autorin erlebt in ihrer Praxis täglich sehr konkret, wie Patienten in schwierigen beruflichen Konstellationen stecken und wie das ihrer Gesundheit schadet. In diesem Buch erfahren Sie, wie Sie sich helfen können und wie Ihre Arbeit Sie erfüllen und glücklich machen kann.

Menschen erleben gesundheitsschädigende Bedingungen in ihrer Arbeit. Können sie weder freundlich Grenzen setzen noch Konflikte aushalten, so sind sie viel gefährdeter, ausgebeutet zu werden und in tiefe innere Konflikte zwischen ihren Werten und der Realität der Arbeit zu geraten. Folge: Krankheit. Die Hausärztin erklärt, warum wir Menschen so ticken, wie wir ticken, und so verletzbar sind. Natürlich geht es auch um die großen Themen Stress, Mobbing und Burnout. Der Schwerpunkt sind vielfältige Lösungswege.

Aus dem Inhalt:

Arbeitsbedingungen – Warum wir etwasals belastend empfinden – Stichworte: Antreiber, Opfer/Täter/Retter – Fragen und Übungen zum Selbstcoaching – Können Konflikte Chancen sein? – Warum wir uns so ungern verändern – Fallbeispiele und Geschichten.

Über die Autorin:

Dr. Sandra Quantz behandelt als Hausärztin und systematische Beraterin viele Menschen, deren gesundheitliche Probleme durch ihre Arbeitsbedingungen zumindest mitbedingt sind. Zu vermitteln, dass das nicht sein muss und was Betroffene ganz konkret bewirken können, ist ihr Anliegen in diesem Ratgeber.

In diesem Ratgeber gibt eine Hausärztin Impulse für ein gesundes Wirken im Berufsleben. Klingt allgemein? Die Autorin erlebt in ihrer Praxis täglich sehr konkret, wie Patienten in schwierigen beruflichen Konstellationen stecken und wie das ihrer Gesundheit schadet. In diesem Buch erfahren Sie, wie Sie sich helfen können und wie Ihre Arbeit Sie erfüllen und glücklich machen kann. Menschen erleben gesundheitsschädigende Bedingungen in ihrer Arbeit. Können sie weder freundlich Grenzen setzen noch Konflikte aushalten, so sind sie viel gefährdeter, ausgebeutet zu werden und in tiefe innere Konflikte zwischen ihren Werten und der Realität der Arbeit zu geraten. Folge: Krankheit. Die Hausärztin erklärt, warum wir Menschen so ticken, wie wir ticken, und so verletzbar sind. Natürlich geht es auch um die großen Themen Stress, Mobbing und Burnout. Der Schwerpunkt sind vielfältige Lösungswege. Aus dem Inhalt: Arbeitsbedingungen - Warum wir etwasals belastend empfinden - Stichworte: Antreiber, Opfer/Täter/Retter - Fragen und Übungen zum Selbstcoaching - Können Konflikte Chancen sein? - Warum wir uns so ungern verändern - Fallbeispiele und Geschichten. Über die Autorin: Dr. Sandra Quantz behandelt als Hausärztin und systematische Beraterin viele Menschen, deren gesundheitliche Probleme durch ihre Arbeitsbedingungen zumindest mitbedingt sind. Zu vermitteln, dass das nicht sein muss und was Betroffene ganz konkret bewirken können, ist ihr Anliegen in diesem Ratgeber.

Kundenservice Verlag Dr. Otto Schmidt KG
Neumannstraße 10, 40235 Düsseldorf | kundenservice@otto-schmidt.de | 0221-93738-997 (Inland)