

Auf der Tagung in Reutlingen / Tübingen verabschiedeten die IPRI-SprecherInnen außerdem die 1. Vorsitzende, Lisa Sponner, und wählten einen neuen, Lucas Keßler. Der Kassenwart Christoph Hippe wurde in seinem Amt bestätigt.



v.l. Lucas Keßler, Daniela Fella (2. Vorsitzende), Christoph Hippe

Wir von IPRI und unser Referent stehen Euch für Fragen rund um Praktika, BWKs und Berufe für TheologInnen jederzeit zur Verfügung! Schreibt einfach eine Mail an: lpri.info@gmail.com
Wir freuen uns auf Eure Anregungen und Fragen!



**Ey, chill doch mal!!
„Burnout - Prävention und
Erkennung“**

**IPRI-Tagung
vom 04.-06. Mai 2012
in Reutlingen / Tübingen**

Herausgegeben von:

IPRI (Interessierte am Beruf des/der
PastoralreferentIn)
Sprecher:
Lucas Keßler (BWK Freiburg)
Kassenwart:
Christoph Hippe (BWK Würzburg)

Kontakt:
lpri.info@gmail.com
www.ipri.de

Liebe Freunde der IPRI, liebe BWKs,

Im Sommersemester 2012 tagten wir vom 04.05.-06.05.12 in Reutlingen / Tübingen. Es waren 7 Bistümer (Aachen, Berlin, Freiburg, Mainz, München - Freising, Rottenburg - Stuttgart und Würzburg) mit jeweils 1-2 Delegierten ihrer BWKs vertreten. Aus ihrer Gremienarbeit berichteten Vertreter der KMA, Bundesfachschaft Theologie und BVPR.

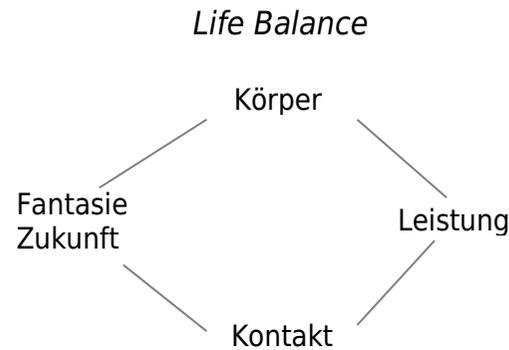
Das Thema der Tagung lautete „Burnout - Prävention und Erkennung“. Hierzu konnten wir als Referenten Markus Ciernioch (freiberuflicher Teamentwickler) gewinnen.

Dieses Thema betrifft uns als angehende PastoralreferentInnen, da diese Tätigkeit zum einen zu den besonders gefährdeten Berufsgruppen hinsichtlich Burnout zählt und zum anderen weil wir oftmals als Erstkontakt für Menschen in solchen Situationen dienen.

Im Folgenden haben wir die Ergebnisse dieser Tagung zusammengefasst.

Eure IPRI-Vertreter

Erkennung



Life Balance bedeutet, dass alle vier Komponenten in einem ausgewogenen Verhältnis zueinander stehen.

Erkennungsmerkmale für Burnout:

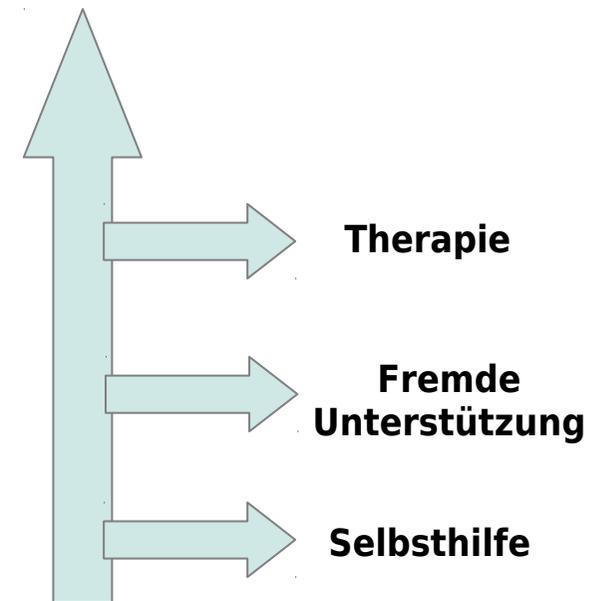
- Körper
 - Müdigkeit
 - Unlust
- Leistung
 - Antriebslosigkeit
 - Vergesslichkeit
- Kontakt
 - sozialer Rückzug
 - Ruhelosigkeit
- Phantasie / Zukunft
 - Grübeleien
 - negative Zukunftsmodelle

Eine Gefährdung hinsichtlich Burnout kann bestehen, wenn mehrere Merkmale (Symptome) aus den verschiedenen Komponenten auftreten.

Prävention

Es gibt mehrere „Ausfahrten“, die man nutzen kann, bevor man ein Burnout erleidet.

Burnout



Burnout ist ein weit verbreitetes Phänomen in unserer Gesellschaft, vermehrt auch bei jungen Menschen. Seid also wachsam gegenüber eurer Familie, euren Freunden, Nachbarn usw. Gegebenenfalls spricht sie an und/oder verweist sie auf therapeutische Hilfsangebote.