

Online-Befragung zum Burn-out-Syndrom



Ergebnisse und Schlussfolgerungen

Definition von „Burnout“

- charakteristischer Erschöpfungszustand mit folgenden drei Symptomen:
 - emotionale Erschöpfung
 - „Entpersönlichung“ (gefühlloser bis gleichgültiger Umgang mit dem anbefohlenen Personenkreis)
 - reduziertes Kompetenzgefühl und Verlust des Selbstwertgefühls

Messung von „Burnout“

- „**Maslach Burnout Inventory**“ (MBI)
 - entwickelt von Christine Maslach und Susan Jackson in den 1980er Jahren in den USA
 - 22 Fragen erfassen die Aspekte
 - „**Emotionale Erschöpfung**“ (EE Emotional Exhaustion)
 - „**Depersonalisierung**“ (DP Depersonalization)
 - subjektiv wahrgenommene reduzierte Leistungsfähigkeit, mangelnde **persönliche Erfüllung** (PA Personal Accomplishment)

Auswertung der 22 Fragen

- Antwortmöglichkeiten (0 bis 6 Punkte pro Frage):
 - Nie
 - Ein paar mal im Jahr oder weniger
 - Einmal im Monat oder weniger
 - Ein paar mal im Monat
 - Einmal in der Woche
 - Ein paar mal wöchentlich
 - Täglich
- Zusammenfassung (stark-mittel-schwach) anhand der summierten Punkte
- Auswertungen der Einzelfragen durch Zusammenfassen der Antwortkategorien:
 - Ein paar Mal wöchentlich oder täglich = stark belastet
 - Ein paar Mal im Monat, Einmal in der Woche und Einmal im Monat oder weniger = mittel belastet
 - Nie, Ein paar Mal im Jahr oder weniger = schwach belastet

