

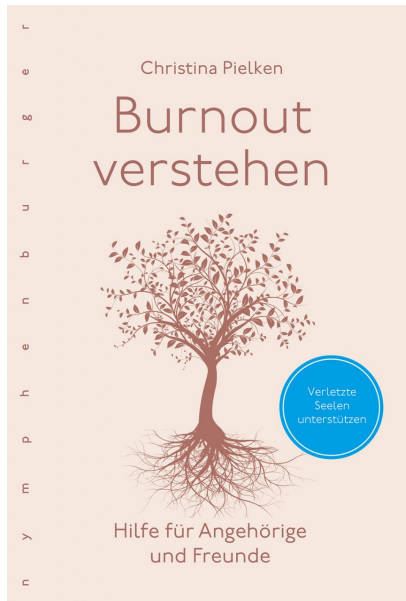
Burnout verstehen

Hilfe für Angehörige und Freunde

Taschenbuch

12,00 €

inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)



- Wirksam helfen bei Burnout.
- Ganzheitliche Expertentipps für Angehörige und Freunde des an Burnout erkrankten Menschen.
- Konkrete Ratschläge: Alltagstauglich und leicht verständlich.

186x129x11mm (LxBxH)

1. Auflage 2020

Seiten: 128

EAN: 9783485030205

Art.-Nr.: 33020

KOSMOS

Produktinformationen "Burnout verstehen"

Was tun, wenn der Partner oder ein enger Freund an Burnout erkrankt ist? Christina Pielken, Heilpraktikerin für Psychotherapie, hilft, mit der Thematik richtig umzugehen. Fundiert und leicht verständlich beschreibt sie Charakteristik und Symptome der Krankheit. Ihre ganzheitlichen Tipps zeigen, wie man dem Kranken und sich selbst im Alltag helfen kann: von Regeln für den Klinikbesuch bis zu Meditationen für innere Ruhe und Verständnis. Checklisten, wichtige Adressen und Erfahrungsberichte unterstützen dabei, auch schwere Krisen zu meistern.

The logo for KOSMOS, consisting of the word "KOSMOS" in white, uppercase, sans-serif font, oriented vertically within a dark blue rectangular background.