

Inhalt

Vorwort.....	5	
Potenzieller Verlauf eines studentischen Burnouts	13	
Teil 1: Fakten und Hintergründe zu Burnout.....	17	
1	Was ist Burnout?	19
2	Definitionen.....	20
3	Burnout als Prozessgeschehen.....	22
4	Definitionen von Fachbegriffen	24
5	Medizinische Hintergründe zu Burnout	25
5.1	Physiologische Ursachen.....	25
5.2	Langfristige Umbauprozesse im Körper.....	30
6	Symptome und Verlauf eines Burnouts	32
7	Diagnostik	38
8	Angst und Depression als Symptome eines Burnouts – eine Abgrenzung.....	38
8.1	Panikattacken.....	39
8.2	Phobien.....	44
8.3	Generalisierte Angststörungen.....	44
8.4	Zwangsstörungen.....	45
8.5	Posttraumatische Belastungsstörungen.....	48
8.6	Depressionen.....	52
9	Ursachen und Risikofaktoren (umweltbedingt und persönlichkeitsbedingt)	55
10	Vulnerabilität und Resilienz.....	64
11	Die Lage der Studierenden	66

Literatur	163
Über die Autoren	167
Serviceteil	169
1 Kontaktadressen der Autoren.....	171
2 Weitere nützliche Adressen.....	173
3 Psychologische Beratungsstellen der Universitäten (Auswahl)	175
4 Psychosomatische Ambulanzen der Kliniken ...	177
Stichwörter.....	181