

Ingrid Zumtobel-Amann
Claus Brüstle
Anselm Hartmann
Helmut Sonderegger
(Vorarlberger Landeskonservatorium Feldkirch)

Burn-out bei MusikschullehrernInnen in Vorarlberg. Eine empirische Studie

1. Problemstellung

Empirische Studien zum Burn-out bei MusikschullehrernInnen liegen bislang nicht vor. Dies verwundert umso mehr, als Burn-out insbesondere bei Lehrenden an Allgemeinbildenden Schulen und bei Pflegeberufen seit Ende der 1970er Jahre sehr eingehend untersucht und dargelegt worden ist. Die Belastungen von MusikschullehrernInnen in der heutigen Zeit – und hier bezogen auf die Situation in Vorarlberg – sind aber erheblich und gaben Anlass zu einer empirischen Studie.

Die Gemeinden als Anstellungsträger der Musikschullehrer (die weibliche Form ist im Folgenden stets mitgemeint) fordern den Unterricht von immer mehr Schülern in derselben oder kürzerer Zeit. Für den Träger bedeutet dies höhere Einnahmen bei gleichen Ausgaben. Durch Kurzstunden, also 30 Minuten künstlerischen Hauptfachunterricht statt 50 Minuten, und vor allem durch Gruppenunterricht – in einigen Musikschulen werden über 50 % des Hauptfachunterrichts in Gruppen erteilt – schleusen Musikschullehrer heute erheblich größere Schülerzahlen durch als noch vor zehn Jahren. Die Schüler selbst sind mit diesem Angebot unzufrieden, was den Druck auf den Lehrer weiter erhöht.

Mancher Musikschullehrer ist an einer so genannten Wandermusikschule angestellt, was große Flexibilität und Fahrtätigkeit erfordert. Ein soziales, kollegiales Netz kann so kaum entstehen. Abendunterricht bis 21.00 Uhr ist heute eher die Regel als die Ausnahme. Neu ist auch, dass immer mehr ältere Erwachsene als Anfänger in die Musikschulen kommen; auf die spezifischen Herausforderungen einer ‚Erwachsenenpädagogik‘ sind die Lehrer aber durch ihr Studium nicht vorbereitet.

Gleichwohl musste der Musikschullehrer viel Geld und Zeit in die Studienvorbereitung und dann ein mindestens acht Semester dauerndes anspruchsvolles Studium stecken. Die Vergütung und die Sozialreputation des Berufes tragen dem dann kaum Rechnung.

Die Autoren der Studie haben sich gefragt, welche Konsequenzen die sich ändernden Rahmenbedingungen und Anforderungen für den Musikschullehrer haben. Gibt es Burn-

out bei Musikschullehrern? Wenn ja: wo könnten mögliche Ursachen liegen und welche Schlussfolgerungen lassen sich daraus ziehen?

Die nachfolgenden Abschnitte thematisieren kurz den Forschungskontext (2.), erläutern den von den Autoren verwendeten Fragebogen (3.), präsentieren und kommentieren einige Ergebnisse der statistischen Auswertung (4.) und wollen eine Diskussion über mögliche Konsequenzen anstoßen (5.).

2. Forschungskontext

Der Begriff Burn-out taucht in der amerikanischen psychologischen Literatur erstmals 1974 bei Freudenberger auf. Unter anderer Begrifflichkeit – wie Neurasthenie, Stress, Entfremdung, Erschöpfung – wurde Burn-out schon früher beschrieben, etwa bei Schneider 1911 (Barth 1997, 13 f.). Zunächst in amerikanischer und englischer Literatur, mit ein paar Jahren Verzögerung dann auch im deutschsprachigen Raum, wird Burn-out vor allem bei Lehrern, Managern sowie in Pflege- und Sozialberufen, die ein hohes Maß an direktem Kontakt mit Menschen erfordern, beschrieben. Vergleichsweise wenige Publikationen berichten über Burn-out bei Priestern, Ehepaaren, Eltern, Frauen, Polizisten, Ministerialbeamten und Bibliothekaren (siehe dazu die Literaturangaben am Ende des Artikels).

Einzelne Befragungen zur Belastung von Musikschullehrern wurden in den letzten Jahren in der Steiermark und auch von der AGMÖ (Arbeitsgemeinschaft der Musikerzieher Österreichs) durchgeführt. Hierbei wurden allerdings keine standardisierten Fragebögen verwendet, die empirisch als ‚state of the art‘ angesehen werden könnten.

