

## **Inhalt**

Vorwort	7
1. Beispiele: Betroffensein	9
2. Definitionsversuche – Definitionsprobleme	10
3. Historie: Von der Neurasthenie zum Burnout	13
4. Ätiologie: Burnout und Stress	18
5. Symptomatologie: Eine Synopse	22
6. Erklärungsmodelle: Persönlichkeit, Arbeitsplatz, Gesellschaft	28
7. Messinstrumente: Qual der Wahl	32
8. Forschungsergebnisse: Ernüchternde Bilanz	38
9. Im Fokus: Burnout im Lehrerberuf	43
10. Perspektivwechsel: Von der Belastung zur Bewältigung	56
11. Prävention und Intervention: Entlastung, Erholung, Ernüchterung	62
12. Ausblick: Was schützt und stärkt!	95
Glossar	98
Literatur	100
Kommentierte Bibliografie	104
Hilfreiche Informationen	106
Sachregister	109