

Burnout-Radar

Ein Burnout-Syndrom (englisch (to) burn out : „ausbrennen“) bzw. Ausgebranntsein ist ein Zustand ausgesprochener emotionaler Erschöpfung mit reduzierter Leistungsfähigkeit. Es kann als Endzustand einer Entwicklungslinie bezeichnet werden, die mit idealistischer Begeisterung beginnt und über frustrierende Erlebnisse zu Desillusionierung und Apathie, psychosomatischen Erkrankungen und Depression oder Aggressivität und einer erhöhten Suchtgefährdung führt. Burnout ist keine Krankheit, sondern ein Problem der Lebensbewältigung. Es handelt sich um eine körperliche, emotionale und geistige Erschöpfung aufgrund beruflicher Überlastung. Diese wird meist durch Stress ausgelöst, der aufgrund verminderter Belastbarkeit nicht bewältigt werden kann.

Mit Hilfe des Burnout-Radars lässt sich exakt diagnostizieren, ob sich ein Klient im Burnout befindet. Das 12-Phasen-Modell visualisiert dabei anschaulich, wie weit der Prozeß des „Ausgebranntseins“ bereits fortgeschritten ist.