Die Frage, was Burn-out überhaupt ist und mit welchen vielfältigen Symptomen es sich äußern kann, wird in der Literatur nicht einheitlich beantwortet. Bezüglich der einzelnen Sichtweisen sei hier auf die einschlägigen Publikationen verwiesen (v.a. Barth 1997, S. 16-87). Die Autoren der vorliegenden Studie haben sich für den empirisch validen Ansatz von Christina Maslach entschieden.

3. Erhebungsinstrument

Christina Maslach und Susan E. Jackson entwickelten auf dem Hintergrund ihres Konzeptes zum Burn-out-Syndrom den Burn-out-Inventory (MBI), der 1981 erstmals Anwendung fand und von ihnen mehrfach weiterentwickelt wurde (Maslach, 1986). Inzwischen stellt der MBI das am meisten eingesetzte Instrument in der Burn-out-Forschung dar.

In Österreich liegen derzeit nur drei Studien vor, die sich mit dem Burn-out-Syndrom bei Lehrern unter Verwendung des MBI beschäftigen: Gamsjäger (1994) bzw. Gamsjäger und Sauer (1996) bei Hauptschullehrern und Knauder (1995) bei Volksschullehrern.

Mit 21 Items (die Forschungsgruppe verwendet eine eigene Übersetzung) wird die von Maslach beobachtete Dreidimensionalität des Burn-out-Syndroms erfasst. Die Befragten sollten dabei ihre Zustimmung (oder Ablehnung) auf einer 7-teiligen Skala von *nie* bis *immer* zum Ausdruck bringen:

3.1. Dimensionen des Burn-out

3.1.1. Emotionale Erschöpfung

Die Dimension der Emotionalen Erschöpfung (Emotional Exhaustion) ist gekennzeichnet durch den Verlust positiver Empfindungen und durch das Schwinden von Sympathie und Achtung für andere Menschen. Chronische Müdigkeit bis hin zu Schlafstörungen sowie körperliche und psychosomatische Beschwerden finden darin ihren Ausdruck.

Aussagen zur Emotionalen Erschöpfung:

[Die Aussagen des MBI-Fragebogen werden nach Erhalt der urheberrechtlichen Genehmigung nachgereicht.]

3.1.2. Dehumanisierung

Die Dimension der Dehumanisierung (Depersonalization) drückt sich aus durch negative und zynische Grundhaltungen gegenüber anderen Personen. Die Pflege von sozialen Kontakten erfährt große Einschränkungen, die Arbeit wird auf das Nötigste reduziert.

Aussagen zur Dehumanisierung:

[Die Aussagen des MBI-Fragebogen werden nach Erhalt der urheberrechtlichen Genehmigung nachgereicht.]

3.1.3. Reduzierte Leistungsfähigkeit

Bei der Dimension der Reduzierten Leistungsfähigkeit (Personal Accomplishment) handelt es sich sowohl um die subjektiv erlebte Leistungsunzufriedenheit als auch um die tatsächlich reduzierte Leistungsfähigkeit.

Erfahrungen der Erfolg- und Machtlosigkeit, von fehlender Anerkennung und mangelndem Feedback prägen das subjektive Erleben. Das Gefühl von chronischer Überforderung beeinträchtigt die Lebensqualität.

Aussagen zur Reduzierten Leistungsfähigkeit:

[Die Aussagen des MBI-Fragebogen werden nach Erhalt der urheberrechtlichen Genehmigung nachgereicht.]

3.2. Personenspezifische Fragen

Den spezifischen Fragen zur Erhebung des Burn-out-Syndroms stellte die Forschungsgruppe eine Reihe von personen- und berufsbezogenen Fragen voran. Die Fragen 9 bis 11 sollten dabei auf einer 5-teiligen Skala von *sehr zufrieden* bis *sehr unzufrieden* beantwortet werden.

1. Geschlecht
2. Alter/Altersgruppe
3. Wie viele Stunden insgesamt (auch privat) unterrichten Sie pro Woche?
4. Wie viele Stunden investieren Sie darüber hinaus für Tätigkeiten wie Verwaltung, Personalvertretung, Fachgruppenleitung?
5. An wie vielen Musikschulen und anderen Ausbildungsstätten sind Sie tätig?
6. Welche Tätigkeiten üben Sie neben Ihrer Tätigkeit als Musikschullehrer noch aus (z.B. als Solist, Chorleiter, Orchestermusiker, Bandmitglied, Taxifahrer etc.)?
7. Über wie viele Jahre Erfahrung als Musikschullehrer verfügen Sie?
8. Fragen zur Ausbildung: mit abgeschlossener Musikausbildung, ohne abgeschlossene Musikausbildung?
9. Arbeitssituation: Wie zufrieden sind Sie mit den Rahmenbedingungen Ihrer Arbeit (Unterrichtsort, Ausstattung des Unterrichtsraumes, Instrumentarium, Stundenplanorganisation, Arbeitsklima, Zusammenarbeit mit der Hausverwaltung)?
10. Wie zufrieden sind Sie insgesamt mit Ihrer Arbeit?
11. Wie zufrieden sind Sie mit der Zeit, die Sie aufbringen können für Familie, Sozialkontakte, Hobbies/Freizeitgestaltung?
12. Unterrichten Sie zur Zeit auch Fächer, für die Sie keine Lehrbefähigung haben?

