

## **Burnout-Prävention und Stressmanagement**

### **Literaturverzeichnis:**

- Badura, B./Hehlmann, T. (2003): Betriebliche Gesundheitspolitik. Der Weg zur gesunden Organisation. Berlin Heidelberg: Springer.
- Breitbach, C. (2010): Das BGM Manual. Schrattenecker GmbH.
- Burisch, M. (2006): Das Burnout-Syndrom, 3. Auflage, Berlin Heidelberg: Springer.
- Fengler, J. (2013): Burnout-Prävention im Arbeitsleben – Das Salamander-Modell, Stuttgart: Klett-Cotta.
- Gaebler, W./Ahrens, W./Schlamm, P. (Juli 2010): Konzeption und Umsetzung von Interventionen zur Entstigmatisierung seelischer Erkrankungen: Empfehlungen und Ergebnisse aus Forschung und Praxis. Aktionsbündnis Seelische Gesundheit: Berlin.  
[www.seelischegesundheit.net](http://www.seelischegesundheit.net)
- Gimbel, B. (2014): Körpermanagement. Handbuch für Trainer und Experten in der betrieblichen Gesundheitsförderung. Mit Beiträgen von Dr. Elisabeth Malzfeldt, Marion Badenhop und Christine Breitbach. Berlin Heidelberg: Springer.
- Heller, J. (2014): Resilienz – 7 Schlüssel für mehr innere Stärke, 4. Auflage, München: GU.
- Kaluza, G. (2011): Stressbewältigung, 2. Auflage, Berlin Heidelberg: Springer.
- Langs, G./Ehlers, S.: Das Burn-out-Syndrom: Erkennen – Verstehen - Behandeln. Bad Bramstedt: Schön Klinik Bad Bramstedt.  
[www.schoen-kliniken.de](http://www.schoen-kliniken.de)
- Nelting, M. (2010): Burn-out – Wenn die Maske zerbricht. München: Goldmann.
- Pilz-Kusch, U. (2012): Burnout, Frühsignale erkennen – Kraft gewinnen, Weinheim und Basel: Beltz.
- Universität Bielefeld, Fakultät für Erziehungswissenschaften, SCS: Leitfaden zum Selbst- und Zeitmanagement.  
[www.uni-bielefeld.de/ew/scs](http://www.uni-bielefeld.de/ew/scs)
- Weimer, S./Pöll, M. (2012): Burnout – ein Behandlungsmanual, 2. Auflage, Stuttgart: Klett-Cotta.
- Wellensiek, S.K. (2011): Handbuch Resilienz-Training, Weinheim und und Basel: Beltz.