



01.06.2015 | Stress und Burnout Vortrag– der Kampf um das innere Gleichgewicht

Dr.med Askan HendrichkeChefarzt der Klinik für PsychosomatikOstalb-Klinikum Aalen
Die Flut der Berichte über Burnout steigt ständig, Stress gilt inzwischen laut WHO als eine der größten Gesundheitsgefahren unserer Gesellschaft. Geschätzte 4 Millionen Menschen in Deutschland leiden unter stressassoziierten Störungen, die als Depression, als Burnout-Syndrom, als Angst- und Panikstörung oder als psychosomatische Körperstörung vor allem im Arbeitsleben, aber auch in anderen sozialen Kontexten auftreten. Ziel ist es Burnout zu vermeiden, bzw. rechtzeitig dagegen vorzugehen. Der Vortrag zeigt Wege auf, wie wir zwischen krankheitsverursachendem Stress und positiven Herausforderungen unterscheiden können. Neben individuellen Lösungen sollen auch institutionelle Ansätze vorgestellt werden, die sowohl die fachliche als auch die soziale Kompetenzerweiterung der Mitarbeiter zum Ziel haben. Der Vortrag findet im Rahmen der „Gesunden HochschuleAalen“ statt.