

Irmhild Poulsen

Stress und Belastung bei Fachkräften der Jugendhilfe

Ein Beitrag zur Burnoutprävention

LEISTUNG BILDUNG LEHREN SOZIALISATION JUGEND REFORM ERZIEHUNG
IDENTITÄT GESCHLECHT FAMILIE KULTUR SCHULE ARBEIT GEWALT LERNEN
SEXUALITÄT UNTERRICHT RELIGION ALTER EVALUATION GENERATION SOZIAL
STRUKTUR MEDIEN UMWELT KINDHEIT METHODEN PISA KRIMINA
LITÄT FREIZEIT INSTITUTIONEN ELTERN UNGLEICHHEIT LEISTUNG
BILDUNG LEHREN SOZIALISATION JUGEND REFORM ERZIEHUNG IDENTITÄT
GESCHLECHT FAMILIE KULTUR SCHULE ARBEIT GEWALT LERNEN SEXUALITÄT
UNTERRICHT RELIGION ALTER EVALUATION GENERATION SOZIAL STRUKTUR
MEDIEN UMWELT KINDHEIT METHODEN PISA KRIMINALITÄT FREIZEIT
INSTITUTIONEN ELTERN UNGLEICHHEIT LEISTUNG BILDUNG LEHREN SOZIA
LISATION JUGEND REFORM ERZIEHUNG IDENTITÄT GESCHLECHT FAMILIE
KULTUR SCHULE ARBEIT GEWALT LERNEN SEXUALITÄT UNTERRICHT RELIGIO
ALTER EVALUATION GENERATION SOZIALSTRUKTUR MEDIEN UMWELT
KINDHEIT METHODEN PISA KRIMINALITÄT FREIZEIT INSTITUTIONEN ELTERN
UNGLEICHHEIT LEISTUNG BILDUNG LEHREN SOZIALISATION JUGEND REFORM
ERZIEHUNG IDENTITÄT GESCHLECHT FAMILIE KULTUR SCHULE ARBEIT PISA



Springer VS

Stress und Belastung bei Fachkräften der Jugendhilfe

Irmhild Poulsen

Stress und Belastung bei Fachkräften der Jugendhilfe

Ein Beitrag zur Burnoutprävention

 Springer VS

Irmhild Poulsen,
Lübeck, Deutschland

ISBN 978-3-531-19587-2
DOI 10.1007/978-3-531-19588-9

ISBN 978-3-531-19588-9 (eBook)

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Springer VS

© VS Verlag für Sozialwissenschaften | Springer Fachmedien Wiesbaden 2012

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Einbandentwurf: KünkelLopka GmbH, Heidelberg

Gedruckt auf säurefreiem und chlorfrei gebleichtem Papier

Springer VS ist eine Marke von Springer DE. Springer DE ist Teil der Fachverlagsgruppe Springer Science+Business Media
www.springer-vs.de

Inhaltsverzeichnis

Dank	9
1 Einleitung	11
2 Annäherung an das Thema: Stress als Volkskrankheit?	13
2.1 So gestresst ist Deutschland	15
2.2 Burnout als Ausdruck des gesellschaftlichen Wandels	16
2.3 Risikojob Soziale Berufe?	18
2.4 Perspektivenwechsel: Burnout als Chance und Verbündeter	20
2.5 Wer ist besonders gefährdet, auszubrennen?	21
3 Fachkräfte der Jugendhilfe	23
3.1 Besondere Herausforderung: § 8a Schutzauftrag bei Kindeswohlgefährdung.....	23
3.2 Herausforderungen an Fachkräfte in Tätigkeitsfeldern der Jugendhilfe	25
3.3 Jugendsozialarbeit, Mobile Jugendarbeit, Jugendberufshilfe, betreutes Wohnen, Schulsozialarbeit	25
4 Untersuchungsansatz und Untersuchungsdesign	29
4.1 Verlauf des Forschungsprojekts	31
5 Darstellung der Untersuchungsergebnisse	33
5.1 Soziodemographische Daten	33
5.1.1 Angaben zur Person.....	33
5.1.2 Alter der weiblichen Fachkräfte	34
5.1.3 Alter der männlichen Fachkräfte.....	35
5.2 Berufsabschlüsse/Qualifikationen der Fachkräfte	35
5.2.1 Zusatz- bzw. Doppelqualifikationen der Fachkräfte	36
5.3 Arbeitgeberstruktur.....	37
5.4 Tätigkeitsfelder	38
5.5 Tätigkeitsbeschreibungen der Fachkräfte selbst, einige Beispiele	39
5.6 Anzahl der bisherigen Beschäftigungsjahre in Sozialer Arbeit	45

