

1. Record Nr.	UNINA9910151662603321
Autore	Walle Hardy
Titolo	Der Anti-Stress-Trainer für Mediziner : Seien Sie entspannt in Klinik und Praxis! / / von Hardy Walle
Pubbl/distr/stampa	Wiesbaden : , : Springer Fachmedien Wiesbaden : , : Imprint : Springer Gabler, , 2017
ISBN	3-658-12395-8
Edizione	[1st ed. 2017.]
Descrizione fisica	1 online resource (XVI, 101 S.)
Collana	Anti-Stress-Trainer, , 2730-6860
Disciplina	658.3124
Soggetti	Employees—Coaching of Medicine - Practice Coaching Practice and Hospital Management
Lingua di pubblicazione	Tedesco
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Nota di contenuto	Kleine Stresskunde- Das Adrenalinzeitalter -- Wer keinen Stress hat ist schon tot -- 10 Tipps gegen Frust und Stress.
Sommario/riassunto	Das Buch aus der Anti-Stress-Trainer-Reihe befasst sich eingehend mit den typischen Stressfaktoren bei Ärzten. Der Autor - selbst Arzt - weiß, wovon er spricht und klärt Leserinnen und Leser über den Berufsalltag von Medizinerinnen auf, welcher sich nicht nur durch eine hohe Arbeitsbelastung auszeichnet, sondern auch durch einen zunehmenden enormen sozialen Druck geprägt ist. Bewertungsportale in den Medien, Negativ-Journalismus gerade über sogenannte (Abzocker-)Ärzte sowie das zunehmende Prozessrisiko bei Kunstfehlern (meist unberechtigt) führen oft zu gesundheitlichen Problemen, Stress oder Burnout. Dem Buch gelingt es, Ärzten und allen, die mehr über einen gesunden und erfolgreichen Umgang mit Stress von einem etablierten Arzt erfahren wollen, eine informative Kurzanleitung an die Hand zu geben. Mit einem Augenzwinkern und vielen nützlichen Praxistipps plädiert der Autor für ein Mehr an Lebensfreude sowohl im beruflichen als auch im privaten Umfeld. Die Reihe Stress gehört in unserem Berufs- und Privatleben zum Alltag. Dabei unterscheiden sich die stressauslösenden Faktoren jedoch je nach Berufsgruppe. Aus diesem Grunde widmen sich in der Anti-Stress-Trainer-Reihe, initiiert von Peter Buchenau, führende

Experten und Expertinnen diesen spezifischen Stresssituationen. Der Autor Dr. Hardy Walle ist Internist, Ernährungsmediziner und Vorstand der Bodymed AG. .
