



# ¡Que no te pese el trabajo!

**Marisa Bosqued**

¡Que no te pese el trabajo! es una obra imprescindible para saber qué el estrés laboral, cuáles son sus principales síndromes y, sobre todo y fundamentalmente, para que pueda descubrir si presenta alguno de ellos y cómo actuar para paliar los nocivos efectos que causan, tanto en el ámbito laboral como en el personal.

Concebido como una guía, es un libro eminentemente práctico, en el que encontrará sencillos cuestionarios que le harán reflexionar sobre su situación en el trabajo y con respuestas, soluciones y ejercicios pragmáticos fáciles de realizar.

Dirigido a todos aquellos que entre lunes y viernes lo pasan mal por una u otra causa, tiene como finalidad que consigan que ese tiempo transcurra más agradablemente.

**Fecha de publicación:**

01/11/2007

**Sello Editorial:**

Gestión 2000

## Contacto de prensa

**Nombre:** María José Bertrán

**Email:** mjbertran@planeta.es



## Marisa Bosqued

**Marisa Bosqued** es especialista en Psicología con una dilatada experiencias en los campos de la educación (Centro Médico de Diagnóstico y Tratamiento Educativo de Barcelona) y, la docencia, como profesora especialista en diversos centros clínicos y hospitales.

Autora de cinco libros, todos relacionados con temas de psicología y mundo laboral, de entre los cuales, destaca **Mobbing y Quemados. El síndrome del burnout. Qué es y cómo superarlo**, ambos publicados por Ediciones Paidós.

En la actualidad trabaja en el Centro de Salud Mental del Hospital Provincial de Zaragoza. Colabora habitualmente con diversos medios de comunicación.