

Abstract

Titel: Burnout in der Sozialen Arbeit – Mögliche präventive Massnahmen und Interventionen.

Kurzzusammenfassung: Diese Arbeit beschreibt das Phänomen Burnout und wie Professionelle der Sozialen Arbeit einem Burnout entgegenwirken sowie mit welchen Massnahmen und Interventionen Organisationen präventiv einwirken können.

Autor(en): Sabrina Rohner

Referent/-in: Stefan Paulus

Publikationsformat: BATH
 MATH
 Semesterarbeit
 Forschungsbericht
 Anderes

Veröffentlichung (Jahr): 2018

Sprache: deutsch

Zitation: Rohner, Sabrina (2018). *Burnout in der Sozialen Arbeit – Mögliche präventive Massnahmen und Interventionen*. Unveröffentlichte Bachelorarbeit, FHS St. Gallen, Fachbereich Soziale Arbeit

Schlagwörter (Tags): Burnout, Prävention, Soziale Arbeit, Organisation, Psychodynamik, Arbeitspsychologie

Ausgangslage:

Das Phänomen Burnout hat an Aktualität gewonnen und tritt in jedem Zeitalter auf. Die Entstehung eines Burnouts ist ein schleichender und langwieriger Prozess, welchem Stress als Hauptauslöser zugrunde liegt. Nach dem aktuellen Job-Stress-Index vom 2018 wurde deutlich, dass die Zahl der Belastungen im Vergleich zu den Ressourcen angestiegen ist. Erkrankungen aufgrund von Stress werden oft zu spät erkannt und präventive Massnahmen sind zu wenig etabliert. Deshalb ist es erforderlich, Fokus auf Burnout und Massnahmen sowie Interventionen zu legen und die individuelle wie auch organisationale Ebene zu berücksichtigen. Professionelle der Sozialen Arbeit sind prädisponiert für eine Burnout-Erkrankung, weil sie sich auf zwischenmenschliche, emotional belastende und intensive Beziehungen einlassen müssen. Eigenschaften wie Empathie, Vertrauen oder Sensibilität gehören zu den Anforderungen von Professionellen, was sie gleichzeitig auch angreifbar macht und an ihre Grenzen bringen kann. Ursachen von Burnout sind nicht nur auf einer Ebene zu suchen, sondern es sind die psychodynamische wie auch arbeitspsychologische zu beachten, weil sie sich ergänzen. Wenn Individuen zu wenig Resilienz aufweisen, neigen sie zu Fehlleistungen und erbringen nicht mehr die von ihnen erwartete Arbeitsleistung, was negative Folgen auf die Organisation hat. Ist eine Organisation auf die Gesundheit ihrer Angestellten ausgerichtet, können sie zur Zufriedenheit und Motivation beitragen.

Ziel:

Aufgrund der Ausgangslage zielt diese Arbeit auf die Sensibilisierung gegenüber der Thematik Burnout. Diese Arbeit soll einen Überblick für Professionelle und Organisationen geben. Des Weiteren sollen präventive Massnahmen und Interventionen auf der individuellen und der organisationalen Ebene hervorgehoben werden, wie Professionelle der Sozialen Arbeit einem Burnout entgegenwirken und was Organisationen leisten können, um ihre Angestellten zu schützen.

Vorgehen:

Um der Frage nach möglichen präventiven Strategien auf individueller und organisationaler Ebene einen theoretischen Hintergrund zu bieten, befasst sich der erste Teil dieser Arbeit mit der Bedeutung, den Symptomen und Ursachen eines Burnouts. In einem weiteren Unterkapitel wird das Spannungsverhältnis von Privat- und Arbeitsleben dargelegt, indem auf die Arbeitskraftunternehmenden sowie die moderne Arbeitswelt des 21. Jahrhunderts eingegangen wird. Mit dem integralen Bestandteil wird erläutert, weshalb sich beide Ebene gegenseitig bedingen und nicht voneinander zu trennen sind. Zum Schluss des ersten

Kapitels wird die Burnout-Gefährdung für die Professionellen der Sozialen Arbeit nähergebracht.

Das zweite Kapitel beinhaltet präventive Massnahmen und Interventionen. Hierfür wird der Begriff Prävention erläutert, bevor nachfolgend spezifisch auf die individuelle Ebene (Psychodynamik) und organisationale Ebene (Arbeitspsychologie) eingegangen wird. Weiter wird die Work-Life Balance erläutert, um gegen das Spannungsfeld anzukämpfen und es wird thematisiert, wie die Professionellen der Sozialen Arbeit resilient werden.

Um die Einstiegsfrage zu beantworten, werden im dritten Kapitel die präventiven Massnahmen und Interventionen als Zusammenfassung sowie Ergänzung des zweiten Kapitels dargelegt.

