

Stress- und Burnoutberatung

Das Burnout-Syndrom ist laut Prof. Dr. med. Freudenberger (Stressforscher) eine körperliche, geistige und emotionale Erschöpfung aufgrund von dauerhaften Stressereignissen mit messbaren hormonellen Veränderungen.

Die Stress- und Burnoutberatung beinhaltet die Ursachenforschung, die Diagnostik und das Stresscoaching.

Mehr erfahren