



## Vom ‚Burn-out zum Burn-in‘ führen...

Burnin statt Burnout! Ausgehend von der Unterscheidung zwischen persönlichem und strukturellem Burnout (Erkennung, Entstehung, Dynamik) geht es v.a. um Präventions- und Interventions-Strategien im Arbeitsalltag von Führungskräften.

Welche Einfluss- und Steuerungsmöglichkeiten hat man als Führungskraft für sich, seine Mitarbeiter und seine Organisation? Wie gehen die Führenden selbst mit ihrer Vorbildfunktion um (Selbstreflexion, Selbstmanagement) und wie können sie auch in turbulenten Zeiten "gesund" führen“?

Wer oder was macht es einem schwer? Was sind die Inneren und äußeren Antreiber, was sind die Mythen, die es zu aufzudecken und bearbeiten gilt? (Erweist sich bspw. ein effizientes Zeitmanagement wirklich als Bremser von Burnout?)

Es gilt jedenfalls ebenso scheinbar einfache (Führungs)Strategien bzw. Rahmenbedingungen in die tägliche Führungsarbeit zu integrieren, wie oft auch komplexe Projekte. Das Handlungsfeld spannt sich in einem Mix aus Kommunikation, Mitarbeitergesprächen, Motivation, Arbeitnehmerschutz (ASchG) und schlussendlich betrieblicher Gesundheitsförderung (BGF) auf.

Im Vordergrund stets derselbe Fokus: Wie kann die Gesundheit aller Mitarbeiter im Team gefördert werden und was davon ist Teil der Persönlichkeits- respektive Organisationsentwicklung?

### Mag. Dr. Karlheinz Benke, MAS, Jg. 1966, verheirateter Vater einer Adoptivtochter

(Reform)Pädagoge, Erziehungshelfer, Supervisor-Coach-Organisationsentwickler, Wirtschaftsmediator, Online Berater, Lehrbeauftragter (Fachhochschulen, Universität) und Trainer

Autor von u.a. ...

Benke, K. (2014). Wenn Herz und Seele brennen ... Das Ich vor dem Burnout schützen. In: KiTa aktuell (Nr. 1). Hürth: Carl Link, S. 6-8.

Benke, K. (2014). [Digitale.Beratung]: online beraten. Duisburg: Wiku, 228S.

Benke, K. (2010). ... auf Augenhöhe: Rundumblicke zur Peer-Online-Beratung. In: e-beratungsjournal.net. Fachzeitschrift für Online-Beratung und computervermittelte Kommunikation (6.Jg./H.1: 'Online-Beratung mit Kindern und Jugendlichen'). Wien, 18S.



Mehr unter:

[www.karlheinz-benke.at](http://www.karlheinz-benke.at)

