

Stress

of een

Burn-out

Er is overbetrokkenheid

Er is een verlies van
betrokkenheid

Emotioneel overgevoelig

Afgevlakte emoties

Gevoelens van urgentie en
hyperactiviteit

Gevoelens van hulpeloosheid en
hopeloosheid

Verlies van energie

Verlies van motivatie, idealen en
hoop

Leidt tot meer angst en spanning

Leidt tot afstandelijkheid en
somberheid

Vooraf fysieke gevolgen

Vooraf emotionele gevolgen

Herken je jezelf in deze verschijnselen? Schroom niet en neem contact op met:

De studentenpsychologen van de UvA:

telefoon: 020-5252599 bereikbaar tussen 9:00-13:00 en 14:00-17:00

e-mail: studpsy-sts@uva.nl



Facultaire
Studentenraad