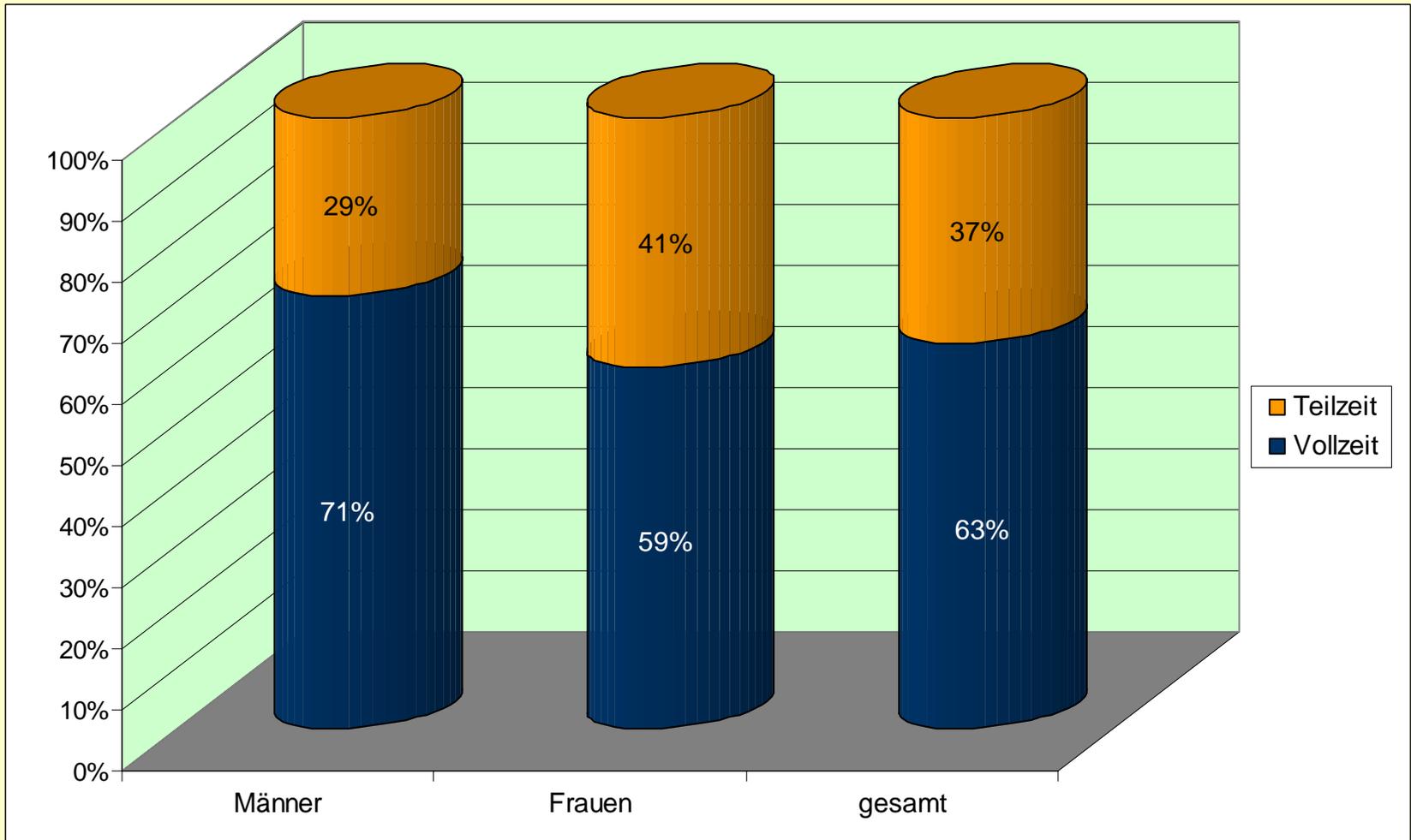
Online-Fragebogenerhebung

- *Zeitpunkt*
- *Kooperation(en)*
- *Werbemaßnahmen*
- *Reaktionen*
- fast 1.000 Rückantworten
 - davon viele aus nicht „sozialen Berufen“
- Auswertbar **737 Personen**
(d.h. aus Gesundheits- und Sozialberufen)

