

BURNOUT-TEST: MEHR ALS 12 ZUTREFFENDE ANTWORTEN

Alarm! Das sind definitiv zu viele Aussagen, die Sie bejahen können. Ihre psychische und physische Verfassung ist alles andere als ausgeglichen. Wenn das schon längere Zeit anhält, drohen Sie auf einen Burnout zuzusteuern. Besser Sie konsultieren kurzfristig einen Arzt oder Psychologen. Ihr Lebensstil ist auch ohne Burnout dauerhaft ungesund.

