



GETABSTRACT BEWERTUNG VON

The Burnout Fix

Overcome Overwhelm, Beat Busy, and Sustain Success in the New World of Work

Burnout bleibt ein weitgehend missverständlicher Zustand, der Menschen daran hindert, die frühen Warnzeichen zu erkennen. Die Psychologin Jacinta M. Jiménez bietet Werkzeuge an, um Burnout zu stoppen, bevor er beginnt.

Schritt 1

Lassen Sie Ihr Team die Zusammenfassung von [getAbstract lesen](#).

Schritt 2

Planen Sie ein Team-Meeting, um die folgenden Fragen zu besprechen.

Schritt 3

Führen Sie eine Diskussion mit Ihrem Team durch.

Diskussionsfragen

1. Wie würdest du Burnout definieren?
2. Der Autor diskutiert eine Reihe von Werkzeugen, um Resilienz zu fördern. Welche davon sprechen dich am meisten an?
3. Hast du Ideen, wie du die 'drei S' in deinem Alltag umsetzen könntest?
4. Soziales Wohlbefinden stärkt die Widerstandsfähigkeit gegen Burnout. Hast du Ideen, wie man das Gefühl der sozialen Zugehörigkeit in deinem Unternehmen erhöhen könnte?
5. Was sind konkrete Möglichkeiten, wie Teamleiter Eigenverantwortung, Wohlwollen und Gemeinschaft fördern können?

“How can my organization improve our employee experience to uncover and implement a fixed set of practices that bolster individual, team and organizational resilience?”

The Burnout Fix

Jacinta M. Jiménez

Zusätzliche Ressourcen



Kanalisiere
Burnout



“Burnout Is Insidious: It Sneaks Up on You, Gradually Gnawing Away at You Over Time.”