

Arbeits- und Organisationspsychologische Aspekte der Burnoutprävention

Paul Jiménez

Karl-Franzens-Universität Graz / Institut für Psychologie

ZUSAMMENFASSUNG

Burnout ist ein Begriff, der sehr in Diskussion ist und immer noch oft eine Rechtfertigung in der Verwendung benötigt. Ein Anstieg in der Beanspruchung ist jedenfalls auch empirisch feststellbar. Es ist damit notwendig, Interventionen für Fehlbeanspruchungsfolgen im organisationalen Kontext zu definieren. Die Interventionen können nur dann zu nachhaltigen Ergebnissen führen, wenn sie auf der Ebene der Organisation durchgeführt werden und nicht nur individuelle Maßnahmen vorgeschlagen werden. Modelle zu Burnout müssen daher die Interaktion zwischen Individuum und Organisation in den Fokus stellen. Dieser Ansatz wird in dem in diesem Beitrag vorgestellten systemtheoretischen Modell der Erholungs-Beanspruchungs-Balance vertreten. Die Folgerungen aus den Modellannahmen werden für die Prävention in der Arbeits- und Organisationspsychologie dargestellt.

Schlüsselwörter

Burnout – Systemtheorie – Erholung – Beanspruchung – Prävention

ABSTRACT

Burnout is a term which is under discussion and still needs a justification. Anyway, a rise in mental strain can be found empirically. Therefore it is necessary to define interventions for consequences of mental strain in the context of organizations. These interventions can only lead to sustainable results if they are done on the level of the organization and not only for the single person. Models for burnout have to focus on the interaction between person and organization. This approach is represented in this contribution in the system theoretical model of recovery-stress-balance. The consequences out of these assumptions of the model will be described for prevention in the work and organizational psychology.

Keywords

Burnout – system theory – recovery – strain – prevention