Mit der Schlussbemerkung werden einerseits die Erkenntnisse ersichtlich, andererseits führen diese zu weiterführenden zukunftsorientierten Diskussionen in Bezug auf das ICD-11 und die Entwicklung des Phänomens Burnouts. Auch beinhaltet die Schlussbemerkung Empfehlungen für die Professionellen der Sozialen Arbeit sowie für Organisationen.

Erkenntnisse:

Burnout gilt als relevanter Bestandteil unserer Gesellschaft, insbesondere für das Berufsfeld der Sozialen Arbeit. Es ist erforderlich, dass auf der individuellen wie auch auf der organisationalen Ebene mit präventiven Massnahmen und Interventionen angesetzt wird. Als besonders relevant auf beiden Ebenen gilt das Konzept der Salutogenese mit Ausrichtung auf das Funktionierende und Gesunde, die Resilienz oder Widerstandskraft, durch welche Individuen belastende Situationen überwinden und das Konzept der Work-Life Balance mit dem Ziel, einen Ausgleich von Arbeits- und Privatleben zu erreichen. Diese drei Ansätze spielen auch für die Betriebliche Gesundheitsförderung auf der organisationalen Ebene eine wichtige Rolle.

Wenn Professionelle der Sozialen Arbeit wissen, wie sie einem Burnout entgegenwirken können und Organisationen darauf bedacht sind, die Gesundheit von ihren Angestellten zu erhalten, profitieren beide Seite.

Weil Burnout psychodynamische wie arbeitspsychologische Ursachen aufweist, stellt sich die Frage, weshalb in der Formulierung der ICD-11 Diagnose Burnout nur in Bezug zum beruflichen Kontext gebracht wird. Aus bisherigen Arbeiten wurde ersichtlich, dass Burnout bereits bei Kindern und Jugendlichen auftreten kann und dies unter anderem durch andere Ursachen als beruflicher oder schulischer Kontext, weshalb die Formulierung der ICD-11 Diagnose überdacht werden soll.

Für die Professionellen der Sozialen Arbeit scheint es nach wie vor notwendig, dass Angehende und bereits ausgelernte Professionelle über Burnout und dessen Auswirkungen informiert sind und die Möglichkeiten kennen, um sich selbst zu schützen und wissen, was Organisationen dazu beitragen können. Somit sind sie in der Lage langfristig resilient zu bleiben und weiterhin engagiert zu arbeiten. Auch für die Organisationen ist es erforderlich, über Burnout informiert zu sein und die eigenen Potenziale zu erkennen, wie Arbeitnehmenden unterstützt werden können, um gute Arbeitsbedingungen und Zufriedenheit zu erreichen. Im Endeffekt geht es um eine sich gegenseitig bedingende Dualität. Wenn beide Aspekte berücksichtigt werden, kann ein Burnout vermieden werden. Weiter stellt sich auch die Frage, ob die Arbeitswelt zu hart geworden ist oder ob Arbeitnehmende zu schwach sind, denn obwohl viele Möglichkeiten in Bezug auf Massnahmen und Interventionen geboten werden, gibt es weiterhin viele Burnout-Erkrankungen. Diesbezüglich ist Professionellen zu empfehlen, dass sie sich ein Bewusstsein über die Thematik Burnout und ihren eigenen Grenzen aneignen, Optimismus und Humor aufweisen, ein gutes soziales Netzwerk aufbauen und sich einen Ausgleich zur Arbeitswelt schaffen. Den Organisationen wird empfohlen, die Gesundheitsförderung ihrer Angestellten zu berücksichtigen und auf gute Führungsqualitäten zu achten. Für beide Ebene ist eine Work-Life Balance massgebend, jedoch nicht als Gegenüberstellung von Arbeit und Privat, sondern als Ergänzung und Berücksichtigung der Schnittmenge.

Literaturquellen:

DIMDI [Deutsches Institut für Medizinische Dokumentationen und Informationen] (2018).

ICD-11 Browser. QD85 Burnout. Gefunden am 10. Oktober 2018 unter

<https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/129180281>

Fassbind, Patrick (2012). *Führung von Sozialarbeitenden. Unter besonderer*

Berücksichtigung von Sozialarbeitenden im Kindes- und Erwachsenenschutz und in der Sozialhilfe mit sozial-psychisch besonders exponierten Arbeitstätigkeiten. Bern:

Edition Soziothek.

Kaiser, Stephan & Ringlstetter, Max (Hrsg.) (2010). *Work-Life Balance.*

Erfolgversprechende Konzepte und Instrumente für Extremjobber. Berlin Heidelberg: Springer.

Poulsen, Irmhild (2009). *Burnoutprävention im Berufsfeld Soziale Arbeit. Perspektiven zur Selbstfürsorge von Fachkräften.* Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften