

## Stress am Arbeitsplatz

Manual für die Psychoedukation zur Bewältigung von arbeitsplatzbezogenem Stress (PeBaS)

---

Immer mehr psychisch erkrankte Menschen klagen über berufliche Überlastungsreaktionen oder Erschöpfungszustände bis hin zum Burnout. PeBaS bietet hierfür einen & auch im akuten stationären Sektor bewährten & sinnvollen Baustein in der transdiagnostischen modularen Psychotherapie im Gruppensetting. Dieses Psychoedukationsprogramm zur Stressregulation berücksichtigt sowohl die krankheitsverursachenden als auch die krankheitsbedingten Probleme in der prägenden Lebenswelt Arbeit. Ziel ist es, die sinnstiftende Form der Arbeit als protektive Ressource im salutogenetischen Sinne nutzen zu können. Der Band bietet neben der inhaltlichen und didaktischen Anleitung durch fünf Kernmodule störungsspezifische Zusatzmodule zu Sucht am Arbeitsplatz und ADHS, ein Modul für Patienten mit Migrationshintergrund sowie vertiefende Exkurse zu Stresstheorien, Selbstmanagement, Betrieblichem Gesundheitsmanagement wie auch zu Homeoffice.

Cover



**39,00 €**

36,45 € (zzgl. MwSt.)

*sofort versandfertig, Lieferzeit: 1-3 Werktage*

---

**Artikelnummer:** 9783170371668

**Medium:** Buch

**ISBN:** 978-3-17-037166-8

**Verlag:** Kohlhammer

**Erscheinungstermin:** 31.10.2020

**Sprache(n):** Deutsch

**Auflage:** 1. Auflage 2020

**Produktform:** Kartoniert

**Gewicht:** 250 g

**Seiten:** 159

**Format (B x H):** 157 x 231 mm

