

Angelika Kallwass
mit Caroline Rusch

Das Burnout-Syndrom

Wir finden einen Weg

mvg Verlag

© des Titels »Das Burn-out-Syndrom« (ISBN 978-3-636-07244-3)
2008 by mvgVerlag, FinanzBuch Verlag GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.mvg-verlag.de>

Inhalt

Vorwort.....	9
Teil I: Beruf und Gesellschaft.....	13
Mobbing am Arbeitsplatz.....	15
Stress – immer unter Druck.....	29
Unterforderung.....	40
Überforderung und Orientierungslosigkeit.....	50
Angst um den Arbeitsplatz.....	61
Teil II: Familie und Partnerschaft.....	73
Ausgebrannt an allen Fronten – Hausfrau, Mutter, Geliebte & Co.	76
Immer unter Strom.....	89
Ich habe dir alles gegeben – ich kann nicht mehr! ..	104
Unser Kind ist krank.....	116
Hausbau – Powern bis zum Umfallen.....	128
Teil III: Persönlichkeit und Disposition.....	143
Zerstörtes Selbstwertgefühl.....	147
Wie belastbar sind wir wirklich?.....	160
Perfektionismus und Leistung.....	174
Literatur.....	187
Danke.....	189