

Burnout-Prävention: „Draufschaun, erkennen, handeln!“



Chefs, Vorgesetzte und Kollegen sind oft ratlos, wie sie in der Situation mit Betroffenen reagieren sollen. Aufmerksam sein und vorher reagieren, rät Christiane Herlein-Schmiedel, Leiterin des Business Coaching Center, das mittelständische Unternehmen und Konzerne in Burnout-Prävention berät und Führungskräfte erfolgreich coacht.

Als Expertin für Unternehmenskommunikation, zertifizierter Coach, Mitglied im Deutschen Bundesverband für Coaching sowie im Schweizer Expertennetzwerk für Burnout weiß Christiane Herlein-Schmiedel, wie emphatische Führung und wertschätzende Zusammenarbeit in Unternehmen gelingt. „Burnout made in Baden“ sei keine Seltenheit mehr, so die gebürtige Aachenerin, die seit 10 Jahren in der Ortenau lebt und beruflich in Süddeutschland und der Schweiz arbeitet. Wer sind die Auftraggeber, die sich an das Business Coaching Center wenden, das sie leitet? „Neben Betroffenen selbst immer häufiger Personalabteilungen und verantwortungsbewusste Vorgesetzte, die zum einen den Kollegen als Mensch sehen, aber auch den betriebswirtschaftlichen Aspekt berücksichtigen müssen.“ Zum Beispiel was der langfristige Ausfall eines wertvollen Mitarbeiters das Unternehmen koste. Damit ist nicht nur die Zeit in der Akut-Klinik, die Reha und die Wiedereingliederung gemeint – die Frage ist auch: Was kostet es die verbleibenden Kollegen an Kraft,

Motivation, an Vertrauen in den eigenen Arbeitgeber bis hin zum Gesichtsverlust vor Kunden?

Betroffene Führungskräfte, die sich privat an Christiane Herlein-Schmiedel wenden, weil sie es im Unternehmen nicht wagen anzusprechen, seien oftmals erleichtert, endlich gehört und verstanden zu werden: „Körperliche Beschwerden zu fühlen und mehrfach bei Ärzten gewesen zu sein, die organisch nichts finden, schafft für Betroffene zunächst Entlastung: Ich hab’ ja nichts. Zum anderen eine verstärkte Belastung, da gesundheitlich definitiv etwas nicht stimmt und Ärzte vermeintlich nicht helfen. Fragen, die auftreten: Ist das alles nur Einbildung? Gehöre ich jetzt auf die Couch?

„Das Business Coaching Center hat Klienten, keine Patienten“, so Coach Herlein-Schmiedel. Diese Grenze zu ziehen und zu wahren sei sehr wichtig. Burnout-Prävention setze vor der Erkrankung ein. Unternehmen suchen immer mehr nach präventiven und nachhaltigen Lösungen, die die Leistungskraft ihrer Mitarbeiter langfristig bewahren, und das bedeutet: Aufklärung, wie Burnout entsteht, aber auch akzeptieren, dass es dieses Phänomen gibt und sehr ernst zu nehmen ist. Wie verhalte ich mich als Vorgesetzter richtig? Was kann ich tun, wenn der Erschöpfungsprozess bei meinem Mitarbeiter oder Kollegen bereits „offen sichtlich“ wird – und wie verhindere ich rechtzeitig das komplette Ausbrennen wertvoller Kollegen?

Seminare, Sprechstunden und Individualcoaching

Das Business Coaching Center bietet für Führungskräfte ganztägige Seminare zum Thema „Burnout-Prävention“ und „Burnout-Sprechstunden“ in Unternehmen an: „Psychische Belastung am Arbeitsplatz mit verdichteten Arbeitsprozessen, Dauererreichbarkeit und Perma Stress sind im heutigen Business einfach Fakt. Tatsache

ist aber auch, dass man einen persönlichen Umgang mit Stress erlernen und eine Ortsbestimmung vornehmen kann, welche Gestaltungsmöglichkeiten ich in meinem Leben und an meinem Arbeitsplatz ausschöpfe, anstatt daran zu erschöpfen“, so Coach Herlein-Schmiedel. Um sich individuell seinen Themen zu widmen, nutzen Führungskräfte gerne das Angebot einer intensiven Auszeit mit ganztägigem Individualcoaching. „Umgeben von Ruhe und Natur erarbeiten wir zusammen mit dem Klienten passende Lösungsansätze, die es für ein ausgeglichenes und zufriedenes Leben und Arbeiten braucht.“ Ein Investment, das sich nachhaltig lohnt: sowohl für das Unternehmen als auch für den Menschen selbst.



Führungskräfte nutzen gerne das ganztägige Individualcoaching.



Christiane Herlein-Schmiedel
Certified Performance Coach and Consultant®

Fotos: Business Coaching Center.

Weitere Infos:

BUSINESS COACHING CENTER Coaching · Führungskräfte training · Burnout-Prävention
www.business-coaching-center.de · info@business-coaching-center.de · Telefon 07835 / 540 20 88