



Masterlehrgang

„SUPERVISION, COACHING & ORGANISATIONSENTWICKLUNG“

Abschluss im November 2008

Burnout – ein vielschichtiges Phänomen

Mag.^a Silvia Neumaier

silvianeumaier@gmx.at

Zusammenfassung:

Die vorliegende Arbeit setzt sich mit der Fragestellung auseinander, wie geeignete Burnout Prävention für JungunternehmerInnen in der Gastronomie aussehen könnte. Es wurden dafür auf Basis einer Literaturlaufarbeitung und auf Basis einer qualitativen Befragung von Burnout-ExpertInnen Risikofaktoren für die oben genannte Zielgruppe erhoben. Darauf aufbauend wurde erarbeitet, auf welchen Ebenen, mit welchen thematischen Schwerpunkten und über welche Interventionen Burnout Prävention für diese Zielgruppe, im Sinne eines vielschichtigen Verständnisses, ansetzen sollte. Die Ergebnisse zeigen, dass es zahlreiche Argumente dafür gibt, JungunternehmerInnen in der Gastronomie als gesonderte Risikogruppe für Burnout zu betrachten. Ein diesem Setting gerecht werdendes Burnout Präventionsprogramm sollte an der Person, an der Institution und an der Schnittstelle Person und Institution ansetzen und aus einem Interventionsmix aus systemischer Beratung und Fachberatung bestehen. Als thematische Schwerpunkte lassen sich Ressourcen- und Energiemanagement, Ziel- und Erfolgsarbeit, betriebswirtschaftliches Know How (wie Arbeitsorganisation und –gestaltung, Führung, u. a.), Netzwerk- und Beziehungsmanagement sowie Gesundheit ableiten. Der Vielschichtigkeit von Burnout in Theorie und Praxis sollte mit einem umfassenden Präventionsansatz begegnet werden, der nur durch ein Netzwerk an BeraterInnen angeboten werden kann.

Abstract:

This thesis is concerned with the possibilities of burnout prevention for entrepreneurs in the restaurant industry, who have recently started their businesses. Several risk factors have been established for this target group through literature research and via several interviews with burnout experts. These factors were subsequently incorporated into a multi-layered theory of burnout prevention for the target group. Concluding, the results of this study indicate that the above mentioned entrepreneurs should be identified as a distinct high-risk group for burnout. A relevant burnout prevention program would have to target the individual, the organization, and the interface between these two and consist of a mix of systemic and specialist counseling. Topics like resource and energy management, working towards goals and successes, managerial know how (such as work organization, job design, leadership etc.), networking and relationship management, as well as health issues should be considered. The theoretical and practical complexity of burnout should be mirrored by comprehensive prevention strategies, which can only be covered by a network of specialists utilizing a multifaceted approach.