5.6.1	Frauen	45
5.6.2	Männer	46
5.7	Einwohneranzahl des Tätigkeitsfeldes	47
5.8	Art des Arbeitsvertrages	48
6	Stress und Belastungen im beruflichen Alltag.....	49
6.1	Wahrnehmung der Arbeitsbelastung	49
	„Die Arbeitsbelastung ist einfach zu hoch, ich werde krank.“	49
	Zusammenfassung.....	50
6.2	Stressoren, konkrete Herausforderungen und häufigste Schwierigkeiten im Berufsalltag	50
	„Angst, man kommt zu spät und ein Kind ist tot.“	50
	Zusammenfassung.....	63
6.3	Anzahl der Fallbearbeitungen im Tätigkeitsfeld ASD (Allgemeiner Sozialer Dienst) pro Jahr.....	68
6.4	Gesundheitliche Beeinträchtigungen und negative Auswirkungen auf das Wohlbefinden, die aus der Arbeitssituation resultieren	69
	„Ich plane im Schlaf das nächste Projekt...“	69
	Zusammenfassung.....	73
6.5	Hilfen des Anstellungsträgers im Umgang mit Belastungen und Stress im Berufsalltag	75
	„Kann mit meinem Vorgesetzten über alles reden.“	75
	Zusammenfassung.....	78
6.6	Betriebliche Gesundheitsfürsorge bzw. betriebliches Gesundheitsmanagement beim Anstellungsträger.....	79
	„Ist im Aufbau bzw. es wird schon viel getan bei uns.“	79
	Zusammenfassung.....	82
6.7	Erwartungen und konkrete Vorschläge an den Träger zur psychischen Gesunderhaltung der Fachkräfte.....	82
	„Ein ehrliches Lob würde schon gut ankommen!“	82
	Zusammenfassung.....	84
6.8	Vorschläge für Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen, um den Berufsalltag besser zu bewältigen	85
	„Selbstmanagement im Stress mit ‚sofortiger Anwendungsgarantie‘ ©!“	85
	Zusammenfassung.....	89
6.9	Konkrete Forderungen der Fachkräfte – was muss allgemein verbessert werden?.....	89
	„Mehr Leute einstellen!“	89
	Zusammenfassung.....	95

6.10 Rolle der betrieblichen Interessenvertretung zur Verbesserung der psychischen Gesundheit	96
„Flagge zeigen!“	96
Zusammenfassung.....	98
7 Allgemeine Zusammenfassung und Schlussfolgerungen	99
„Ich würde gern menschenwürdiger arbeiten statt in Frührente zu gehen ...“	99
7.1 Wie kann das Tätigkeitsfeld Jugendhilfe menschengerechter gestaltet werden? Für Fachkräfte und Führungskräfte gleichmaßen?	99
7.2 Wie können zukünftig Belastungen reduziert werden?	101
7.3 Was können Führungskräfte noch aktiv zur Verbesserung beitragen?	104
7.4 Mehr Lob!	106
7.5 Ideen und Werkzeuge	108
7.6 Individuelle Selbstfürsorge	109
7.7 Appell an die Sozialpolitik	111
Literaturverzeichnis.....	113
Anhang.....	115
I Postalisch versendetes Anschreiben	115
II Fragebogen.....	117
III Elektronisches Anschreiben	119

Dank

Ich bedanke mich sehr herzlich bei den Fachkräften der Jugendhilfe für ihre außerordentlich hohe Teilnahmebereitschaft. Sie haben sich Zeit für die Beantwortung des Fragebogens genommen, um die Alltagsanforderungen und Belastungsfaktoren im komplexen Tätigkeitsfeld der Jugendhilfe zu beschreiben und dadurch transparenter zu machen.

Und ich danke meinem langjährigen Kollegen und guten Freund Frank Dölker für die lebendigen Fachdiskussionen rund um Jugendhilfe, für seine beständige Zuverlässigkeit und vielfältige Unterstützung.

Diese Untersuchung ist meinem Doktorvater Prof. Dr. Helmut Becker, Goethe-Universität Frankfurt, gewidmet, der mich viel über die Jugendhilfe gelehrt hat und der leider allzu früh verstorben ist.

1 Einleitung

In den letzten Jahren haben Themen wie zunehmender Stress in der modernen Arbeitswelt, erhöhte Belastungsanforderungen bis hin zur Überlastung, Erschöpfungszustände und Burnout allgemein zugenommen und erhalten vielfältige mediale Aufmerksamkeit. Ein erhöhter Leistungsdruck, Flexibilitäts- und Mobilitätsanforderungen, hoher Verantwortungsdruck, Arbeitsverdichtung und das Gefühl von Zeitnot, niemals genügend Zeit für sich selbst zu haben, führen bei vielen Menschen zu Gesundheitsrisiken, mental-physischen Belastungen und dem Gefühl, „gelebt zu werden“, nur noch zu funktionieren, anstatt selbst zu leben. Das Thema hat Hochkonjunktur, das Magazin „Focus“ erschien im März 2010 mit dem Titel: „Die Burnout-Gesellschaft“, der Spiegel im Januar 2011 mit „Ausgebrannt. Das überforderte Ich.“ und im Juli 2011 bereits wieder mit einem Schwerpunktthema „Neustart – Wege aus der Burnout-Falle“. Zahlreiche Bücher beschäftigen sich mit dem Thema. Krankenkassen melden eine deutliche Zunahme von psychischen Erkrankungen, die auf die gestiegenen Arbeitsanforderungen und -belastungen allgemein in der Arbeitswelt heute zurückzuführen sind. Der Wellnessboom der letzten zwanzig Jahre reflektiert ein starkes Bedürfnis der Menschen nach mehr Wohlbefinden in einer zunehmend hektischen Welt, die in ihrer Pluralität und Komplexität immer unübersichtlicher erscheint und viele Menschen krank werden lässt.

Die Tätigkeit im Berufsfeld der Sozialen Arbeit verlangt von Fachkräften ein hohes Interesse am Menschen, an seinen Lebenserfahrungen und Lebenswegen und eine ausgeprägte Empathiefähigkeit. Sich einzulassen auf die Lebenswelt der Klientel bei gleichzeitiger Fähigkeit, sich abgrenzen zu können von den individuellen Schicksalen, also ein professionelles Nähe-Distanz-Verhältnis zu wahren, ist eine wichtige Voraussetzung, um im Berufsfeld gesund und mit Arbeitsfreude zu bleiben.

Fachkräfte der Jugendhilfe sind in ihrem beruflichen Alltag vielfältigen Herausforderungen und Anforderungen ausgesetzt, die sich nach meiner Wahrnehmung besonders in den letzten beiden Jahrzehnten verdichtet und intensiviert haben. Ich war selbst früher als Sozialarbeiterin über 20 Jahre in der Jugendhilfe/Jugendsozialarbeit tätig und habe daher Vergleichsmöglichkeiten. Seit 6 Jahren bin ich als Trainerin zur Stressbewältigung und Burnoutprävention für Soziale Fachkräfte in ganz Deutschland unterwegs und war so bei den unterschiedlichsten

Trägern der Sozialen Arbeit – auch im Tätigkeitsfeld Jugendhilfe – zu Gast. Hierdurch habe ich immer wieder von vielfältigen Belastungen erfahren, die den Berufsalltag der Fachkräfte begleiten und prägen.

Was hat die Alltagsanforderungen so verdichtet? Was sind konkrete Situationen, Konstellationen, Rahmenbedingungen, Strukturen, die Fachkräfte in die Stressspirale treiben? Was sind arbeitsplatzspezifische, organisationsbedingte, trägerspezifische und auch individuelle Stressoren? Wie erleben sie die Arbeitsbelastungen und welche konkreten Wünsche und Verbesserungsvorschläge haben sie?

Diesen und weiteren Fragen will ich mit der vorliegenden Untersuchung nachgehen, um dadurch Verantwortliche zum Nachdenken zu bewegen und um Maßnahmen zur Burnoutprävention anzuregen. Diese Schritte sind notwendig, damit Fachkräfte in der Jugendhilfe gesund bis zur Rente – und selbstverständlich auch darüber hinaus – kommen und die Arbeitsfreude in diesem so spannenden Tätigkeitsfeld bewahren können.

Die vorliegenden Ergebnisse richten sich in erster Linie an:

- Verantwortliche in der Sozialpolitik,
- an Träger der Jugendhilfe,
- und an die Führungskräfte,

um Strukturen und Rahmenbedingungen für die Fachkräfte zu verändern, zu verbessern, neue Weichen zu stellen und so einen wesentlichen Beitrag zur Gesunderhaltung ihrer Fachkräfte zu leisten. Selbstverständlich ist auch das Individuum selbst aufgefordert, für die eigene Burnoutprävention einen Einsatz zu erbringen.

2 Annäherung an das Thema: Stress als Volkskrankheit?

Jede(r) dritte Beschäftigte in Deutschland fühlt sich stark erschöpft, jede(r) fünfte leidet unter gesundheitlichen Stressfolgen. Im Jahr 2008 waren in Deutschland ca. 40.000 Arbeitskräfte insgesamt 10 Millionen Tage krank wegen Burnout-Symptomen. Diese Anzahl ist in den letzten 5 Jahren um 17 % gestiegen (Gesundheitsreport Techniker KK Mai 2009). „Im Laufe einer Generation hat sich der Anteil psychisch bedingter Fehltag im Betrieb verfünffacht. Die moderne Arbeitswelt mit Zeitdruck, Unsicherheit und komplexen Aufgaben bringt neue Risiken für die Gesundheit hervor“ (Doelfs 2010, S. 16).

