AB 6.16a Das Umfeld und die Umstände analysieren

Umfeld: Arbeit

Ich fühle mich hier meist:

sehr wohl	1	2	3	4	5	6	7	X	9	10	sehr unwohl
gewertschätzt	1	2	3	4	5	6	7	8	X	10	nicht gewertschätzt

Personen, die mich wertschätzen/ mir gut tun/mich loben: Peter Susanne	**Personen, die mich nicht wert-schätzen/mir nicht gut tun/ mich häufig kritisieren:** Herr Kraus (Chef)
Vorteile, in diesem Umfeld zu sein: verdiene nicht schlecht ist nicht weit weg Peter sehen	**Nachteile, in diesem Umfeld zu sein:** bin nah am Burnout bekomme Kopfschmerzen Herr Kraus kritisiert mich ständig nie scheint, was ich mache, gut zu sein, zu viele Überstunden
Ggf. Alternativen zum gegenwärtigen Aufenthalt im Umfeld (Art, Umfang): Ich könnte mal so langsam anfangen, mich nach etwas Neuem umzuschauen. Vielleicht gehe ich erst einmal in Teilzeit? Oder frage nach einem Sabatjahr?	

© 2019 W. Kohlhammer, Stuttgart