

EXTINGUISH BURNOUT



A Practical Guide to Prevention and Recovery

ROB & TERRI BOGUE

خلاصه کتاب: مقابله با فرسودگی

آنچه در چکیده کتاب «مقابله با فرسودگی، نوشته رابرت بوگ، تری بوگ»

می‌آموزید

افراد بسیاری از فرسودگی رنج می‌برند. حتی موسسه توسعه سلامت، فرسودگی را بیماری همه‌گیر عصر جدید می‌داند.

اگر شما هم به این مشکل دچار هستید، رابرت بوگ، صاحب کسب‌وکار و تری بوگ متخصص پرستاری بالینی، خبرهای خوبی برایتان دارند: فرسودگی قابل درمان است و درمان از خود شما شروع می‌شود.

آن‌ها در فصل‌های کوتاه و خواندنی این کتاب، دو مدل «وان حمام» و «ادراک» را به شما معرفی می‌کنند تا مفهوم فرسودگی را بهتر درک کنید.

همچنین مجموعه‌ای جامع از نکات عملی برای پرورش مهارت‌هایی ارائه می‌دهند که به شما کمک می‌کند تا با فرسودگی مقابله کرده و حتی آن را درمان کنید.

مدیرسبز مطالعه این کتاب کوتاه و مفید را به همه مدیران و کارمندان پیشنهاد می‌کند.

[membership_protected_content]

audio]

mp3="https://dle.modiresabz.com/downloads/downloads/dm/۶۳.Exting
[uishBurnout.mp3"][/audio

[membership_protected_content/]