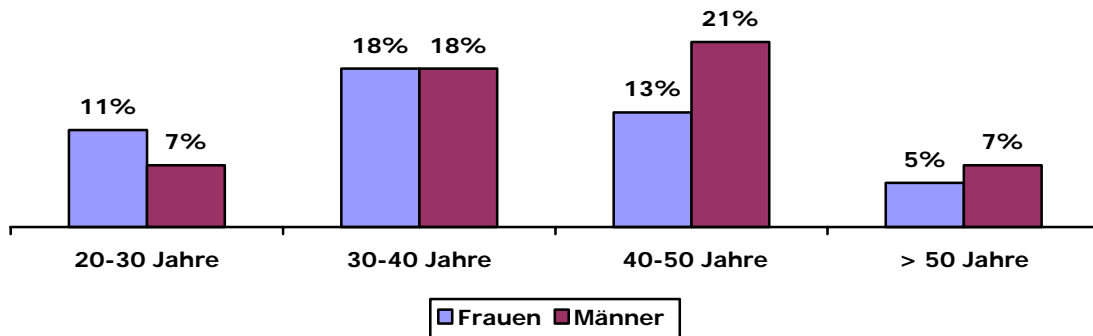
4. Ergebnisse der statistischen Auswertung

4.1. Beschreibung der Stichprobe

Das Untersuchungsgrundgesamt bildet sich aus 490 Adressaten des Fragebogens (= Musikschullehrer in Vorarlberg) davon 215 Frauen : 44 % gegenüber 275 Männern : 56 %. Es wurden 210 Fragebögen zurückgesandt, das entspricht einer Rücklaufquote von 43 %. Im Vergleich zu sonst üblichen Rücklaufquoten von ca. 10% ist dies eine überraschend hohe Zahl und lässt sich als Ausdruck der Betroffenheit dieser

Berufsgruppe interpretieren. Der Anteil der Frauen am Gesamt (210 Fragebogen) beträgt 48 %.

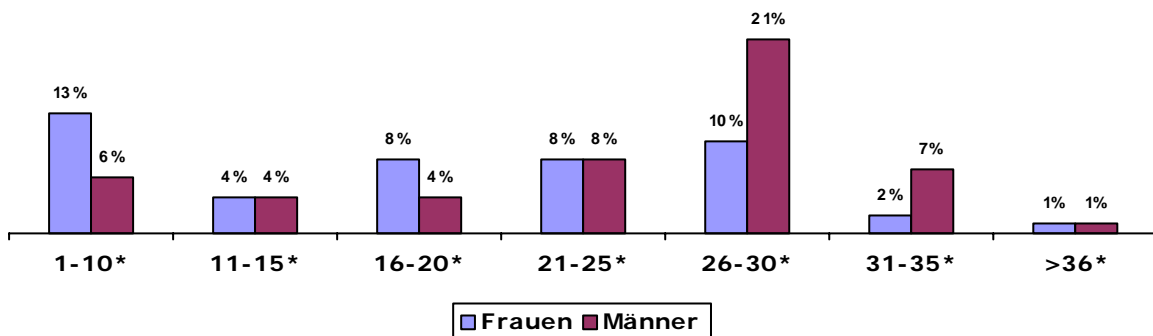
4.1.1. Geschlechter je Altersgruppe



Gesamt: 100 (48 %) Frauen und 110 (52 %) Männer

In der jüngsten Altersgruppe zwischen 20 und 30 Jahren sind die Frauen in der Überzahl, in den Altersgruppen 40-50 und über 50 überwiegen die Männer. Dies entspricht der Entwicklung bei der Ausbildung von Musikschullehrern, die einen stetig steigenden weiblichen Anteil aufweist.

