

Die häufigsten Anzeichen für einen Burnout sind:

-
- Lustlosigkeit, Übellaunigkeit, Gereiztheit,
-
- Gefühle des Versagens, der Sinnlosigkeit,
-
- Angst, den Anforderungen nicht mehr gewachsen zu sein,
-
- mangelndes Interesse am Beruf oder Aufgabenbereich,
-
- permanente Müdigkeit, Mattigkeit, Kraftlosigkeit und Erschöpfung,