Erschienen am 24.02.2017
256 Seiten,
Format: x
ISBN: 978-3-95571-531-1

Cary L. Cooper, Jill Flint-Taylor, Michael Pearn

Resilienz als Erfolgsfaktor

Nachhaltige Strategien für die Arbeitswelt

Resilienz am Arbeitsplatz
Wie kann man in der Arbeitswelt bestehen, selbst bei hohen Anforderungen und unter schwierigen Bedingungen? Was lässt Menschen Rückschläge und starken Stress verkraften?
Die Autoren beschäftigen sich zunächst mit den Hauptstressoren im Arbeitsleben und gehen anschließend darauf ein, wie sich Resilienz aufbauen lässt, am Arbeitsplatz, aber auch in anderen Lebensbereichen. Es geht um nachhaltige Strategien, sich zu erholen und seine Performance zu verbessern.
Das Buch richtet sich an Führungskräfte und im Coaching bzw. Training Tätige, die das Thema Resilienz in der Arbeitswelt etablieren möchten.

Autorenprofil

Jill Flint-Taylor

Jill Flint-Taylor und Michael Pearn sind als Berater tätig.

Michael Pearn

Cary L. Cooper

Sir Cary L. Cooper ist Professor für Organisationspsychologie an der Lancaster University. Seine Expertise zum Thema Gesundheit und Wohlbefinden, nicht nur am Arbeitsplatz, ist weltweit gefragt.

Pressestimmen