

Selbsthilfe-Literatur

Bergner, T. (2006): Burnout-Prävention. Das 9-Sufen-Programm zur Selbsthilfe. Stuttgart: Schattauer

Burisch, M. (2006): Das Burnout-Syndrom. Theorien der inneren Erschöpfung. Heidelberg: Springer

Fengler, J. (2001): Helfen macht müde. Zur Analyse und Bewältigung von Burnout und beruflicher Deformation. München: Pfeifer

Freudenberger, H.-J.; North, G. (1992): Burnout bei Frauen. Frankfurt/M.: Fischer

Husmann, B. (2004): Burnout erkennen - verstehen - vorbeugen - bewältigen. Über Erfahrungen mit Vorträgen, Seminaren und Workshops sowie Therapien. In: Entspannungsverfahren Nr. 21/2004, Lengerich: Pabst Sc. Publ., 28ff

Kernen, H. (1999): Burnout-Prophylaxe im Management. Stuttgart: Haupt

Koch, A.; Kühn, S. (2001): Ausgepowert? Hilfen bei Burnout, Stress, innerer Kündigung. Offenbach: Gabal

Maslach, C; Leiter, M.-P. (2001): Die Wahrheit über Burnout – Stress am Arbeitsplatz und was Sie dagegen tun können. Wien: Springer

Pines, A.; Aronson, E.; Kafry, D. (2000): Ausgebrannt. Stuttgart: Klett-Cotta