

Burnout

Burnout ist ein Syndrom emotionaler Erschöpfung, Depersonalisation und reduzierter persönlicher Leistung, das besonders unter Individuen auftritt, die mit Menschen arbeiten (MASLACH und JACKSON 1986)

SCHAARSCHMIDT – AVEM-Test bei Lehrern

Muster G (Gesundheit)

- niedrige emotionale Belastung
- hohes Arbeitsengagement
- subjektive Bedeutsamkeit der Arbeit durchschnittlich
- mäßiges Perfektionsstreben
- mäßige Verausgabungsbereitschaft
- Fähigkeit zur Distanzierung von der Arbeit
- starke innere Ruhe und Ausgeglichenheit
- starkes Erleben sozialer Unterstützung
- geringe resignative Tendenzen bei Misserfolg
- hohe Werte bei offensiver Problembewältigung

Muster S (Schonungsverhalten)

Muster A (Risikomuster A)

- höchste Werte in subjektive Bedeutsamkeit der Arbeit
- höchste Werte in Verausgabungsbereitschaft
- höchste Werte in Perfektionsstreben
- niedrigste Werte in Distanzierungsfähigkeit
- hohe Resignationstendenz bei Misserfolg
- geringe Werte in Lebenszufriedenheit
- niedrige Werte in Erleben sozialer Unterstützung

Muster B (Risikomuster B)

- hohe Resignationstendenz
- reduziertes Arbeitsengagement im Beruf
- generelle Lebensunzufriedenheit