

## Zivilisationskrankheit Burnout: Green Care für ausgebrannte Städter

Eingereicht von detlef am 04. Jan 2013 - 13:00 Uhr



### Neues Teilprojekt vorgeschlagen: Burnout-Wohnen zum festen Bestandteil des Soziales Dorfes machen und den für Nichtbetroffene öffnen

Im Sommer 2010 wurde initiativen-intern über die [Idee](#) einer angegliederten kleinen Landklinik gesprochen. Während [Burnout](#) und [Depressionen Gesundheitsziele](#) geworden sind, wurde die Landklinik als *Option* eingestuft. Mehr als 2 Jahre später spitzt sich die [psychische Lage](#) in [Deutschland](#) immer mehr zu. Rasant ansteigende Burnout-Fälle in Unternehmen sind regelmäßig in Rundfunk und Presse. Die Öffentlichkeit [diskutiert](#) und sucht nach Auswegen.

Der Vorschlag ist, die Idee von 2010 wiederaufleben zu lassen und ins Konzept einfließen zu lassen. Aber statt einer Landklinik soll es ein dorfintegrierter Wohnbereich sein. Dessen primäre Aufgabe: Ganzheitliches Kurieren eines Burnout-Syndroms.



### ? Gestaltungsvorschlag:

Man könnte es "Burnout-Farming" nennen ...

Das 'Soziale Dorf' ist in den [gesundheitlichen Zielen](#) auf depressive Erkrankungen und [Burnout](#) ausgelegt. Die Zielgruppe sind Menschen in [Arbeitslosigkeit](#) und/oder [Armut](#).

Die Idee einer kleinen [Landklinik](#) auf dem Gelände wurde als *optionell* eingestuft, zur eventuellen Verwirklichung, nachdem das soziale Landprojekt längst mit Leben erfüllt ist. So steht es seit 2010 im Projektzept.

Angesichts der dramatischen Lage wird nun vorgeschlagen, die Landklinik-Option wieder ins Blickfeld zu rücken. Die soll als Burnout-*Wohnbereich* - in veränderter Form zwar, aber *verbindlich* - in das [Dorfvorhaben](#)

aufgenommen werden.

Die Einschränkung 'Leben in sozialer Benachteiligung', die für *Bewohner/-innen* des Dorfes gilt, soll für das Burnout-Care Farming *nicht gelten*. Erschöpfungskranke Arbeitslose könnten genauso wie Abteilungsleiter und Aufsichtsräte ihren Burnout behandeln lassen.

Ein Solidarmodell ([siehe unten](#)) soll für gesundheitliche Chancengleichheit sorgen, sodass sich Menschen in Einkommensarmut über die Kosten für das Burnout-Wohnen keine Gedanken zu machen brauchen.

### ? "grüne Gesundheit" für städtische Burnout- und Depressionsleidende - Green Care, Ganzheit und Gemeinschaftsleben für die Jahrhundertaufgabe



Ein solcher Wohnbereich ermöglicht ganzheitliche Landkuren mit reha-ähnlichem Charakter, aber in einer ausdrücklich gering-klinischen Atmosphäre.

Für den vorgeschlagenen Dorfbereich sind eine [Ökokantine](#) und ein [Hofladen](#), Freizeitmöglichkeiten und kulturelle [Einrichtungen](#) nach dem Lebensraumkonzept vorhanden.

Für naturmedizinische Massnahmen steht im [zentralen Dorfbereich](#) ein Gesundheitszentrum zur Verfügung. In dem soll va. traditionelle und moderne Alternativmedizin angewendet werden.

Um menschlichen Gewohnheiten besser gerecht werden zu können, findet derzeit eine Annäherung an integratives Medizindenken statt.

Für den Burnout-Wohnbereich ist die therapeutische Arbeit von Psychologen genauso notwendig wie die unterstützende und begleitende von Sozialarbeitern.

Eine Aufgeschlossenheit zu Komplementärmedizin, Ganzheit und Green Care muss hier vorausgesetzt werden, damit eine gute Zusammenarbeit des dezentralen Burnout-Dorfbereichs mit dem Gesundheitszentrum stattfinden kann.

Für den mentalen Ausgleich und um neue Kraft zu schöpfen können die Außenanlagen wie Spazierwegenetz und [Wohlfühlorte](#) des ländlichen [Gesundheitsprojektes](#) genutzt werden. Der Sharingdienst im Dorfzentrum hält Fahrräder für Radtouren in die Umgebung bereit.

"Green Care, Ganzheit und Gemeinschaft - die volle Power für die Jahrhundertaufgabe Burnout/Depressionen." könnte man die Denkweise hinter dem 'Burnout [Care Farming](#)'-Ansatz nennen.  
"Im Anblick eines drohenden gesundheitlichen [Super-Gaus](#) mitten in der [Gesellschaft](#) ist das Beste gerade gut genug."

