Thieme

Presse- und
Öffentlichkeitsarbeit

Public Relations and
Press Office

BESPRECHUNGSBELEG
PRESS REVIEW

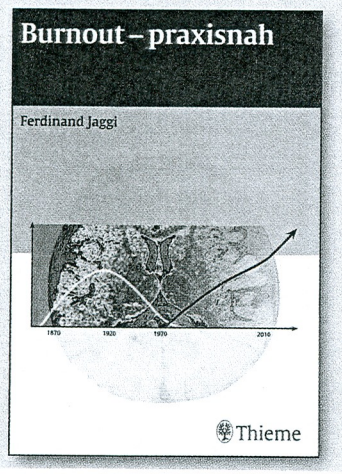
Nachstehende Besprechung ist erschienen in:
The following press review has been published in: Ärztin

Heft-Nr.: 1/08
Vol.-No.:

Erscheinungsdatum: März 2008
Publication date:

## Selbstbehauptung contra Burnout

Veröffentlichungen zum Burnout gibt es inzwischen ausreichend, nun hat der Thieme Verlag ein weiteres Buch dazu herausgegeben, das vor allem auf Behandlungspfade fokussiert. Autor ist der Schweizer Arzt Ferdinand Jaggi. In einem Geleitwort von Beate Schulze, der Leiterin des Züricher Empowerment Programm für Stressmanagement und Burnout-Prävention an der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich wird auf die wachsende Stressbelastung für Ärztinnen und Ärzte hingewiesen. „Die Aufmerksamkeit stets auf die Patienten gerichtet besteht zudem die Gefahr, die eigene Gesundheit aus dem Auge zu verlieren." Somit sei das Buch auch ein Nachschlagewerk für die professionelle Selbsthilfe, meint Schulze. Dazu mögen z. B. die Therapietechniken dienen, auf die Jaggi im Buch eingeht, wozu im Sinne einer Burnout-Prophylaxe die Zielanalyse – „Was will ich eigentlich im Leben?" – gehört. Zitat: „Ziele können sich gegenseitig im Wege stehen: z. B. der Ehrgeiz für Karriere und gleichzeitiges Verlangen, eine gute Mutter und Hausfrau zu sein, können einen Zielkonflikt auslösen." An anderer Stelle weist Jaggi darauf hin, dass es in vielen Ländern, so auch in Deutschland und in der Schweiz, schlecht um das offene und konstruktive Austragen von Konflikten bestellt sei. Hier helfe ein Selbstbehauptungstraining.




*Ferdinand Jaggi:*
*Burnout – praxisnah,*
*Georg Thieme Verlag, Stuttgart, 2008,*
*40 Seiten, ISBN 978-3-13-145901-5*
*Preis: 4.95 EURO*