

Syndrom vyhoření sdružuje řadu příznaků, které doprovázejí ztrátu původního nadšení a motivace. Podmínkou konečného vyhoření je počáteční entuziasmus. Postižený jedinec nejprve pro nějakou myšlenku, obrazně řečeno, vzplane, zahoří. Když po určité době usilovného snažení pocítí, že mu ani největší zanícení nepomůže dosáhnout cíle, začne pozvolna doutnat... Je emocionálně vyčerpaný, méně výkonný a straní se lidí, ke kterým si vytváří odosobněný vztah.

Syndrom vyhoření bývá definován situačně specificky, tedy ve vazbě na povolání postiženého. Společným jmenovatelem profesí, které působí zvýšeným rizikem syndromu vyhoření, bývá kontakt s lidmi. Typicky se vyskytuje mezi příslušníky pomáhajících profesí: lékaři, zdravotními sestrami, psychology, učiteli, manažery. Ti se setkávají s překážkami, které někdy pocítují jako nepřekonatelné. Toužili kdysi léčit, učit, vést zaměstnance či prodávat, ale postupem času získali nepříjemné zkušenosti o tom, že všechny nelze úspěšně vyléčit, naučit, vést či motivovat ke koupi. Ztrácejí vůli ke smyslu.