4.1.2. Geschlechter und Unterrichtsstunden



* Unterrichtsstunden pro Woche

Durchschnittliche Unterrichtsstunden pro Woche:

Frauen: 19 Stunden

Männer: 24 Stunden

Die Frage nach den geleisteten Unterrichtsstunden pro Woche ergibt eine durchschnittliche Stundenanzahl von 19 bei den Frauen und 24 bei den Männern. Die Vollbeschäftigung liegt bei 26 Unterrichtsstunden/Woche. Den größten Anteil hat die Gruppe mit 25-30 Std/Woche (31 % bei einer deutlichen Überzahl der Männer). 42 % der Antwortenden unterrichten zwischen 25 und 40 Stunden/Woche. Mehr als 30 Stunden

pro Woche unterrichten 11 %! Auffallend hoch (13 %) ist der weibliche Anteil in der Gruppe 1-10 Std/Woche.

4.1.3. Zufriedenheit mit der Arbeitssituation

	Altersgruppe (in Jahren)				Gesamt
	20 bis 29	30 bis 39	40 bis 49	50 bis 65	
Gesamtzufriedenheit	1,7	1,8	1,8	1,6	1,8
Unterrichtsort	2,1	1,8	2,0	1,5	1,9
Unterrichtsraum	2,6	2,4	2,4	1,9	2,4
Instrumentarium	2,4	2,3	2,3	2,0	2,3
Stundenplan	1,9	2,1	2,1	1,9	2,0
Arbeitsklima	1,5	1,6	1,8	1,6	1,6
Hausverwaltung	1,6	1,7	1,7	1,3	1,6

Skalierung nach Schulnoten

Mit Hilfe der Schulnotenskala wurde die Zufriedenheit mit verschiedenen Faktoren der Arbeitssituation erfragt. Es zeigt sich, dass die Altersgruppe 20-29 Jahre mit Unterrichtsort, Unterrichtsraum und Instrumentarium am wenigsten zufrieden ist, die Altersgruppe 40-49 Jahre vergleichsweise weniger zufrieden ist mit Stundenplan und Arbeitsklima als die Gruppe 20-29 Jahre. Dies lässt sich als höherer Qualitätsanspruch der jüngsten Altersgruppe interpretieren. Gesamthaft gesehen ist die Zufriedenheit mit Unterrichtsraum und Instrumentarium am geringsten.

4.1.4. Zufriedenheit mit der Dispositionszeit

		Zufriedenheit mit Zeit für...		
		Familie	Sozialkontakt	Hobbies/Freizeit
Frauen	20-29	1,9	2,2	2,2
	30-39	2,1	2,4	2,4
	40-49	2,3	2,4	2,5
	>50	2,7	3,0	2,9
	Gesamt	2,2	2,4	2,5
Männer	20-29	2,3	2,6	2,9
	30-39	2,4	2,5	2,7
	40-49	2,4	2,6	2,7
	>50	2,1	2,1	1,6
	Gesamt	2,3	2,5	2,6

Gesamt	2,2	2,4	2,5
---------------	-----	-----	-----

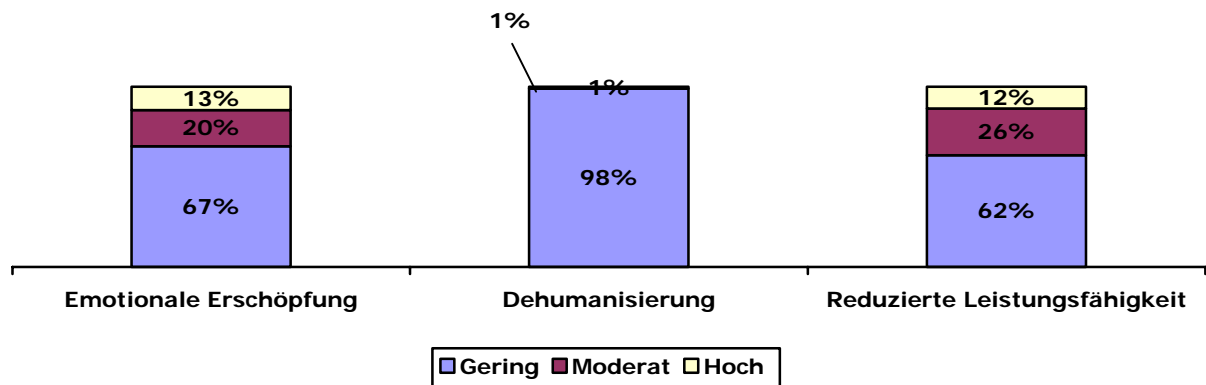
Skalierung nach Schulnoten

Ebenfalls mittels Schulnotenskala wurde die Zufriedenheit mit der Zeit, die für Familie, Sozialkontakte und Hobbies/Freizeit verfügbar ist, erfragt. Hier zeigt sich ein klarer Altersbezug: Die Zufriedenheit bei den Frauen nimmt in allen drei Bereichen mit zunehmendem Alter ab. Bei den Männern ist eine vergleichsweise höhere Zufriedenheit in allen drei Bereichen in der Altersgruppe über 50 Jahre ersichtlich. Auffallend gering ist die Zufriedenheit mit der Zeit für Hobbies/Freizeit bei Männern der Altersgruppe 20-29 Jahre.

