

Pressemitteilung

Ärzte & Manager im Burn-Out: Psycho-Diagnose gefährdet die Karriere

Gesundheits Coaching ist für viele die Alternative

Ärzte und Manager fühlen sich im Burn-out von der Psychopathologisierung durch Behandlung bedroht. Die häufig empfundene Kränkung und die Gefährdung ihrer Position durch Psycho-Diagnosen wollen und müssen sie vielfach unbedingt vermeiden. Sie versuchen allerdings zulange die Symptome zu verneinen und manövrieren sich in eine Sackgasse statt die Chancen der Prävention durch Gesundheits Coaching zu nutzen.

Carsten L., Oberarzt einer chirurgischen Klinik: „Abends nach den langen OP-Tagen war ich kaputt, zu müde für alles, wollte niemanden mehr sehen,. Oft schreckte ich nachts in Panik hoch, hatte einen rasenden Puls. Ich verstand die Welt nicht mehr, dachte, dass ich sicher einen Virus haben müsste oder eine Vergiftung, aber die Kollegen fanden nichts. Es wurden dann die Diagnosen Depression, Panikattacken, narzistische Persönlichkeitsstörung von den eigenen Kollegen gestellt. Ich hatte Angst vor diesen Diagnosen, diese Stempel bedrohten mich. Von Burn-Out wusste ich damals zwar etwas, aber glaubte sicher zu wissen, dass ich es nicht habe.

Carsten L. wollte Begleitung in seiner Not und bekam schließlich die Empfehlung zu einem Arzt an die Hand, der Gesundheits Coaching machte. Dies brachte für ihn die Wende.

- **Krisenintervention durch Gesundheits Coaching:**

als

Burn-Out-Prophylaxe

Workaholic-Prophylaxe

bei

Bossing, Mobbing, Lobbing, Sobbing

im

Visions- & Ziel-Management

Selbst- & Zeit-Management

Unternehmens- & Mitarbeiterführung

Der Arzt als Coach ist für viele noch neu. Aber Gesundheits Coaching gerade von Ärzten wird, sofern Prävention noch greifen kann, für viele Führungskräfte zu einer Alternative zum Vorgehen in der zunehmend emotional verarmten und eingeschränkten Seh- und Handlungsweise der Schulmedizin.

Notwendige medizinische Behandlung ist durch Coaching natürlich nicht ersetzbar, ein Großteil der Symptomatologie weicht jedoch erfahrungsgemäß in der rechtzeitigen Phase einer solchen professionellen Coaching Begegnung. Gesundheits Coaching wirkt für die Zukunft protektiv, ja Kerngesundheit ist das angestrebte Ziel. Insofern wird Gesundheits Coaching eine hervorragende Rolle in einer zukünftigen selbstverantwortlichen Gesundheitssicherung von Führungskräften spielen.

Vorstände, Topmanager, Führungskräfte und ihre Teams sind darüber hinaus darauf angewiesen, dass Psychopathologisierungen wie in der ärztlich-psychotherapeutischen Arbeit üblich, für die Wirksamkeit der Maßnahmen unbedingt vermieden werden, da sie existenziell die Führungskraft und das Unternehmen bedrohen würden.

Etwa 25 Prozent aller Führungskräfte in der Wirtschaft bewegen sich (ungebremst?) in einer Burn-Out-Spirale abwärts oder sind bereits ausgebrannt. 80 Prozent aller Spitzenmanager gehen mit einer inneren Unruhe oder Hintergrundangst in den Tag.

Diese Situation wird in ihrer Tragweite von den Menschen oft erst sehr spät erkannt. Die Karriere wird vor allem bei Karriere-Stufen ohne entsprechende Vorbereitung fortgesetzt, manchmal bis zum Absturz. Prominente Spitzensportler erhalten mediale Aufmerksamkeit, Führungskräfte dürfen sich nicht mitteilen. Dies gilt es zu ändern.

Der Verlust an Brain-Power durch Burn-Out wird von den Unternehmen bisher oft nicht gemanagt. Der Verlust einer Führungskraft verursacht hohe Kosten, falsche Entscheidungen bergen existenzielle Risiken.

Unter www.gezeitenhaus.de finden Sie einen online sofort auswertbaren Burn-Out-Test um für sich selbst erste Anhaltspunkte zu erhalten.

Coaching und Gesundheits Coaching dienen dabei dem Ausstieg aus der Burn-Out-Spirale und der Rückgewinnung unternehmerischer Leistungsfähigkeit und Kompetenz .

Coaching, insbesondere Gesundheits Coaching bedeutet neben medizinischen Gesundheitswissen soziale Kompetenz, Empathie, Integrität, emotionale Intelligenz und Wachheit und Achtsamkeit für den Menschen gegenüber unter Wahrnehmung seiner Ressourcen und Beziehungsfähigkeiten. Diese auch für menschenwürdige Medizin wünschenswerten Tugenden und Kompetenzen sind im Gesundheits Coaching Selbstverständlichkeit.

Auszubrennen ist keine schicksalshafte Notwendigkeit. Die Ressourcen für eine Karriere in Kerngesundheits liegen in jedem Einzelnen. Die Hyperspannungszustände sind vermeidbar durch Prävention mit Gesundheits Coaching.

Ein hierfür konzipierter 2-tägiger umfassender medizinischer Gesundheits-Check geht diesem Gesundheits Coaching voran, um die Ressourcenlage als Ausgangspunkt genau zu kennen.

Bonn im Dezember 2005

Dr. med. Manfred Nelting
Leiter der Gezeiten Haus Akademie
Management Lehr Coach ECA
Kernkompetenz Gesundheits Coaching
Facharzt für Psychotherapeutische Medizin
Facharzt für Allgemeinmedizin
www.gezeitenhaus.de, m.nelting@gezeitenhaus.de

Anlage