# Burnout

**Pflichtbewusst in den Abgrund**

Eine Prise Perfektionismus, ein Pfund Pflichtgefühl, nach Geschmack Mobbing, Ängste und Unsicherheiten hinzufügen und gründlich vermengen.
Diesen zähen Brei dann bei lang anhaltender emotionaler Belastung einige Monate oder Jahre reifen lassen.

So oder ähnlich könnte ein sicheres Rezept für Burnout klingen.

**Burnout ist ein komplexes Syndrom mit individuell unterschiedlichen Ursachen und uneinheitlichem Verlauf.** Es liegt im Spannungsfeld von Ängsten, Depression, Süchten und verzerrter Selbstwahrnehmung und ist ein Spiegel unserer Zeit, unseres Wertesystems, kurzum unserer Leistungsgesellschaft.

**Obwohl selbst nicht als Krankheit klassifiziert, ist Burnout doch Ausgangspunkt und Begleiter vieler oft auch tödlicher Leiden.**


**Thomas F. Holz**
**Heilpraktiker für Psychotherapie**

Hypnotherapie
www.Seelen.Theater
lösungsorientiert

**tfh@Seelen.Theater**
**0152 55 343 257**

**Schenkendorfplatz 14**
**56203 Höhr-Grenzhausen**


**Mein Angebot umfasst ...**

- ➔ Hilfestellung bei **Prophylaxe** und Risikoermittlung
- ➔ **Lösungsorientierte Kurz- und Hypnotherapie** zur Burnoutbearbeitung
- ➔ Begleitung laufender Psychotherapie
- ➔ Beratung von Angehörigen u. Kollegen
- ➔ **Firmenseminare** und **Workshops**


**Die eingeschränkte Heilerlaubnis auf dem Gebiet der Psychotherapie nach §1.1 des HP-Gesetzes wurde mir 2017 vom Gesundheitsamt der Stadt Goslar erteilt. Zuständige Aufsichtsbehörde: Gesundheitsamt Montabaur**

**Ein Mensch sagt und ist stolz darauf:**
**Ich gehe in meinen Pflichten auf!**

**Doch bald darauf nicht mehr so munter,**
**geht er in seinen Pflichten unter.**

Eugen Roth