### ? Anzahl Plätze und Maximalgrösse bei Erweiterung

Der Burnout-Wohnbereich soll für 40 Personen ausgelegt werden. Ein Teil der Plätze soll Menschen mit geringem Einkommen vorbehalten sein. Es wird derzeit an einen Anteil von einem Viertel, also 10 Plätze gedacht.

Wohnlichkeit ist ein Stück [Wohlbefinden](#). Die Unterkünfte sollen daher als kleine Apartments aufgeführt sein. Auch *mehrmonatige* Aufenthalte sollen vom Wohnen her als angenehm erlebt werden.

Bei 40 Plätzen (und Gemeinschaftsräumen) sind 3 Wohntrakte vorstellbar. Die sollen in ökologischer Bauweise

errichtet, mit Balkon/Terasse und Kommunikationseinrichtungen ausgestattet werden.

Eine Anordnung der 3 Gebäudetrakte in Hufeisenform würde einen Innenhof entstehen lassen. Der stände für verschiedene Nutzungen zur Verfügung.

Das Burnout-Problem schießt derzeit deutschland- und europaweit durch die Decke. Zum Leidwesen der Betroffenen sind die [Chancen](#) auf 100%-ige Genesung nicht gross. Das gilt zumindest für gesetzlich finanzierte Therapien, wie man liest.

Eine spätere Vergrößerung/Erweiterung darf daher nicht ausgeschlossen sein. Um die Integrationskraft des [Sozialen Dorfes](#) aber nicht zu überfordern, sollte eine Anzahl von ~ 60 Plätzen nicht überschritten werden.

Alternativ wäre vielleicht sinnvoller, dass andere ein *eigenständiges* ländliches Burnout-Projekt initiieren.



## [?](#) Solidarisches Finanzierungsmodell

Für den vorgeschlagenen Bereich ist eine getrennte Kostenrechnung gegenüber den anderen Teilen Sozialen Dorfes vorgesehen.

Der Betrieb des Burnout-Wohnbereiches soll durch Tagessätze für den Aufenthalt getragen werden. Es sind drei einkommensabhängige Sätze vorgesehen. Neben dem Normalsatz soll es einen Minimal- und einen Soli-Tagessatz geben. Der Minimaltagessatz für Geringverdiener, Arbeitslose, Menschen in SGB12 oder Armutsrente soll nur wenige Euro betragen.

Dabei werden die Kosten-/Tagessätze für Menschen mit guten Einkommen *in dem Mass* (Soli-Tagessatz) erhöht, wie es für den fast kostenfreien Aufenthalt (Minimaltagessatz) von Menschen mit Armutseinkommen notwendig ist. Deren Landaufenthalt soll solidarisch mitgetragen werden.

"Auf Wunsch könnten sich wohlhabende Burnout-Landpatienten mit ihrem Tagessatz zusätzlich am sozialen Dorfinvestieren beteiligen." denkt der vorschlagende [Detlef Müller](#) laut.

Das soll ausdrücklich *freiwillig* sein, ohne jede moralische Verpflichtung. Eine wahlfreie eigene Entscheidung für einen '[Dorfinvest](#) Tagessatz' wäre die richtige Form.

## [?](#) ANMERKUNGEN für Interessierte

Der Gestaltungsvorschlag 'Burnout Care Farming' ist ein *Teilkonzept* des Vorhabens [Soziales Dorf](#). Entsprechend kommt er erst mit der Umsetzung des Gesamtprojektes 'Dorf' zum Tragen.

An der Burnout-Landidee interessiert?

Resonanz vor allem von Menschen aus therapeutischen/medizinischen bzw. sozialen oder Pflegeberufen wäre interessant.

Könnte sich jemand vorstellen, gesellschaftlich engagiert an einem Gesundheitsprojekt 'Burnout Care Farming' ([non-profit](#)) mitzuwirken, falls es zustande kommt ..?

Für Rückmeldungen oder Hinweise / Anregungen: [Kontaktangaben](#)

**Autor:** [Detlef](#) Müller (sd)

(**update** 5. Januar 2013) - Absätze 'Die Größenfrage ..' und ANMERKUNGEN ergänzt

(**update** 9. Januar 2013) - Absätze 'grüne Gesundheit' und Anzahl Plätze überarbeitet / Details ergänzt

Anmerkungen:

**Vorschlag [Detlef](#) - Gesundheit: Burnout-Wohnbereich (bisher Arbeitsname)**

FOTO: [H.D.Volz](#) | [H.D.Volz](#) | [Rainer Sturm / pixelio.de](#)