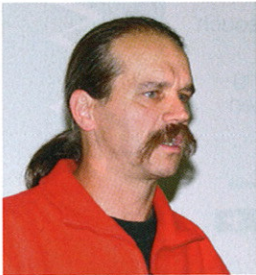


Boxenstopp: Burnout – ein Thema auch für KMU?

Boxenstopp- Impressionen

Die vom Büro für Gleichstellung für Mann und Frau zusammen mit dem KGL und mit Unterstützung von Radix Schweiz durchgeführten Informationsveranstaltungen in Sursee und Luzern «Boxenstopp» zur Thematik «Burnout – ein Thema für KMU» zeigten, dass damit ein aktuelles Thema von Gewerblern und Gewerblernen angesprochen wird. Hier einige Impressionen davon.



Jürg Weibel, Dinhard, Burnout-Betroffener.



Rita Blättler, Leiterin des Büros für Gleichstellung des Kantons Luzern, Projektleiterin Time-out statt Burnout.

«Ich bin in einem KMU aufgewachsen und habe erlebt, was es heisst, wenn das Geschäft Dauerthema ist, auch am Mittagstisch.» Isabelle Zuppiger Ritter, Dr. psych., Berufs- und Studienberatung Luzern, zeigte Ursachen und Wirkung eines Burnout auf. Sie betonte: «Niemand erleidet ein Burnout über Nacht, Burnout ist ein Prozess, Burnout ist nicht Schicksal!» Jürg Weibel, Dinhard, Mitinhaber und Geschäftsleiter einer Schreinerei, Burnout-Betroffener, erzählte, er sei im Geschäft stets als Erster gekommen und als Letzter gegangen. Zu Hause habe er seiner Frau im Haushalt und mit den Kindern geholfen und am Wochenende habe er im Büro gesessen. «Daneben» ergänzte er, «mache ich in der Feuerwehr mit, bin Offizier, engagiere mich im Dorfverein – natürlich als Präsident, und bin im Fasnachtskomitee – natürlich im Vorstand. Meine Tage und Nächte waren ausgefüllt, bis schliesslich nichts mehr ging und ich im Büro nur noch die obersten Mäppli nach zuunterst kehrte. Da habe ich begonnen, den Mitarbeitern bis zum Stift mehr Verantwortung zu übergeben und mir zwischen durch kurze Time-outs zu leisten».

Die beiden Kursleiter von «Time-out statt Burnout», Martin Buchmann, Thun, und Christoph

Walser, Zürich, beide Coaches und in Weiterbildung, Team- und Organisationsberatung tätig, betonten: «Burnout ist kein persönliches Problem, es ist ein gesellschaftliches Problem!» Sie zeigten auf, dass es in den Seminaren um Wegbegleitung von KMU gehe, darum, die eigenen Kraftfresser auszumachen und zu erkennen, wo man sich erholsamen Raum gestalten kann.

Der grosse Aufmarsch und das rege Interesse auch an den aufliegenden Unterlagen, das Verweilen beim Apéro und bei Gesprächen mit anderen Teilnehmern oder den Referenten, zeigte, dass sich Gewerbler und Gewerblernen mit dem Thema Burnout auseinandersetzen wollen und es auch tun. ■



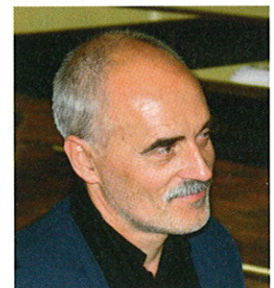
Männer und Frauen zeigten reges Interesse.



Kursleiter Christoph Walser und Martin Buchmann.



Isabelle Zuppiger Ritter, Dr. psych., Berufs- und Studienberatung Luzern.



René Setz, Radix Schweiz.

Time-out statt Burnout

Männer im Spannungsfeld Betrieb – Familie/Partnerschaft – Freizeit
Ein Angebot für Führungskräfte in Kleinbetrieben.

Das Seminar wird zwei Mal durchgeführt, in Sursee und in Luzern

Standortbestimmung:

1. Durchführung: Do, 9. November 2006, 8.30 bis 17.00 Uhr, Campus Sursee (Anmeldeschluss 31. Oktober 2006)

2. Durchführung: Do, 18. Januar 2007, 8.30 bis 17.00 Uhr, Luzern, AAL (Anmeldeschluss 8. Januar 2007)

Praxisberatungen (Für beide Seminare frei wählbar):

Do, 11. Januar 2007, 14.00 bis 17.30 Uhr, Campus Sursee

Do, 1. März 2007, 14.00 bis 17.30 Uhr, Campus Sursee

Do, 22. März 2007, 14.00 bis 17.30 Uhr, Luzern AAL

Do, 24. Mai 2007, 14.00 bis 17.30 Uhr, Luzern AAL

Weitere Informationen: Rita Blättler, Tel. 041 228 67 15, bgfm@lu.ch

Detaillierte Ausschreibung und Anmeldung: www.gesunde-maenner.ch