

# **Burnout-Syndrom :-)**

**Beitrag von „Porto“ vom 13. Juni 2005 um 17:47**

Die weite Verbreitung des Burnout-Syndroms zeigt deutlich, dass das Leben in der heutigen Leistungs-, Konsum- und Erlebnisgesellschaft uns an die Grenzen unserer Anpassungsfähigkeit geführt hat.

In vielen Berufen geht es nur noch um Power, eigentlich nicht wirklich um Leistung. Die Unternehmen verheizen ihre Leistungsträger systematisch. Das gilt ganz besonders für Führungskräfte und in besonderen Sparten wie z. B. Werbung und Anwälte. Hinzukommt das Damoklesschwert der Entlassung.

Aber auch privat wollen wir immer mehr. Unsere moderne Gesellschaft bietet gegenüber der traditionellen früheren Gesellschaft viele Lebensentwürfe, aber für welchen will ich mich entscheiden. Irgenwann in den 30ern oder 40ern kommt dann das Gefühl: "Ich wollte doch eigentlich ein ganz anderes Leben." Niemand lernt, mit seiner Lebensentscheidung zu leben und ins Reine zu kommen. Man denke nur an Frauen, die sich für eine berufliche Karriere statt für Kinder entscheiden.

Dann haben im privaten Bereich den Erlebnis- und Konsumhunger. Wir wollen das alles haben und erleben, was uns in den Medien, der Werbung und von Andren vorgelebt wird.

Dann leben die meisten von uns in einer Stadt, in der alles laut und sehr schnell vor sich geht.

Mit anderen Worten:

Wir stehen ständig unter Strom.

Wie soll das keinen Einfluß auf unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden haben.