Abendunterricht und ungewöhnliche Unterrichtszeiten dürften der Grund dieser Aussage sein; dies wird von Frauen offenbar problematischer erlebt als von Männern.

4.2. Auswertung des MBI

4.2.1. Verteilung der Burn-out-Grade



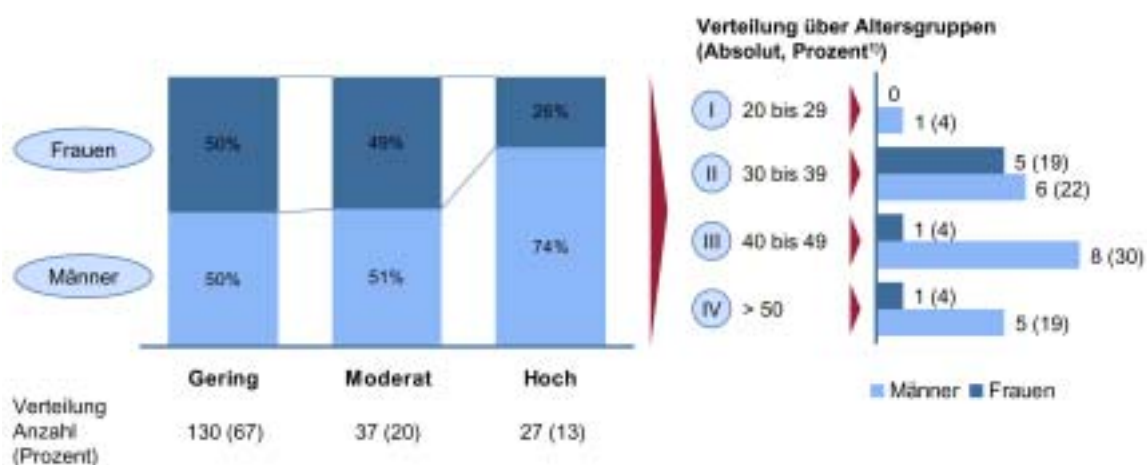
Der Maslach-Test filtert BO-Grade nach drei Kategorien: Emotionale Erschöpfung – Dehumanisierung - Reduzierte Leistungsfähigkeit. Hier zeigt sich, dass Dehumanisierung in einem vernachlässigbaren Anteil von 2 % an der Burn-out-Auswirkung beteiligt ist. Die Autoren vermuten, dass die Fragestellung unserem Kulturraum nicht angepasst ist und dabei eine Tabuzone berührt worden ist. Ein substantieller Anteil der Befragten erlebt sich aber als emotional erschöpft und vermindert leistungsfähig. 13 % der Befragten sind als hochgefährdet einzustufen. Eine reduzierte Leistungsfähigkeit erleben 38 % in einem

moderaten oder hohen Ausmaß, emotionale Erschöpfung registrieren 33 % der Befragten in moderatem oder hohem Ausmaß. Diese Ergebnisse decken sich mit jenen der Untersuchung von Gamsjäger (1994) an österreichischen Hauptschullehrern. 20 % weisen mindestens in einer Skala hohe Werte auf, gleichzeitig hohe Werte in den Subskalen Emotionale Erschöpfung und Reduzierte Leistungsfähigkeit zeigen 13 Befragte (7 %). Eine in hohem Maße reduzierte Leistungsfähigkeit erleben 23 Personen (12 %), eine moderate reduzierte Leistungsfähigkeit erleben 48 Personen (26 %). Emotional in hohem Maße erschöpft sind 27 Personen (13 %), moderat erschöpft sind 37 Personen (18 %).

