

Obsah

Úvod	3
1. Teoretické zázemí syndromu vyhoření	4
2. Pojetí a definice syndromu vyhoření	6
3. Přehled profesí s rizikem vzniku syndromu vyhoření	8
4. Popis příznaků syndromu vyhoření	9
5. Diferenciálně-diagnostické souvislosti se symptomy jiných poruch či chorob	11
6. Stadia vývoje vyhoření	13
7. Druhy a protipóly vyhoření	14
8. Rizikové faktory burnout syndromu	15
9. Diagnostika syndromu vyhoření	17
10. Moderující faktory, prevence a intervence	18
11. Zásady duševní hygieny pro profesionály pracující s lidmi	20
12. Obecné zásady aktivního přístupu ke zvládnutí stresu	20