

BURNOUT THERAPY

Die Veränderungen in Gesellschaft und Wirtschaft sowie der 24/7-Aspekt des modernen Lebens haben eine Kultur geschaffen, in der Burnout unvermeidlich zu sein scheint. Immer mehr Menschen sorgen sich um den Zustand ihrer Seele und suchen nach Wegen aus der Burnout-Falle. Sie sind offen für Marken, die ihre Bemühungen aktiv unterstützen.

WAS DEN TREND ANTREIBT

- Der urbane Lifestyle wird zunehmend zur Belastung. Immer mehr Menschen fühlen sich vom Stress des Alltags überfordert. Das Gefühl, zu viel zu tun und zu wenig Zeit für sich selbst zu haben, gehört zum Lebensgefühl der urbanen Shopper.
- Die Zahl der Burnouts hat in den letzten Jahren in alarmierendem Maße zugenommen ([Business Insider, 2019](#)). Die WHO hat Burnout bereits als „Krankheitssyndrom“ klassifiziert und damit medizinisch legitimiert.
- Vor allem die jungen Menschen leiden häufiger unter Burnout als die älteren Generationen. Millennials werden bereits als „[Burnout Generation](#)“ bezeichnet.

WARUM ER RELEVANT IST

- Die Auswirkungen gehen weit über Arbeitsplatz, Universität und Schule hinaus. Vor allem jüngere Menschen fühlen sich auch in ihrem persönlichen Leben ausgebrannt.
- Positiv ist, dass die jungen Generationen offen nach Wegen suchen, wie sie das Burnout-Problem lösen können. Das schließt Ernährung, CBD und Astrologie als neue Form der Spiritualität mit ein.
- Für Marken bietet sich die Chance, diese Bemühungen mit Produkten und Services zu unterstützen, die beruhigend, entspannend oder ablenkend wirken. Jeder dritte Jugendliche in den USA und UK sucht nach Marken, die ihm helfen, der Realität zu entfliehen ([Cassandra, 2019](#)).