4.3. Zusammenhänge

4.3.1. Subskala Emotionale Erschöpfung

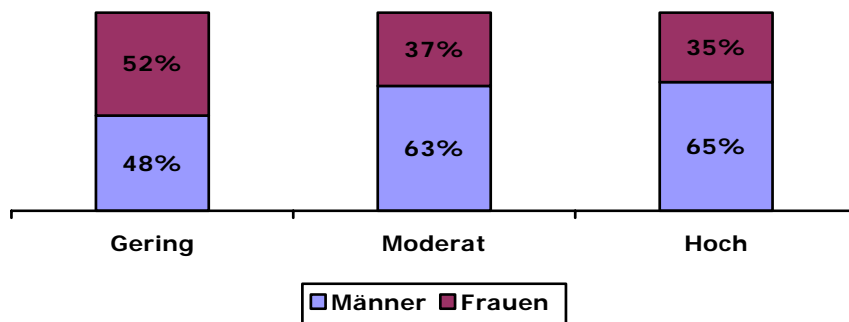
EMOTIONALE ERSCHÖPFUNG



1) Abweichungen von 100 Prozent je Geschlecht ergeben sich aus der Rundung

Tendenziell höhere BO-Grade erreichen Männer in den oberen Altersgruppen. Von den 27 Personen mit hoher emotionaler Erschöpfung sind 20 Männer und 7 Frauen und von den 20 Männern sind 13 in den zwei oberen Altersgruppen, jedoch ,nur' 2 Frauen. Die emotionale Erschöpfung nimmt mit dem Alter tendenziell zu und betrifft Männer etwas stärker als Frauen.

4.3.2. Subskala Reduzierte Leistungsfähigkeit

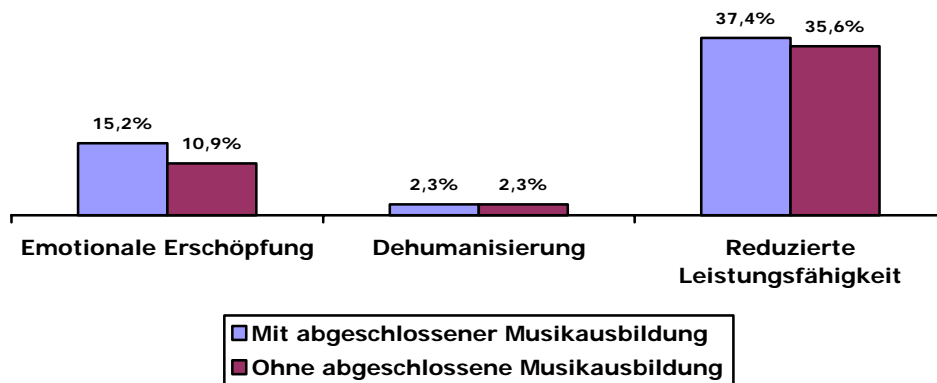


Verteilung

Anzahl	123	48	23
Prozent	62 %	26%	12%

Auch von der Erfahrung reduzierter Leistungsfähigkeit sind eher Männer und dann in den oberen Altersklassen betroffen. Von den 23 Personen, die hoch betroffen sind, befinden sich 10 Männer und 4 Frauen in den beiden oberen Altersgruppen. Moderat betroffen fühlen sich 48 Personen (23%), davon sind 63% Männer und 37% Frauen. Es zeigt sich eine überraschend deutliche Geschlechtsabhängigkeit bzgl. BO-Gefährdung.

4.3.3. Burn-out und Musikausbildung



Lehrer mit abgeschlossener Musikausbildung sind eher emotional erschöpft als Lehrer ohne abgeschlossene Musikausbildung. Gründe für dieses Ergebnis vermuten die Autoren

im Unterschied des eigenen Leistungsanspruchs zu dem des Musikschulalltags. Ein anderer Grund ist in der Diskrepanz zwischen hochqualifizierter Ausbildung und der Besoldung zu suchen, dies legen einige Zusatzkommentare nahe. Damit verbunden ist auch die klare Diskrepanz zwischen hochqualifizierter (dementsprechend auch lange wählender) Ausbildung und dem geringen Sozialprestige, das sich in der niederen Besoldung ausdrückt.

4.3.4. Zusammenhänge zwischen Subskalen und Zufriedenheitsfragen

	Emotionale Erschöpfung	Reduzierte Leistungsfähigkeit	Gesamt
Gesamtzufriedenheit	**	*	*
Unterrichtsort			
Unterrichtsraum			
Instrumentarium			
Stundenplanorganisation	*	*	*
Arbeitsklima	*	*	*
Hausverwaltung	*	*	*
Zeit für Familie	**		*
Zeit für Sozialkontakte	*		*
Zeit für Hobbies/Freizeit	*		*

* statistisch signifikante Zusammenhänge

** hochsignifikante Zusammenhänge

In diesem Überblick zeigt sich ein statistisch hochsignifikanter Zusammenhang zwischen emotionaler Erschöpfung und der Zufriedenheit mit der Zeit für die Familie. Auch die Gesamtzufriedenheit korreliert hochsignifikant mit emotionaler Erschöpfung.

