

Programm 2011
Volkshochschule
des Landkreises Hersfeld-Rotenburg



Bitte beachten Sie
heute unsere Beilage.

Hersfelder Zeitung

Amtliches Verkündungsblatt für die Kreisstadt Bad Hersfeld und den Kreis Hersfeld-Rotenburg

Donnerstag, 4. August 2011

Hessischer Bote
Gegründet 1763



www.hersfelder-zeitung.de

Nr. 179 | H 3701 | Preis 1,50 Euro



Burn-out-Risiko steigt: Die Hirten sind müde

Es gibt immer mehr ausgebrannte Pfarrer - Seelsorge für Seelsorger

VON LEA-MARIE BRANDAU

BAD HERSFELD. Nach aktuellen Studien steigt die Zahl der Menschen mit Burn-out, einer emotionalen Erschöpfung, stetig an. Besonders betroffen: Pfarrer. In den vergangenen Jahren ist ihr Risiko daran zu erkranken größer geworden.

Lutz Richter, Pastoralpsychologe des Sprengels Hersfeld, erläutert, dass Burn-out in seinen Beratungsgesprächen immer mehr zum Thema werde. Die Hirten sind ausgebrannt lautet die Diagnose.

Für viele Theologen sei der Pfarrberuf der absolute Traumberuf, dass mache laut Richter aber auch die Grenzziehung schwierig. „Viele haben ein Problem damit, Beruf und Freizeit

klar voneinander abzugrenzen“, sagt der Experte. Derjenige, der ausgebrannt ist, was ja die wörtliche Übersetzung von Burnout ist, sei auch mal Feuer und Flamme gewesen.

Die Ursachen für die steigende Anzahl der Fälle liege an den äußeren Ursachen, wie Pfarrstelleneinsparung und Arbeitsverdichtung sowie einem Statusverlust des Berufsbildes und einer hohen Erwartungshaltung. „Pfarrerinnen und Pfarrer sind von dem christlichen Grundgedanken geprägt, seinem Nächsten zu helfen. Resultiert aus dieser ethischen Verpflichtung eine defizitäre Abgrenzung gegenüber zu hohen Anforderungen und eine unzureichende Selbstfürsorge, kann dies eine Entwicklung zum

Burnout begünstigen“, erklärt Dr. Jürgen Döring, Leitender Psychologe, psychologischer Psychotherapeut und Verhaltenstherapeut an der Hainberg Klinik Bad Hersfeld.

Die Erwartungen lasten auf den Schultern der Pfarrer, die selber nicht mehr wissen, wofür sie eigentlich zuständig sind. Diese Identitätskrise führt oft dazu, dass emotionale, körperliche und geistige Erschöpfung an der Tagesordnung stehen. Gerade an ihrem eigenen Ich-Ideal scheitern viele Pfarrer. Es fällt schwer die Gemeindeaufgaben mit jemanden zu teilen. Laut des Experten sei das Thema aber nicht mehr so Tabu belastet. „Die Kirche unterstützt die Pfarrer sich Hilfe zu holen“, sagt Lutz Richter. **10. LOKALS.**

HINTERGRUND

Über die totale Erschöpfung

Der Begriff Burn-out-Syndrom ist das erste Mal Mitte der 1970er Jahre aufgefunden und bezeichnet einen Zustand totaler emotionaler, körperlicher und geistiger Erschöpfung. Die Übersetzung lautet „ausgebrannt“. Das Burn-out-Syndrom tritt vermehrt bei Menschen in sozialen Berufen auf. Schätzungen zufolge sind etwa 10 Prozent aller Arbeitnehmer, die in Risikoberufsgruppen arbeiten, vom Burn-out-Syndrom betroffen. 20 bis 30 Prozent aller Personen in solchen Berufen sind gefährdet, am Burn-out-Syndrom zu erkranken. Burn-out ist keine Krankheit mit eindeutigen diagnostischen Kriterien, sondern entsteht durch berufliche Belastung und Stress. (fb)