

# Inhaltsverzeichnis

<b>Danksagung</b> .....	9
<b>Einleitung</b> .....	11
<b>1 Grundlegende Überlegungen zum Tätigkeitsfeld Sozialer Arbeit</b> ....	13
1.1 Die professionelle Beziehung.....	13
1.2 Fachkräfte in Sozialer Arbeit .....	14
1.3 Die Gefahr von Burnout.....	15
1.4 Die gute Nachricht .....	16
1.5 Mögliche Ursachen und Erklärungsansätze .....	17
1.5.1 Burnout als schleichender Prozess .....	19
1.6 Das Kohärenzgefühl als Grundannahme der Salutogenese .....	21
1.7 Kurzer Exkurs: Nachdenken über den Umgang mit Zeit.....	22
<b>2 Zielsetzungen und Fragestellungen</b> .....	25
2.1 Bezug zur Genderperspektive .....	26
2.2 Auswahl des Untersuchungsfeldes.....	26
2.3 Methodologische Überlegungen .....	27
2.3.1 Auswahl der Untersuchungsmethode.....	28
2.4 Verlauf des Forschungsprojekts.....	29
2.4.1 Die Auswahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer und Rücklauf der Fragebögen .....	29
<b>3 Darstellung der Untersuchungsergebnisse</b> .....	33
3.1 Allgemeine Angaben.....	33
3.1.1 Angaben zur Person .....	33
3.1.2 Lebensform der Fachkräfte .....	34
3.1.3 Alter der weiblichen Fachkräfte.....	34
3.1.4 Alter der männlichen Fachkräfte.....	35

3.2	Qualifikation, Dauer im Beruf und Anstellungsträger .....	36
3.2.1	Qualifikation der Fachkräfte .....	36
3.2.2	Zusatzqualifikationen der einzelnen Fachkräfte .....	36
3.2.3	Dauer der Tätigkeit in Berufsfeldern der Sozialen Arbeit .....	37
3.2.4	Anstellungsträger .....	38
3.3	Überblick über die Tätigkeitsfelder der Fachkräfte .....	39
3.4	Art des Arbeitsvertrages .....	40
3.5	Überblick über die Aufgaben der Fachkräfte .....	40
3.6	Supervision und Fachberatung .....	45
3.6.1	Finanzierung der Supervision .....	45
3.7	Austausch über die Arbeit [Mehrfachnennungen waren möglich] .....	46
<b>4</b>	<b>Wahrnehmung der Arbeitsbelastungen im Berufsalltag .....</b>	<b>49</b>
4.1	Einzelne Aussagen der Fachkräfte zusammengefasst nach Rubriken .....	49
4.2	Übersicht über die genannten konkreten Stressoren im Berufsalltag .....	53
<b>5</b>	<b>Was hält Soziale Fachkräfte fit? .....</b>	<b>59</b>
5.1	Wahrnehmung von konkreter Unterstützung im Berufsalltag .....	59
	Fazit: „Kann immer auf Unterstützung des Teams bauen“ .....	63
5.2	Gelingendes Abschalten nach dem Berufsalltag .....	64
	Fazit: „Genug Zeit haben, um ‚nichts‘ zu tun“ .....	67
5.3	Stärken und Fähigkeiten im Umgang mit den täglichen Belastungen und Stressoren .....	68
	Fazit: „Ich kann die Kirche im Dorf lassen“ .....	73
5.4	Konkrete Handlungsstrategien bei Stress und Belastung für die innere Balance, Gelassenheit und Muße .....	75
	Fazit: „Fiese Torte und Marienhof“, „Hobbys, in die ich tief eintauche und die Welt um mich vergesse“ .....	81
5.5	Einstellungen/Sichtweisen/Lebenshaltungen allgemein für den Umgang mit Anforderungen, Problemen und Aufgaben im Berufs- und Lebensalltag .....	82
	Fazit: „Ich bin gesund, fit, intelligent“ .....	89
5.6	Hilfen des Trägers im Umgang mit Belastung und Stress im Alltag .....	93
	Fazit: „Unterstützender Chef, der mir den Rücken frei hält“ .....	95
5.7	Wünsche an den Träger zur Gesunderhaltung der Fachkräfte .....	96

---

	Fazit: „Mehr Wertschätzung zeigen“ und „Energietankstellen einrichten“ .....	98
5.8	Konkrete Wünsche für mehr Unterstützung des Trägers .....	99
	Fazit: „Mehr Wertschätzung eines sehr zuverlässigen Arbeitseinsatzes“ und „Vorgesetzte, die ihr Amt ausfüllen, so dass engagierte Mitarbeiter nicht ins Leere laufen!“ .....	101
5.9	Konkrete Wünsche an den Betriebsrat, den Personalrat, die Mitarbeitervertretung (MAV) .....	101
	Fazit: „Keine ‚Verbrüderung‘ mit dem Chef“ .....	103
5.10	Persönliche Sichtweisen, Haltungen und Tipps .....	103
	Fazit: Engagement für andere ist gut, Selbstfürsorge ist besser! .....	109
<b>6</b>	<b>Diskussion und Auswertung der Ergebnisse</b> .....	<b>113</b>
6.1	Geschlechtsspezifischer Blick.....	124
<b>7</b>	<b>Ausblick</b> .....	<b>127</b>
	<b>Literatur</b> .....	<b>131</b>
	<b>Anhang</b> .....	<b>133</b>