

BESPRECHUNGSBELEG
PRESS REVIEW

Nachstehende Besprechung ist erschienen in:
The following press review has been published in:

Psych.Pflege Heute

Heft-Nr.: 3/08
Vol.-No.:

Erscheinungsdatum: Juni 2008
Publication date:

Burnout – praxisnah

Jaggi, Ferdinand: Burnout – praxisnah,
Thieme Verlag Stuttgart 2008, 40 Sei-
ten, 4,95 €, ISBN 3-13-145901-5

Burnout ist ein viel gebrauchtes Wort unserer Zeit. Oft wird es falsch gebraucht, denn Menschen, die unter diesem Syndrom leiden, sind hilfebedürftig und kommen nicht ohne fremde Hilfe aus. Burnout, so wird ausgeführt, ist keine Krankheit im eigentlichen Sinn, geht jedoch einher mit einer schweren körperlichen, geistigen und emotionalen Erschöpfung aufgrund beruflicher Überlastung. Es handelt sich dabei nicht um eine Arbeitsmüdigkeit, sondern um einen fortschreitenden Prozess, der mit wechselhaften Gefühlen der Erschöpfung und Anspannung einhergeht und durch Stress ausgelöst wird, der nicht mehr bewältigt werden kann. Häufig kommen psychosomatische Beschwerden wie Kopfschmerzen, Bauchkrämpfe, Übelkeit, Schwindel, Gleichgewichtsstörungen und Schlafprobleme hinzu. Eine Anfälligkeit für Infekte ist ebenso beobachtbar. Das Syndrom kann sich steigern bis zu Wertlosigkeits- und Sinnlosigkeitsgefühlen, Hoffnungslosigkeit und Selbstmordgedanken.

Das kleine Buch gibt wertvolle Anregung für das Erkennen von Burnout und für präventive Maßnahmen. Es ist übersichtlich und gibt viele praktische Hinweise, beispielsweise durch einen Fragebogen, durch Reflexionsfragen und Entlastungshinweise. Es ist durch seine Praxisnähe sehr zu empfehlen für alle, die mit diesem Phänomen in den unterschiedlichen Berufen des Gesundheitswesens zu tun haben, sei es in einer Leitungs- oder Lehrfunktion oder als Diagnostiker.

Hilde Schädle-Deiningner, Offenbach