

Burnout – ausgebrannt sein. Was bedeutet das eigentlich? Bin ich vielleicht davon betroffen? Was sind Frühwarnsignale? Und vor allem: Gibt es Prophylaxemöglichkeiten? Fragen, die sich angesichts eines hohen Arbeitspensums, zu hoch erscheinender Belastungen, Anforderungen und Erwartungen vor dem Hintergrund von Pressemeldungen über derartige Syndrome bei Prominenten oder in diese Richtung interpretierte Erkrankungen im Kollegen- und Freundeskreis wohl schon jeder gestellt hat. Die Angst, es könnte irgendwann zu spät sein, nimmt zu mit jedem an sich selbst als krankhaft erlebten körperlichen Signal. Und dennoch wird man kaum etwas verändern. Wie auch, wird sich mancher etwas hilflos fragen.

Herbert Freudenberger hat den Begriff des Burnouts 1974 erstmals eingeführt. Beobachtet hatte der Psychoanalytiker eine Häufung von krankheitsbedingten Ausfällen, Arbeitsunfähigkeiten und Frühberentungen bei Menschen, die helfende Berufe ausüben, wozu der Beruf des Zahnarztes auch zählt. Die internationale Klassifikation für Krankheiten beschreibt Burnout als einen Zustand der totalen Erschöpfung. Wie es zu einem solchen Syndrom gerade bei Zahnärzten kommen kann, wird in dem vorgelegten Buch ausführlich dargestellt. Mit jeder Zeile fragt sich der zahnärztliche Leser, weshalb dieses Thema nicht schon viel früher speziell für Zahnärzte bearbeitet wurde. Dabei geht es keineswegs um ein Gejammerge, wie schlecht die Zeiten für Zahnärzte sind oder sein mögen. Die Auseinandersetzung mit dem zahnärztlichen Umfeld ist vielmehr eine konstruktive Analyse. Neben der Möglichkeit, die eigene Situation und vielleicht auch die Gefahr, in welche man hineinsteuert, zu erkennen, bietet das vorliegende Buch auch Lösungsmodelle an, worauf bereits der Titel des Buches hinweist. Diese längst überfällige Sensibilisierung für das Phänomen „Burnout unter Zahnärzten“ wie auch eine Enttabuisierung dieses Themas sind wichtige Schritte, die mit diesem Buch geleistet wurden und ein wesentliches Verdienst des Autors. Dieses Buch stellt auch eine Aufforderung an alle für den Berufsstand Verantwortlichen dar, Lösungsmöglichkeiten bezogen auf alle Anforderungsbereiche zu systematisieren und anzubieten. Denn eines sollte nicht vergessen werden: Die Vielfalt der Anforderungen und Erwartungen an den zahnmedizinischen Beruf mögen eine Belastung darstellen. Dieser Facettenreichtum ist aber in noch viel größerem Maße eine Herausforderung im positiven Sinne, wodurch die Freude an dieser Tätigkeit jeden Tag aufs Neue auflebt.

PD Dr. Anne Wolowski

Erste Vorsitzende Arbeitskreis „Psychologie und Psychosomatik“ in der DGZMK