

1. Record Nr.	UNINA9910815861603321
Autore	Mommens-Valenduc Priscillia
Titolo	Comment prevenir le burn out? : les regles a suivre pour eviter le pire / / Priscillia Mommens-Valenduc
Pubbl/distr/stampa	[Place of publication not identified] : , : 50Minutes, , [2015] ©2015
ISBN	2-8062-6426-X
Descrizione fisica	1 online resource (33 p.)
Collana	Coaching pro ; ; 16
Disciplina	158.7
Soggetti	Job stress Burn out (Psychology) Adjustment (Psychology) Employee motivation
Lingua di pubblicazione	Francese
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Note generali	Description based upon print version of record.
Nota di contenuto	Sources complementairesCopyright
Sommario/riassunto	Un guide pratique et accessible pour comprendre le fonctionnement du burn out et tenter de le prevenir!Grand fleau des temps modernes, le burn out s'immisce de plus en plus dans notre quotidien. Mais comment donc le detecter? A partir de quand faut-il s'alarmer? Comment reagir face a cette spirale infernale?Face a ce syndrome qui fait des ravages parmi nos proches et nos collegues, ne perdez pas une minute de plus et decelez les signes avant-coureurs pour ne pas finir par perdre pied vous-meme!Ce livre vous aidera a : Prendre du recul et mieux gerer vos emotions Connaitre vos limites.