

# Neues Buch: Stress und Überbelastung

**FRANZISKA BISCHOF-JÄGGI** *Und was denken wohl die anderen?*

Das neue Buch der Zuger Autorin Franziska Bischof-Jäggi «Und was denken wohl die anderen?» beschäftigt sich mit Stress und Überbelastung und die Auswirkungen davon auf das soziale Umfeld der Betroffenen.

**PD/DK** - Stress und Überbelastung in Beruf und Familie kann zum Ausbrennen und zu einem klassischen Burn-out führen. Darüber gibt es bereits viel Literatur. Aber Franziska Bischof-Jäggi, die sich seit Jahren diesem Thema widmet, hat sich dem Thema aus systemischer Sicht angenähert unter Einbezug des sozialen Umfeldes. «Und was denken wohl die anderen?» beinhaltet eigentlich zwei Bücher in einem. In einem Teil wird die private Seite, im anderen Teil die berufliche Seite betrachtet. Dazu dient das fiktive Fallbeispiel von Antonio, das die Autorin wie einen roten Faden über die

240 Seiten durchzieht. Bischof-Jäggi ist es gelungen, ein aktuelles Thema spannend, lustvoll und aus neuen Blickwinkeln zu erläutern.

## Arbeits- und Familienumfeld

Von beruflicher Seite äussern sich etwa der Vorgesetzte, der Teamkollege, der Kunde oder der Personalverantwortliche von Antonio. Von privater Seite her kommen die Partnerin, die Nachbarn, das Kind sowie der beste Freund zu Wort. Nebst den persönlichen Perspektiven auf die jeweilige Situation werden die Verantwortung und der Handlungsspielraum der verschiedenen Protagonisten dargestellt. Das Buch beleuchtet das Thema «Stress und Überbelastung» also nicht nur aus Sicht der Betroffenen, sondern auch aus dem Blickwinkel seines Arbeits- und Familienumfelds. Das Buch liest sich sehr leicht man ertappt sich beim Lesen



Bild: z.v.g.

Franziska Bischof-Jäggi spricht die Problematik «Burn-out» von verschiedenen Seiten an.

immer wieder dabei, dass man sich mit der einen oder anderen Person identifiziert und/oder dass man da-

rin Personen aus dem eigenen beruflichen oder privaten Umfeld zu erkennen glaubt.

## Praxisnah und breit abgestützt

Das Vor- und Nachwort haben zwei namhafte Persönlichkeiten geschrieben: Gräfin Bettina Bernadotte, Geschäftsführerin der Insel Mainau GmbH, und Robert Heinzer, Personalchef der Firma Victorinox. Auch Geschäftsführer, Personalleiter und Führungskräfte von vierzehn weiteren Unternehmen geben Antworten zum «Umgang mit Früherkennung von Krisen». Bei der Auswahl der Firmen wurde auf einen ausgewogenen Branchenmix geachtet.

## Die Autorin

Franziska Bischof-Jäggi ist Geschäftsführerin der Powermanagement GmbH in Zug, sowie pädagogische Psychologin, lic. phil. Paar-

und Familientherapeutin mit einem systemischen Ansatz. «Und was denken wohl die anderen?» ist nach «MATCH! Warum Work-Life-Balance Erfolg bringt?» (2005) und «Hamsterrad im goldenen Käfig» (2010) das dritte Buch der zweifach ausgezeichneten Unternehmerin, die 2003 als «Innovative Unternehmerin» ausgezeichnet wurde und 2009 den «Golden Creativity Award» bekam.

## Weitere Informationen

Weitere Informationen über die in Zug ansässige Autorin finden Sie unter anderem im Internet unter: [www.powermanagement.ch](http://www.powermanagement.ch). Das neue Buch von Franziska Bischof-Jäggi: «Und was denken wohl die anderen?» ist in jedem guten Buchhandel erhältlich - ISBN 978-3-906311-05-0. Wir wünschen Ihnen gute Unterhaltung beim Lesen dieser Lektüre.

## Suchen, finden und gewinnen

Im unteren Bild haben sich zehn Fehler eingeschlichen. Finden Sie diese und senden Sie das Bild mit den eingekreisten Fehlern und ihrer Postanschrift, inklusive Telefonnummer, bis nächsten Montag an: Redaktion Zuger Woche, «Kennwort Suchbild», Postfach 1827, 6341 Baar. Der Gewinner wird in der nächsten Ausgabe bekannt gegeben und erhält zwei Menü-Gutscheine von McDonald's, die er bei der Zuger Woche an der Dorfstrasse 13 in Baar abholen kann.



## Auflösung der letzten Ausgabe

Herzliche Gratulation der Gewinnerin:

Alice Odermatt, Menzingen

## Walk and Talk - machen Sie mit

**ZUG** *Trotz chronischer Krankheit aktiv sein und bleiben*

**Streichen Sie sich den 19. September 2015 dick im Kalender an und reservieren Sie sich den Tag für «Walk & Talk».**

**PD/LH** - Zum ersten Mal findet am 19. September die Veranstaltung «Walk & Talk» in Zug statt. Bei diesem karitativen Event wandern Mitglieder von Schweizer Patientenorganisationen auf vier verschiedenen Routen durch die Region Zug. Gleichzeitig und zum Abschluss informieren die teilnehmenden Organisationen auf dem Alpenquai in Zug über ihre vielseitigen und zahlreichen Aktivitäten, die Betroffene unterstützen, «aktiv zu sein und zu

bleiben» (so das Veranstaltungsmotto). Walk & Talk wird organisiert von AbbVie, dem in Baar domizilierten Biopharmaunternehmen und diversen Patientenorganisationen. Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen pro Patientenorganisation begrenzt. Dies gilt nur für den «Walk». Zum «Talk» am Ziel sind Verwandte und Bekannte herzlich willkommen. Auch werden sie um ein paar helfende Hände während des Anlasses froh sein, die das OK bei der Organisation unterstützen.

## Programm

Urs Hürlimann, Regierungsrat und Gesundheitsdirektor des Kantons

Zug und Olaf Weppner, der im Oktober die Funktion des General Managers von AbbVie in der Schweiz übernimmt, werden um 16.30 Uhr eine Rede halten. Musikalisch wird der Event von der lokalen Zuger Band «Murphy Left» begleitet. Sie spielen von 14.30 bis 15.30 Uhr und von später noch mal von 17 bis 18 Uhr. Diverse Informationsstände der Organisationen zur Thematik sind für die Bevölkerung von 14 bis 18 Uhr geöffnet. Beim gemütlichen Ausklang des «Walk & Talk» Anlasses wird auch der Austausch zwischen den Patientenorganisationen und der Zuger Bevölkerung nicht zu kurz kommen.

## Das waren noch Zeiten...

**KLASSENFOTO** ...vor 70 Jahren



Bild: z.v.g.

Der Einsender Lorenz Strickler aus Baar steht in der hintersten Reihe als Sechster von links. Die Lehrerin war Schwester Irmamaria. Fotografiert wurde vor 70 Jahren- 1945 in Menzingen.

**LH** - Haben Sie vielleicht noch ein Foto ihrer Lieblingsklasse, das sie mit den Lesern der Zuger Woche teilen möchten? Schicken auch Sie uns

Ihr Klassenfoto im Original an Zuger Woche, Postfach 1827, 6340 Baar oder per E-Mail an [redaktion@zugerwoche.ch](mailto:redaktion@zugerwoche.ch). Vergessen Sie

nicht dazu zu schreiben, wo Sie auf dem Foto zu finden sind und in welchem Jahr und wo das Foto aufgenommen wurde.