

Durch Beruf ausgebrannt

VHS bietet „Burn-out-Vorsorge“ als Bildungsurlaub in den Ferien

HEMER. (rd) Burn-out-Vorsorge bietet die Volkshochschule an. Das ist ein dreitägiger Bildungsurlaub in den Osterferien für „ausgebrannte“ Menschen in medizinischen, sozialen und therapeutischen Berufen: „Von der Kunst, für andere da zu sein, ohne sich selbst zu vergessen“. Oder anders gesagt: „Eine frühzeitige, achtsame und konsequente Prophylaxe ist kein Luxus, sondern lebensnotwendig.“

Wer Menschen in ihren physischen, psychischen, sozialen, spirituellen und geistigen Bedürfnissen wahrnimmt und ernstnimmt, wird selber in diesen Bereichen angesprochen und beansprucht. Umfassende Betreuung, Begleitung und Therapie fordern so-



Dr. Mechthild Herberhold ist Burn-out-Vorsorgespezialistin.

zusagen auch umfassenden Einsatz. Die Anforderungen im Berufsalltag stimmen jedoch nicht immer mit den eigenen Bedürfnissen überein. Über- und auch Unterforde-

rung oder das unterschwellige Gefühl, am falschen Platz zu sein, können dazu führen, dass Menschen „ausbrennen“.

Die Dozentin Dr. Mechthild Herberhold ist Theologin, gelernte Krankenschwester und Ethikberaterin mit den Schwerpunkten Medizinethik und Unternehmensethik. Bei dem bundesweiten Businessplan-Wettbewerb „Medizinwirtschaft“ gehört Dr. Herberhold zu den „Top Ten“.

Die dreitägige Fortbildung in den Osterferien (17. bis 19. März) wird als Bildungsurlaub anerkannt. Der Bildungsurlaub kann in Anspruch genommen werden. Die Volkshochschule in Menden erteilt weitere Auskünfte (☎ 02373/9096-0).