Unterrichtsort, Unterrichtsraum und Instrumentarium sind offensichtlich keine Faktoren, die sich auf die BO-Gefährdung auswirken.

Zusammenfassung:

1. 27 Personen oder 13 % aller befragten Musikschullehrer (MSL) sind hochgefährdet oder krank.
2. 37 Personen oder 20 % aller befragten MSL sind moderat gefährdet.
3. Männer sind stärker betroffen als Frauen.
4. Weiche Faktoren (Arbeitsklima, Hausverwaltung, Stundenplan) tragen zur Burn-out-Gefährdung/Erkrankung bei.
5. MSL *mit* abgeschlossener Musikausbildung sind gefährdeter als MSL *ohne* abgeschlossene Musikausbildung. Die Erwartungshaltung der MSL mit abgeschlossener Musikausbildung entspricht nicht der Musikschulwirklichkeit.

6. Fast alle MSL sind neben ihrer Tätigkeit als Lehrer noch in Kammermusikformationen, Bands, Orchestern, Chören etc. musikalisch aktiv tätig.

5. Schlussfolgerungen

Aufgrund der Ergebnisse der statistischen Auswertung stellte sich für die Autoren die Frage, welche Konsequenzen oder sinnvollen Maßnahmen sich daraus ergeben sollten. Die Ergebnisse sind so signifikant, dass Handlungsbedarf dringend geboten ist. Hierbei wäre der Prävention das größte Augenmerk zu geben.

Themenorientierte Seminare können aufzeigen, die eigene Leistungsfähigkeit, die problematischen Seiten der musiks schulischen Tätigkeit, die Atmosphäre des Arbeitsalltags oder die Zufriedenheit im privaten Lebensumfeld zu hinterfragen. Das Entdecken persönlicher Werte und die Bereitschaft, sich danach zu orientieren, schaffen eine gute Basis, dem Burn-out aktiv vorzubeugen. Mit einem entsprechenden Angebot kann einerseits der Dienstgeber dazu einen Beitrag leisten, andererseits bleibt es jedem einzelnen Lehrer durch Eigeninitiative selbst überlassen, für seine psychische und physische Gesundheit zu sorgen, die auch für sein privates Leben eine adäquate Qualität bedeutet. Auf alle Fälle sind durch die Musikschulerhalter finanzielle Mittel bereitzustellen und ein entsprechendes Angebot zu konzipieren.

Einzel- und Gruppen-Coachings haben sich in anderen Bereichen bereits bewährt (vergleiche auch Gudjons 1993). Auch dafür sind finanzielle Mittel durch die Träger vorzusehen, wobei ein eigener Kostenbeitrag die Selbstverantwortung fördern sollte. Solche durch Fachleute betreute Gruppen setzen sich in sinnvoller Weise aus Lehrern verschiedener Musikschulen zusammen.

Zu prüfen ist die Idee von Auszeitwochen mit verpflichtender Teilnahme an Fortbildungsveranstaltungen über Persönlichkeitsbildung, Entspannungstechniken, Kommunikation, persönliche und berufliche Visionen oder erfolgreiches Arbeiten in Gruppen auch und gerade als Prophylaxe zu Burn-out. Auszeitwochen können auch für den bereits erkrankten Musikschullehrer eine Hilfe darstellen. Dazu kann sowohl Arbeits-, als auch Ferienzeit verwendet werden.

Die vorübergehende Reduktion der Stundenanzahl im Unterricht hat sich bislang schon bei Überlastung bewährt, soweit sie keine wesentliche Verschlechterung der finanziellen Basis bedeutet und damit neuerlich zu Belastungen führt.

Da Anerkennung für die geleistete Arbeit zu den Grundbedürfnissen jedes Menschen zählt, muss mehr darauf geachtet werden, dass Schuldirektoren ihre Wertschätzung den Lehrern zum Beispiel durch Unterrichtsbesuche, konstruktive Begleitung oder durch Förderung von Eigeninitiativen geben. Dies wird dem Arbeitsklima positive Akzente

verleihen. Bei der Stundenplanorganisation ist den Bedürfnissen der Musikschullehrer Rechnung zu tragen.

Im Sinne eines Erfahrungsaustauschs können gegenseitige Unterrichtsbesuche der Musikschullehrer mit nachfolgendem feedback stattfinden, die unter Umständen mögliche Burn-out-Ursachen aufzeigen und somit korrigierend wirken können.

