



# Brief an mein Leben: Erfahrungen mit einem Burnout

*Miriam Meckel*


 **Download**

 **Online Lesen**

**Brief an mein Leben: Erfahrungen mit einem Burnout** Miriam Meckel

TB

 [Download Brief an mein Leben: Erfahrungen mit einem Burnout ...pdf](#)

 [Read Online Brief an mein Leben: Erfahrungen mit einem Burnout ...pdf](#)

# **Brief an mein Leben: Erfahrungen mit einem Burnout**

*Miriam Meckel*

**Brief an mein Leben: Erfahrungen mit einem Burnout** Miriam Meckel

TB

## Downloaden und kostenlos lesen Brief an mein Leben: Erfahrungen mit einem Burnout Miriam Meckel

---

224 Seiten

Amazon.de

Burnout ist drauf und dran zur Volkskrankheit der modernen Leistungsgesellschaft zu werden. Inzwischen leiden sogar schon vom Schulstress überforderte Teenager an den Symptomen des psychosomatischen Erschöpfungssyndroms. Zu seinen prominentesten Opfern zählt derzeit wohl Miriam Meckel, die Lebensgefährtin der TV-Moderatorin Anne Will. Der Kommunikationswissenschaftlerin, die bereits im Alter von 42 Jahren auf eine geradezu (alb-)traumhafte Karriere zurückblicken kann, hat ihre berufliche Hyperaktivität beinahe das Leben gekostet. Doch statt den Warnschuss zur inneren Einkehr zu nutzen hat Meckel ihre Zwangspause zur Rekonvaleszenz in der Allgäuer Idylle dazu genutzt, über ihren Burnout ein Buch zu schreiben. Und nun tingelt sie neben ihren sonstigen Verpflichtungen zur Abwechslung zusätzlich auch noch als Expertin für die Risiken des Workaholismus durchs Land. Dabei gibt sie sich in ihrem Buch durchaus glaubhaft nachdenklich, selbstkritisch, zerknirscht und geläutert. Anderen zur Warnung und sich selbst zur Mahnung reflektiert sie in *Brief an mein Leben* über die immer rasanter fortschreitende Flexibilisierung des modernen Lebens, die zu einer wachsenden Überforderung des Einzelnen beitrage. „Menschen funktionieren nicht. Sie leben. Und von Zeit zu Zeit gibt es Dinge, die uns zeigen, dass das Leben endlich ist. Wir bemerken dann, dass es sich lohnt, Ausnahmen und Abstriche zu machen...“ etc. pp. Doch die Koketterie der Autorin mit dem Burnout – „gehört zum erfolgreichen Berufsleben wie das Eigenheim zur Vorbildfamilie“ – und die Verve, mit der sie sich in die Promotion ihres Buches stürzt, künden weniger von Besserung als von Rückfall. Wenn das mal gut geht. – *Franz Klotz* Pressestimmen "Ihre Stimme und die Art, wie Miriam Meckel schreibt, sind exakt aufeinander abgestimmt und passen gut zu diesem Thema." (*Hörbücher Magazin*) Kurzbeschreibung

Das ehrliche, persönliche Protokoll einer Burnout-Krise und ihrer Überwindung

«Ich war fünfzehn Jahre um die Welt gereist, hatte gearbeitet, geredet, geschrieben, akquiriert, repräsentiert, bis der Arzt kam. Im Wortsinne. Ich habe keine Grenzen gesetzt, mir selbst nicht und auch nicht meiner Umwelt, die zuweilen viel verlangt, mich ausgesaugt hat wie ein Blutegel seinen Wirt. Und das meiste von dem, was ich gemacht habe, hat mir tatsächlich Freude gemacht ... Aber ich habe in alledem nicht die aristotelische Mitte finden können zwischen dem <Zuviel> und dem <Zuwenig>. Nun war ich plötzlich stillgelegt, wiederum im Wortsinne ...»

Download and Read Online Brief an mein Leben: Erfahrungen mit einem Burnout Miriam Meckel

#X1UZYWISCPJ

Lesen Sie Brief an mein Leben: Erfahrungen mit einem Burnout von Miriam Meckel für online ebook Brief an mein Leben: Erfahrungen mit einem Burnout von Miriam Meckel Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Brief an mein Leben: Erfahrungen mit einem Burnout von Miriam Meckel Bücher online zu lesen. Online Brief an mein Leben: Erfahrungen mit einem Burnout von Miriam Meckel ebook PDF herunterladen Brief an mein Leben: Erfahrungen mit einem Burnout von Miriam Meckel Doc Brief an mein Leben: Erfahrungen mit einem Burnout von Miriam Meckel Mobipocket Brief an mein Leben: Erfahrungen mit einem Burnout von Miriam Meckel EPub