

Vortrag

Burnout-Prävention in Unternehmen

Wenn Mitarbeiter aufgrund von Burnout die Lust und Begeisterung, ihr Engagement und die Motivation für die Arbeit verlieren, sind die Folgen für Betriebe und Organisationen enorm: hohe Fehlzeiten, Krankenstände, sinkende Leistung und Motivation, hohe Personalfluktuationsrate, mangelnde Qualität und unzufriedene Kunden.

Unter Burnout versteht man einen Zustand tiefer emotionaler, körperlicher und geistiger Erschöpfung. In diesem Zustand ist es nicht mehr möglich, sich zu erholen. Der Akku ist leer und kann nicht mehr aufgeladen werden. Die Burnout-Ursachen sind vielfältig. An der Entstehung des Burnout-Syndroms sind immer innere (Persönlichkeit) und äußere Faktoren (Umwelt) beteiligt. Der Vortrag erläutert die Symptome, das 7-Phasen-Modell des Burnout-Syndroms und die Ursachen des "Ausbrennens" und zeigt Wege zur Entlastung und Prävention auf.