Die WHO erklärt Stress zu einer der größten Gesundheitsgefahren des 21. Jahrhunderts, sie rechnet damit, dass im Jahr 2020 jede zweite Krankmeldung auf Stress zurückzuführen sein wird.

Stresswahrnehmung, Erschöpfung sowie Zeit- und Termindruck haben sich in den letzten beiden Jahrzehnten ebenso wie die Verantwortung des Einzelnen am jeweiligen Arbeitsplatz verschärft.

Eine aktuelle Studie des Robert-Koch-Instituts von 2011 belegt, dass von den in allgemeinen Beschäftigungsverhältnissen tätigen Arbeitnehmer/innen in Deutschland 36 % der Frauen und 44 % der Männer als häufigste Einzelbelastung Zeit- und Leistungsdruck nennen (Kroll/Müters/Dragano 2011, S. 1).

Das Wissenschaftliche Institut der AOK meldet im April 2011 weiter erschreckende Zahlen: Zwischen 2004 und 2010 haben sich demnach die 8,1 Arbeitsunfähigkeitstage im Jahr 2004 je 1.000 AOK-Mitglieder auf 72,3 Tage nahezu um das 9-fache erhöht. Hochgerechnet auf mehr als 34 Millionen gesetzlich Krankenversicherte Beschäftigte in Deutschland bedeutet dies: „Knapp 100.000 Menschen mit insgesamt mehr als 1,8 Millionen Fehltagen wurden danach im Jahr 2010 wegen eines Burnouts krank geschrieben“ (WIdO 2011, S. 1)

Auch wenn die Krankenkassen davon ausgehen, dass ein verändertes ärztliches Diagnoseverhalten und ein offenerer Umgang mit psychischen Belastungen und Erkrankungen in der Bevölkerung diesen rapiden Anstieg mit verursacht haben, so können doch besonders die erhöhten psychischen Belastungen am jeweiligen Arbeitsplatz als Ursache für den Anstieg betrachtet werden (vgl. ebd. S. 2).

Frauen sind doppelt so häufig von Burnout betroffen, und hier insbesondere Frauen zwischen dem 40. und 60. Lebensjahr; mit zunehmendem Alter nimmt auch das Risiko von Krankmeldungen infolge eines Burnouts zu (vgl. ebd.). Auch im BKK-Gesundheitsreport 2009 lässt sich eine Erhöhung der psychisch bedingten Ausfälle bei Frauen häufiger feststellen als bei den Männern (Doelfs 2010, S. 19).

Mögliche Ursachen sind:

- Doppelbelastung (Für Frauen mit Kindern werden ca. 70 Wochenarbeitsstunden Erwerbs- und Familienarbeit nachgewiesen)
- Kindererziehung lastet weiterhin stärker auf Müttern
- oft fehlt Unterstützung
- Teilzeitmodelle gehen einher mit fehlenden Karrierechancen und Einkommenseinbußen
- nach wie vor bestehende Ungleichheiten im Arbeitsleben
- mangelnde Anerkennung in der Gesellschaft
- geschlechtsspezifische Sozialisation konstruiert nach wie vor Unterschiede
- Selbstwert ist an Leistung gekoppelt

Für **berufstätige Frauen mit Kindern** gelten allgemein zusätzlich zu den Belastungen am Arbeitsplatz folgende Faktoren:

- eigene Bedürfnisse werden zugunsten der Familie dauerhaft vernachlässigt
- es besteht ein erhöhter Druck durch den Anspruch, es allen recht machen zu wollen
- oft übernehmen Frauen auch die Pflege kranker oder älterer Angehöriger
- und gerade diesen Frauen fehlen ruhige Rückzugsfelder.

Bei **berufstätigen Männern mit Kindern** gelten zusätzlich verschärfend:

- die immer noch hauptsächlich auf ihnen lastende Sorge um familiäre Finanzen
- das Gefühl, zwischen Beruf und Familie ‚aufgerieben‘ zu werden
- die Suche nach Balance von Familie und Privatleben bei verändertem Rollenverständnis und veränderten beruflichen Strukturen

Bis heute gilt Burnout nicht als eigenständige Diagnose gemäß geltender Krankheitsklassifikation der WHO (Doelfs 2010, S.19). Meistens wird der Arzt oder die Ärztin die Diagnose „Erschöpfungssyndrom“ oder „Depressionen“ oder beides notieren.