

Burnout Präventions Coach

Psychische Erkrankungen und insbesondere Burnout nehmen in den letzten Jahren kontinuierlich zu. Auch unter den Mitgliedern macht sich dies bereits durch Kündigungen bei bestehender Erkrankung bemerkbar. Burnout-Prävention kann aber auch eine Chance sein, nicht nur um gefährdeten Mitgliedern Hilfe zu leisten, sondern auch um neue Zielgruppen anzusprechen. Im Bereich Firmenfitness ergeben sich durch diese Thematik weitere Möglichkeiten für Studiobetreiber.

Durch die Volkskrankheit "Burnout" zu neuen Mitgliedern



Psychische Erkrankungen verursachen derzeit die längsten Fehlzeiten am Arbeitsplatz. „Bei einer Atemwegserkrankung fehlt ein Beschäftigter im Schnitt 6,5 Tage, bei einer psychischen Erkrankung sind es fast 23 Tage“, so Helmut Schröder, stellvertretender Geschäftsführer des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO). Zwischenzeitlich sind Depressionen und andere psychische Belastungen der häufigste Grund für die Frührente. Laut Berechnungen des Statistischen Bundesamts ist durch die Volkskrankheit Depression im Jahr 2006 ein Schaden von 26,7 Milliarden Euro entstanden (Quelle: Zeit Online).

Fluktuationssenkung durch Burnout Prophylaxe

Das Burnout-Syndrom hat sich zu einer Volkskrankheit entwickelt und trifft nicht nur Manager oder Menschen in helfenden Berufen, sondern ist zwischenzeitlich in nahezu allen Berufsgruppen ebenso wie bei Rentnern und Studierenden anzutreffen. In Fitnessanlagen sind ebenfalls bei immer mehr Kunden Anzeichen von Überbelastung im Beruf oder in der Familie erkennbar. Durch eine frühzeitige kompetente Beratung und Angebote in der Burnout-Prophylaxe, kann gefährdeten Mitglie-

dern geholfen werden, besser mit Stress-Situationen umzugehen. Hierdurch lassen sich Burnout bedingte Kündigungen vermeiden.

Ein durch Burnout betroffenes Mitglied schirmt sich von der Gesellschaft ab und wird auch nicht mehr zum Training kommen. Werden die Stress-Situationen rechtzeitig erkannt und Abhilfe geleistet, kommt es erst gar nicht zum Endstadium des Burnouts. Dieses äußert sich in völliger Erschöpfung des Betroffenen.

Betriebliche Gesundheitsförderung

Behörden und Unternehmen reagieren zunehmend auf die Problematik des Burnout-Syndroms und bieten ihren Mitarbeitern im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung Vorträge und Seminare zur Burnout-Prophylaxe an. Dementsprechend ist ein hoher Bedarf an kompetenter Beratung in den Betrieben vorhanden.

Erfahrungsgemäß besteht die stärkste Nachfrage für Vorträge und Seminare im Firmenbereich bei den Führungskräften der unteren und mittleren Ebene. Diese sollen in der Thematik geschult werden, um sowohl ihre eigenen

Stressressourcen zu erhöhen als auch Stressbelastungen bei Mitarbeitern reduzieren zu können.

Der neue Lehrgang zum Burnout PräventionsCoach ist in drei Schwerpunkten gegliedert. Er vermittelt Fortgeschrittenen Wissen über Ursachen und gesundheitliche Auswirkungen von Burnout. Zudem wird darauf eingegangen, wie man besonders gefährdete Personen erkennt. Denn Untersuchungen zeigen, dass es bestimmte Persönlichkeitstypen gibt, die ein höheres Gefährdungspotential aufweisen.

Ein zweiter Schwerpunkt ist die Vermittlung von Grundlagenwissen für spannende und informative Vorträge und Seminare in der Betrieblichen Gesundheitsförderung mit praxisgetesteten Anti-Stresstechniken, Grundlagen der Rhetorik und professioneller Vortragspräsentation. Außerdem erhalten die Teilnehmer konkrete Anleitungen für das Marketing. Alle Module des Lehrgangs sind in jahrelanger Seminarpraxis entstanden und werden von vielen Führungskräften als „enorm hilfreich für die Praxis“ bezeichnet.

Weitere Infos zum Lehrgang:

www.wsd-ausbildungszentrum.de