

# Burnout - Was nun?

**Beitrag von „Wolfgang Autenrieth“ vom 22. August 2024 14:11**

BOT:

10 Anti-Burnout-Gebote für Lehrer

finden sich bereits seit längerem hier:

<https://www.lehrerfreund.de/schule/1s/anti-burnout-gebote/4075>

Hier gibt es Infos und weiter führende Linktipps:

<https://www.lehrerseite.com/burnout/>

Falls der Burnout (auch) durch Kritik an der eigenen Person verursacht ist, helfen diese Tipps:

<https://www.psychotipps.com/mit-destruktiv...ik-umgehen.html>