

PSYCHOLOGIE HEUTE

GESUNDHEIT

„Ich kann unmöglich allem gerecht werden“

Wer ausgebrannt ist, hat sich vorher für eine Sache von Herzen engagiert, hat loyal und solidarisch gehandelt. Der Arzt und Psychotherapeut Gunther Schmidt kann darin kein Versagen sehen

VON BIRGIT SCHÖNBERGER



01. JAN 2016

Herr Schmidt, Sie überraschen in Ihren Vorträgen damit, dass Sie Burnout als Kompetenz bezeichnen. Das klingt provokativ. Denn die Betroffenen erleben sich als kraftlos, schwach und unfähig. Warum sprechen Sie dennoch von Kompetenz?

Mir ist bewusst, dass diese Formulierung zu Missverständnissen einlädt. Man könnte auf die Idee kommen, dass ich das Leiden, die Erschöpfung, die Sinnlosigkeitsgefühle und die Selbstzweifel der Betroffenen nicht ernst nehme. Tatsächlich spreche ich bewusst von Kompetenz, um die Menschen, die Burnoutsymptome entwickelt haben, zu würdigen. Diese Patienten werten sich selbst massiv ab, fühlen sich als Versager und sind mit kränkenden Kommentaren wie „Der ist nicht mehr belastbar. Der kriegt seine Arbeit nicht mehr auf die Reihe“ konfrontiert. Mir liegt sehr viel daran, diesen Selbst- und Fremdadwertungen mit einem ressourcenorientierten Verständnis...

Den kompletten Artikel können Sie bei uns kaufen oder freischalten.