Gruppen von Musikschullehrern können sich in einer eigens einzuberufenden Klausur damit befassen, aus ihrer eigenen Betroffenheit heraus selbst Maßnahmen zu entwickeln, die dem Burn-out vorbeugen oder – wenn schon weiter fortgeschritten – Einhalt gebieten. Es muss aber sichergestellt sein, dass die erarbeiteten und vorgeschlagenen Maßnahmen Möglichkeiten zur Umsetzung finden.

Die Ausbildungsinstitutionen müssen der Musikschul-Wirklichkeit im Curriculum stärker Rechnung tragen.

Viele der möglichen Schritte brauchen aber neue Rahmenbedingungen und Einsichten der Musikschulträger, die für die Erhaltung einer optimalen Leistungsfähigkeit der Musikschullehrer geschaffen werden müssen. Einer der Schritte wäre eine angemessene Vergütung der Vorarlberger Musikschullehrer, zumindest eine Anpassung an den österreichischen Standard.

Eine wirksame Vorbeugung gegen das Burn-out-Syndrom ist nur gewährleistet, wenn alle Beteiligten - Musikschulträger und Direktoren, Ausbildungsstätten und Musikschullehrer - ihre Verantwortung vernetzt wahrnehmen.

Literaturverzeichnis

BARTH, Anne-Rose: Burn-out bei Lehrern. Theroretische Aspekte und Ergebnisse einer Untersuchung. Göttingen 1997

BURISCH, Matthias: Das Burn-out-Syndrom. Berlin 1994

CAPUTO, Janette S.: Stress and Burn-out in library service. Oryx Press 1991

FAULKNER, Brooks R.: Burn-out in ministry. Nashville 1981

FREUDENBERGER, Herbert: Women's Burn-out: how to spot it, how to reverse it and how to prevent it. New York 1985

FREUDENBERGER, Herbert und NORTH, Gail: Burn-out bei Frauen. Über das Gefühl des Ausgebranntseins. Frankfurt am Main 1992

GAMSJÄGER, Erich: Burn-out. Eine empirische Studie über das Ausbrennen der Hauptschullehrer im Bundesland Salzburg unter Berücksichtigung situativer Variablen in Abhängigkeit zu Persönlichkeitsmerkmalen und Bewältigungsstrategien. Dissertation Salzburg 1994

GAMSJÄGER, Erich und SAUER, Joachim: Burn-out bei Lehrern: Eine empirische Untersuchung bei Hauptschullehrern in Österreich. In: Psychologie in Erziehung und Unterricht, 43. Jg., 1996

GUDJONS, Herbert (Hg.): Entlastung im Lehrberuf. Hamburg 1993

KLEIBER, Dieter und ENZMANN, Dirk: Burn-out. Eine internationale Bibliographie. Göttingen 1990

KNAUDER, Hannelore: Burn-out im Lehrberuf. Verlorene Hoffnung und wiedergewonnener Mut. Graz 2005

KNAUDER, Hannelore: Burn-out im Lehrberuf und der Einfluss auf die Schüler. Eine empirische Untersuchung an Volksschulen in Graz. Dissertation Wien 1995

KÖRNER, Sylvia C.: Das Phänomen Burn-out am Arbeitsplatz Schule. Ein empirischer Beitrag zur Beschreibung des Burn-out-Syndroms und seiner Verbreitung sowie zur

Analyse von Zusammenhängen und potentiellen Einflussfaktoren auf das Ausbrennen von Gymnasiallehrern. Dissertation Erfurt 2002

LANSTROM, Edith: Christian parent Burn-out. St. Louis 1983

MALAKH-Pines, Ayala: Couple Burn-out: causes and cures. New York 1996

MASLACH, Christina: Burn-out. The Cost of Caring. Cambridge 2003

MASLACH, Christina und LEITER Michael: Stress am Arbeitsplatz und was Sie dagegen tun können. Wien 2001

MASLACH, Christina und JACKSON, Susan E.: Burn-out in health professions. A social psychological analysis. Hillsdale 1982

MASLACH, Christina und JACKSON, Susan E.: Maslach Burn-out Inventory. Consulting Psychologists Press. Palo Alto 1986

PROCACCINI, Joseph: Parent Burn-out. New York 1983

ROBINETTE, Hillary M.: Burn-out in blue. Managing in the police marginal performer. New York 1987

SMITH, Malcom: Spiritual Burn-out. Tulsa, Olka 1988