

TANDA-TANDA **BURNOUT**

● ● ● **EMOSI**

**SEDIH
KECEWA
SENSITIF
MUDAH MARAH**



● ● ● **FIZIKAL**

**SAKIT KEPALA
SAKIT BADAN
LETIH
SUKAR TIDUR**

● ● ● **PEMIKIRAN**

**SUKAR MENGINGATI ARAHAN, MEMBERI
TUMPUAN DAN MEMBUAT KEPUTUSAN**

BERFIKIRAN NEGATIF & PESIMIS



● ● ● **KELAKUAN**

**PRESTASI KERJA TERJEJAS
MENGELAKKAN DIRI DARI TANGGUNGJAWAB
MENGASINGKAN DIRI
MENGABAIKAN DIRI**

