



Finde zu dir selbst zurück!: Wirksame Wege aus dem Burnout



Download



Online Lesen

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

Finde zu dir selbst zurück!: Wirksame Wege aus dem Burnout

Mirriam Prieß

Finde zu dir selbst zurück!: Wirksame Wege aus dem Burnout Mirriam Prieß

 [Download Finde zu dir selbst zurück!: Wirksame Wege aus de ...pdf](#)

 [Online lesen Finde zu dir selbst zurück!: Wirksame Wege aus ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Finde zu dir selbst zurück!: Wirksame Wege aus dem Burnout

Mirriam Prieß

Format: Kindle eBook

Kurzbeschreibung

Finde dich selbst!

Im ersten Buch Mirriam Prieß' »Burnout kommt nicht nur von Stress« wurde aufgezeigt, dass der fehlende Dialog mit sich und seinen Mitmenschen und ein daraus resultierendes Leben fern von sich selbst die wahren Ursachen von Burnout bilden. Doch was bedeutet es »mit sich selbst im Dialog zu stehen« und »seine wahre Identität zu leben«? Was heißt es eigentlich »wesentlich im eigenen Leben zu sein« und »wirklich zu leben«?

Dieser Nachfolger des sehr erfolgreichen und von der Kritik gelobten Erstlings gibt Antworten darauf und versucht, den Weg zu einem gesunden und erfüllten Leben aufzuzeigen. Er ist für diejenigen geschrieben, die sich auf die Suche nach ihrer eigenen wahren Identität machen wollen, um herauszufinden, was ein gesundes, wesentliches Leben für sie persönlich bedeutet. Dabei werden nicht nur Burnout-Betroffene angesprochen, sondern auch all diejenigen, die ihre Resilienz stärken und ein leistungsfähiges Leben führen wollen, die aufhören wollen zu funktionieren und anfangen wollen zu leben. Das Buch soll helfen, zu erkennen, ob man mit sich selbst in Beziehung steht und wie man dies lernen kann – ohne dabei die Beziehung zur Umwelt zu verlieren. Zahlreiche Praxisbeispiele begleiten den Leser bei seinem Weg zurück zu sich selbst.

Ein starkes, ein nötiges Buch.

Kurzbeschreibung

Finde dich selbst!

Im ersten Buch Mirriam Prieß' »Burnout kommt nicht nur von Stress« wurde aufgezeigt, dass der fehlende Dialog mit sich und seinen Mitmenschen und ein daraus resultierendes Leben fern von sich selbst die wahren Ursachen von Burnout bilden. Doch was bedeutet es »mit sich selbst im Dialog zu stehen« und »seine wahre Identität zu leben«? Was heißt es eigentlich »wesentlich im eigenen Leben zu sein« und »wirklich zu leben«?

Dieser Nachfolger des sehr erfolgreichen und von der Kritik gelobten Erstlings gibt Antworten darauf und versucht, den Weg zu einem gesunden und erfüllten Leben aufzuzeigen. Er ist für diejenigen geschrieben, die sich auf die Suche nach ihrer eigenen wahren Identität machen wollen, um herauszufinden, was ein gesundes, wesentliches Leben für sie persönlich bedeutet. Dabei werden nicht nur Burnout-Betroffene angesprochen, sondern auch all diejenigen, die ihre Resilienz stärken und ein leistungsfähiges Leben führen wollen, die aufhören wollen zu funktionieren und anfangen wollen zu leben. Das Buch soll helfen, zu erkennen, ob man mit sich selbst in Beziehung steht und wie man dies lernen kann – ohne dabei die Beziehung zur Umwelt zu verlieren. Zahlreiche Praxisbeispiele begleiten den Leser bei seinem Weg zurück zu sich selbst.

Ein starkes, ein nötiges Buch.

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Dr. med. Mirriam Prieß (geb. 1972) hat an der Universität Hamburg Medizin mit anschließender Promotion im Fachbereich Psychosomatik studiert. Sie war als Ärztin 8 Jahre in einer psychosomatischen Fachklinik tätig und unter anderem für die Behandlungsschwerpunkte Ängste, Depressionen und Burnout verantwortlich. Seit 2005 beratende Tätigkeit in der Wirtschaft (eon, Porsche, Ernst & Young) mit Einzelcoaching von Führungskräften im Bereich Konflikt und Stressmanagement.

Download and Read Online Finde zu dir selbst zurück!: Wirksame Wege aus dem Burnout Mirriam Prieß
#HAXVDGFUS1Z

Lesen Sie [Finde zu dir selbst zurück!](#): Wirksame Wege aus dem Burnout von Mirriam Prieß für online ebook [Finde zu dir selbst zurück!](#): Wirksame Wege aus dem Burnout von Mirriam Prieß 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 [Finde zu dir selbst zurück!](#): Wirksame Wege aus dem Burnout von Mirriam Prieß Bücher online zu lesen. [Online Finde zu dir selbst zurück!](#): Wirksame Wege aus dem Burnout von Mirriam Prieß ebook PDF herunterladen [Finde zu dir selbst zurück!](#): Wirksame Wege aus dem Burnout von Mirriam Prieß Doc [Finde zu dir selbst zurück!](#): Wirksame Wege aus dem Burnout von Mirriam Prieß Mobipocket [Finde zu dir selbst zurück!](#): Wirksame Wege aus dem Burnout von Mirriam Prieß EPub