

Burnout – Wie gefährdet sind Fahrlehrer?

Belastungen von Fahrlehrern 3 / Was ist Burnout? 4 / Stress als Auslöser
5 / Das Stressmodell nach Lazarus 6 / Symptome von Burnout 7 / Das
Burnout-Modell von Burisch 8 / Vorbeugende Maßnahmen 10 /
Experteninterview 10 / Hilfen bei Burnout 11 / Fazit 11

TEXT: KAI SCHÄDER

Fahrstunden, Theorieunterricht, Büroarbeit: Der Job eines Fahrlehrers ist stressig. Nicht selten arbeitet er von früh bis spät und das an sechs Tagen in der Woche. Ständig muss er für seine Kunden erreichbar sein. Hält diese Dauerbelastung an, kann es gefährlich werden. Denn oftmals ist ein Burnout die Folge. Experten verwenden den Begriff, um deutlich zu machen, dass die Person „ausgebrannt“ ist. Doch wie gefährdet sind Fahrlehrer überhaupt? Auf welche Symptome müssen sie bei sich achten, um die Gefahr frühzeitig zu erkennen? Und welche Möglichkeiten gibt es, einem Burnout von vornherein entgegenzuwirken? Das erklärt dieser FAHRLEHRERBRIEF.



Mai

5

2016