

OBSAH

Poděkování	5
Úvod	7
1. Co je vyhoření a koho postihuje	9
2. Varování: Dolů po spirále!	19
3. Nesplněná očekávání: Břemeno vyhoření	33
4. Hořkost: Skrytý kořen	41
5. Workholik a jeho pracoviště	51
6. Vyhořet pro Boha	71
7. Ježíš jedná s dvanácti unavenými muži	87
8. Začátek vzestupné spirály v tělesné oblasti	93
9. Začátek vzestupné spirály v emocionální oblasti	99
10. Začátek vzestupné spirály v duchovní oblasti	115
11. Opětovné rozdmýchání naděje	123
12. Zotavení se z vyhoření	131