

Kann nicht mehr

Beitrag von „Trantor“ vom 14. Dezember 2011 12:55

Ich beschäftige mich grade stark mit Burnout (bzw. der Erschöpfungs-Depression, das ist der medizinische Name). Ich habe meine Bücher jetzt nicht zur Hand, aber man kann mit dem sog. Burnout Screening Inventory (z.B. hier: <http://www.bz-olten.ch/fileadmin/bsi-1.pdf>) relativ schnell feststellen, ob denn ein Burnout vorliegen KÖNNTE. Da es über 50 Burnout-Arten gibt, und diese sich auch oft nur schwer von anderen psychischen Problemlagen abgrenzen lassen, kann bei höherern Punktzahlen nur ein Therapeut eine Diagnose erstellen. Zumindest decken sich die Aussagen von jamaica mit neueren Forschungsergebnissen, die besagen, dass Burnout nicht wie bisher angenommen in erster Linie die überengagierten trifft (bei denen fällt das nur mehr auf), sondern zuerst und oft unbemerkt diejenigen, die nicht unbedingt in ihrem Idealberuf arbeiten.