

## Pressemitteilung

Frankfurt am Main, 06. März 2013

### **„Burnout“ ist keine Krankheit**

#### **6 Thesen des Frankfurter Zukunftsrats zu einer Modediagnose**



**06.03.2013, Frankfurt:** Immer mehr im Berufsleben stehende Menschen erleben sich als „ausgebrannt“. Dies weist auf ein zunehmendes gesellschaftliches Unwohlsein hin.

Der „Stressreport Deutschland 2012“ von der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin beschäftigt sich mit diesen Problemen und vermeidet dabei bewusst den Begriff „Burnout“. Der Frankfurter Zukunftsrat

hingegen hat sich in mehreren Sitzungen dem Begriff als solchem gewidmet. „Burnout“ ist ernst zu nehmen, darf aber nicht zur Modekrankheit degradiert werden. Deshalb muss zwischen den Begriffen „Burnout“ und „Depression“ unterschieden werden.

Der Zukunftskreis „Gesundheit und Alter“ unter Leitung von Prof. Dr. Christian E. Elger, Direktor der Klinik für Epileptologie der Universität Bonn, in Zusammenarbeit mit Prof. Dr. phil. Dr. med. Andreas Hillert, Chefarzt der Schön Klinik, Roseneck, präsentierte gemeinsam mit Kristina Gräfin Pilati, Fachanwältin für Familienrecht und stellvertretende Vorstandsvorsitzende des Frankfurter Zukunftsrats, in der heutigen Pressekonferenz folgende Thesen:

#### **1. „Burnout“ ist keine Krankheit, sondern eine Mode- und Selbstdiagnose.**

Klare objektivierbare äußere Kriterien fehlen. Trotzdem wird der Begriff in der öffentlichen Diskussion oftmals fälschlich als medizinisches Krankheitsbild behandelt und wahrgenommen, begleitet von vielen seriösen und unseriösen Präventionsangeboten.

#### **2. Ein „Burnout-Erleben“ gab es schon immer, nur der Begriff ist neu.**

Dahinter können sich unterschiedliche psychiatrische Erkrankungen (z. B. Depressionen) verbergen, die klar diagnostizierbar und gut behandelbar sind.

### **3. Arbeit per se macht nicht krank.**

Die Ursache für ein „Burnout-Erleben“ ist nicht ausschließlich in Unternehmen und Institutionen oder in der Arbeitswelt allgemein zu suchen. Es ist oftmals die Folge unzureichender Strategien im Umgang mit beruflichen Belastungen, wobei oft private Belastungen zusätzlich erschwerend hinzukommen.

### **4. Um einem „Burnout-Erleben“ vorzubeugen, bedarf es einer Unternehmenskultur, die sich an menschlichen Grundwerten orientiert.**

Dabei sollen wirtschaftliche Aspekte nicht unberücksichtigt bleiben. Daher ist es unerlässlich, eine gelebte Balance zwischen Wirtschaftlichkeit bzw. Wettbewerbsfähigkeit einerseits und Unternehmensethik andererseits zu finden.

### **5. Ein angstfreies Miteinander in Unternehmen kann nur über die interne Unternehmenskommunikation realisiert und gefestigt werden.**

Psychosoziale Belastungssituationen sollen offen angesprochen werden können, ohne Sanktionen befürchten zu müssen.

### **6. Eine Professionalisierung im Umgang mit den oft unvermeidbaren psychosozialen Belastungen ist notwendig.**

Selbstkompetenz und Eigenverantwortung im privaten Bereich und in der Arbeitswelt machen „Burnout-Konstellationen“ weniger wahrscheinlich.

#### Frankfurter Zukunftsrat e. V.:

Der Frankfurter Zukunftsrat e.V. ist eine gemeinnützige und innovative Denkfabrik, die sich für eine zukunftsfähige Politik, Wirtschaft und Gesellschaft in Deutschland und Europa einsetzt. Der Verein stellt zukunftsorientierte Fragen und formuliert mit seinen Mitgliedern Antworten auf die langfristigen Herausforderungen unserer Zeit. Seine Vision ist ein zukunftsorientiertes und dynamisches Deutschland und Europa, das gut gerüstet in die Zukunft blicken soll.

#### Ansprechpartner:

Prof. Dr. Manfred Pohl  
Frankfurter Zukunftsrat e. V.  
Geleitsstraße 14, 60599 Frankfurt am Main  
Tel.: +49 (0) 69/ 71 37 31 0  
Fax: +49 (0) 69/ 71 37 31 22  
[presse@frankfurter-zukunftsrat.de](mailto:presse@frankfurter-zukunftsrat.de)  
<http://www.frankfurter-zukunftsrat.de>  
<http://my-europe.org>