

Kriterien, an denen sie eine Depression von einem Burnout unterscheiden können:

Depression	Burnout
Betrifft alle Lebensbereiche	Bezieht sich oft auf einen oder wenige Lebensbereiche (Arbeit, Soziales...)
Schuldgefühle und Selbstvorwürfe stehen im Vordergrund	Zynismus, Sarkasmus und Aggressionen nehmen zu, Impulskontrolle nimmt ab, Affektlabilität bis hin zur Affektinkontinenz
Meist plötzlicher Beginn	Schleichender Beginn meist über Monate und Jahre hinweg
Häufige Arbeitsunfähigkeit	Arbeitsfähigkeit bleibt meist noch lange erhalten (schleichender Prozess über einen langen Zeitraum)
Medikamentöse Behandlung in der Akutphase ist häufig notwendig, um eine Besserung der Symptome zu bewirken	Urlaub, Erholung, Lebensstiländerung können vorübergehend Verbesserungen der Symptome bewirken.