

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Inhaltsverzeichnis	5
1. Was ist Burnout?	9
1.1 Begriffsgeschichte in den USA und Deutschland	10
1.2 Definitions- und Abgrenzungsproblematik	11
1.3 Symptome	12
1.4 Der Prozeß des Burnout	14
1.5 Zusammenfassung	20
2. Instrumente zum Erfassen von Burnout	21
2.1 Der MBI (Maslach Burnout Inventory) von Maslach & Jackson 1981	21
2.2 Die Überdrußskala von Aronson, Pines & Kafry 1983	23
2.3 Der SBS-HP (Staff Burnout Scale for Health Professionals) von Jones 1981	25
2.4 Die Burnout-Instrumente im Vergleich	26
2.5 Zusammenfassung und Burnout-Test im Internet	27/28
3. Erklärungsmodelle von Burnout	29
3.1 Persönlichkeitszentrierte Erklärungsansätze	30
3.1.1 Interventionen des persönlichkeitszentrierten Ansatzes	36
3.2 Sozial-, arbeits- und organisationsbezogene Ansätze	37
3.2.1 Interventionen der sozial-, arbeits- und organisationsbezogenen Ansätze	42
3.3 Zusammenfassung	43

4. Benachbarte Forschungsgebiete	47
4.1 Streß	48
4.2 Burnout und Stress	53
4.2.1 Intervention und Prävention	55
4.3 Arbeits(un)zufriedenheit	55
4.4 Ziele der empirischen Untersuchung von Roßbrucker	58
4.5 Zusammenfassung der Forschungsgebiete Streß und Arbeits(un)zufriedenheit	61
5. Der „unmögliche Beruf“	63
5.1 Die Ursprünge der Sozialpädagogik	64
5.2 Aufgaben/Ziele	66
5.3 Exemplarische Darstellung von Zielen der Ausbildung	67
5.4 Tätigkeitsfelder und der heutige Arbeitsmarkt	68
5.5 Zusammenfassung	70
6. Befragungen	73
6.1 Einleitung	73
6.1.1 Frau L.: Arbeit in einem Kinderheim	73
6.1.2 Frau H.E.: Leitung eines christlichen Kinderbibelkreises	75
6.1.3 Herr H.: Arbeit in einer gerontopsychiatr. Wohngruppe	78
6.1.4 Frau U.: Straßensozialarbeiterin/Streetwork	80
6.1.5 Frau K.: Tätigkeit in der Aussiedlerarbeit	83
6.1.6 Herr F.: Tätigkeit in der Aus- und Weiterbildung	84
6.1.7 Frau M.S.: Gesetzliche Betreuerin	88
6.1.8 Frau W.: Arbeit in einer Behindertenwerkstatt	91
6.1.9 Frau G.: Gesetzliche Betreuerin	92
6.2 Zusammenfassung	93

7. Motivation und Berufswahl	99
7.1 Das Helfer- Syndrom	100
7.1.1 Interventionen	102
7.1.2 Bewertung der Theorie	103
7.2. Der Ausstieg aus dem Sozialberuf und seine Gründe	104
7.3 Zusammenfassung	106
8. Bewältigungsstrategien	107
8.1 Einführende Zusammenfassung	107
8.2 Interventionen auf Team- und Institutionsebene	110
8.3 Supervision	115
8.4 Gesellschaft und Selbstevaluation	119
8.5 Soziale Unterstützung	121
8.6 Bedeutung für die Helfer	124
8.7 Die Rolle der Ausbildung	125
8.8 Fort- und Weiterbildung	127
8.9 Entspannung und weitere Möglichkeiten zur Prävention von Burnout	128
Anhang A: Maslach Burnout Inventory (MBI)	131
Anhang B: Die Überdrußkala	133
Anhang C: Der SBS-HP	135
Anhang D: Auswertung eines Internet Burnout- Testes	137
Anhang E: Befragungsbogen	138
Literaturverzeichnis	141
Zu den Autoren	143