

# 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.

Stress und Belastung bei Fachkräften der Jugendhilfe

Ein Beitrag zur Burnoutprävention

Poulsen, I.

2012, X, 110 S. 18 Abb. in Farbe., Softcover

ISBN: 978-3-531-19587-2