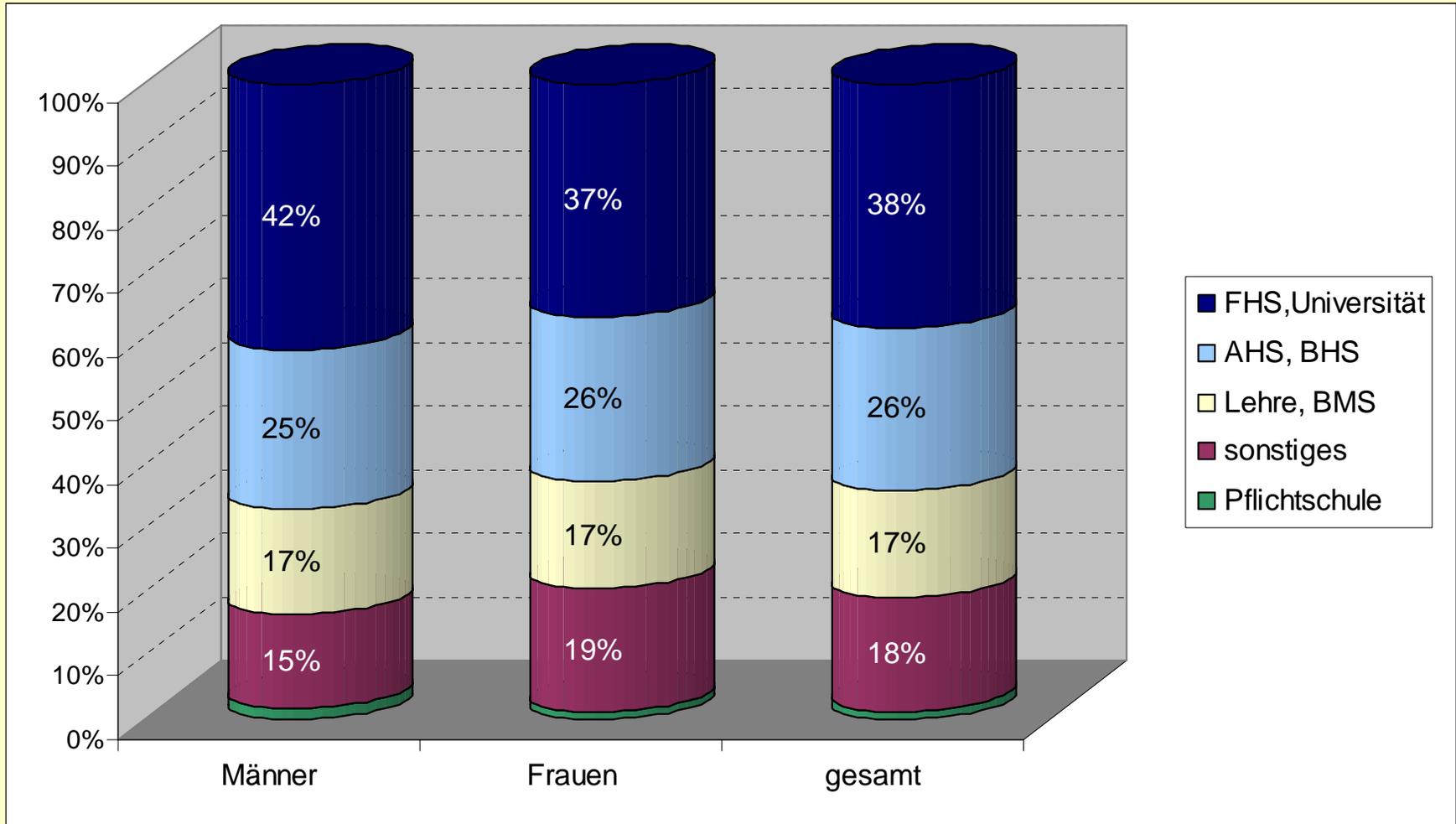
Methodische Anmerkungen

- **Pilot-Studie (nicht repräsentativ)**
 - **interessanter Zugang über neue Medien**
 - **für das Thema ist relativ großes Interesse vorhanden – auch in anderen Berufen**
 - **Ergebnisse liefern einen guten Einstieg in die Thematik und wichtige Argumente zur Weiterarbeit an diesem Thema**

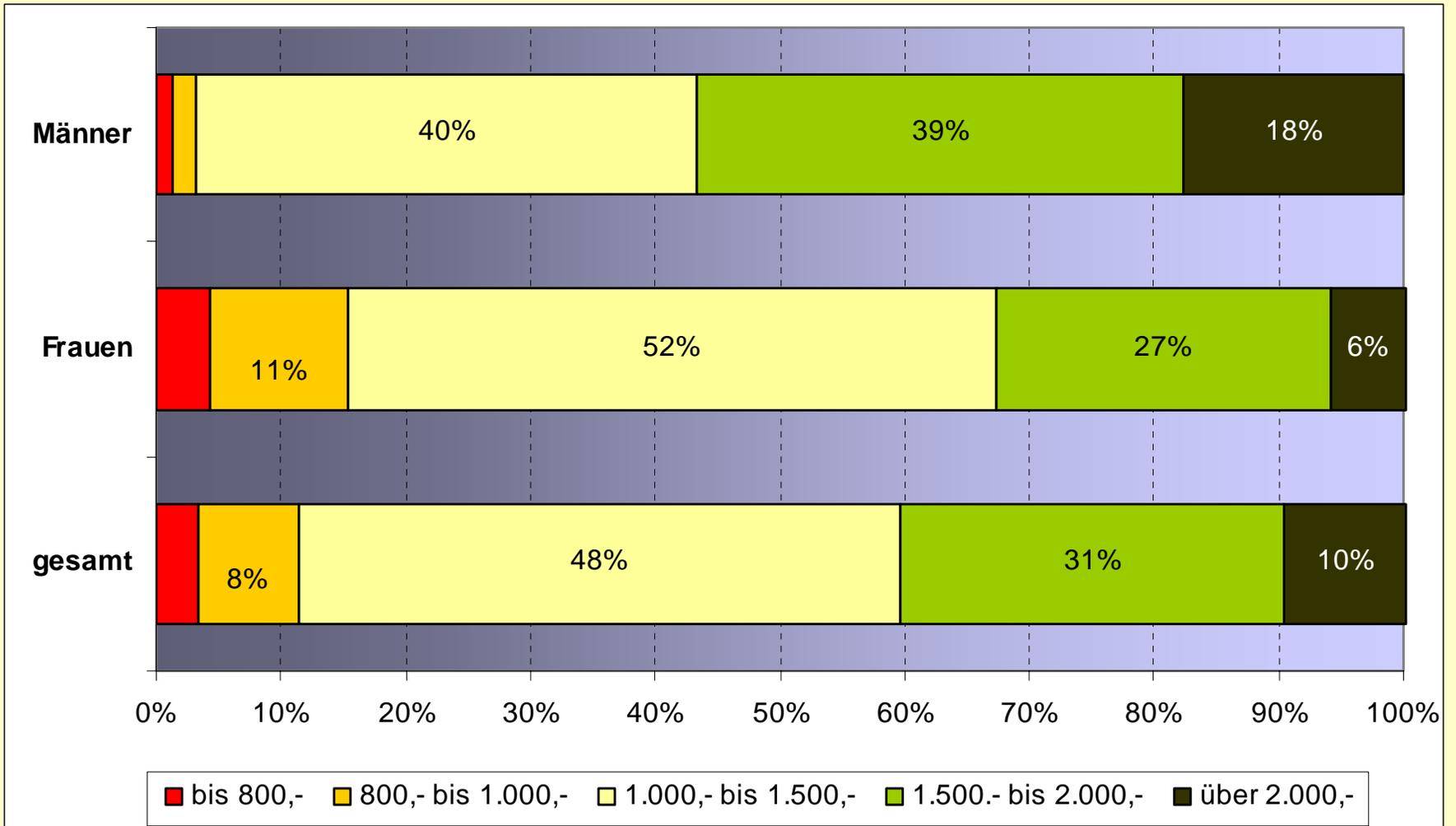
Befragte nach Geschlecht und Arbeitszeit



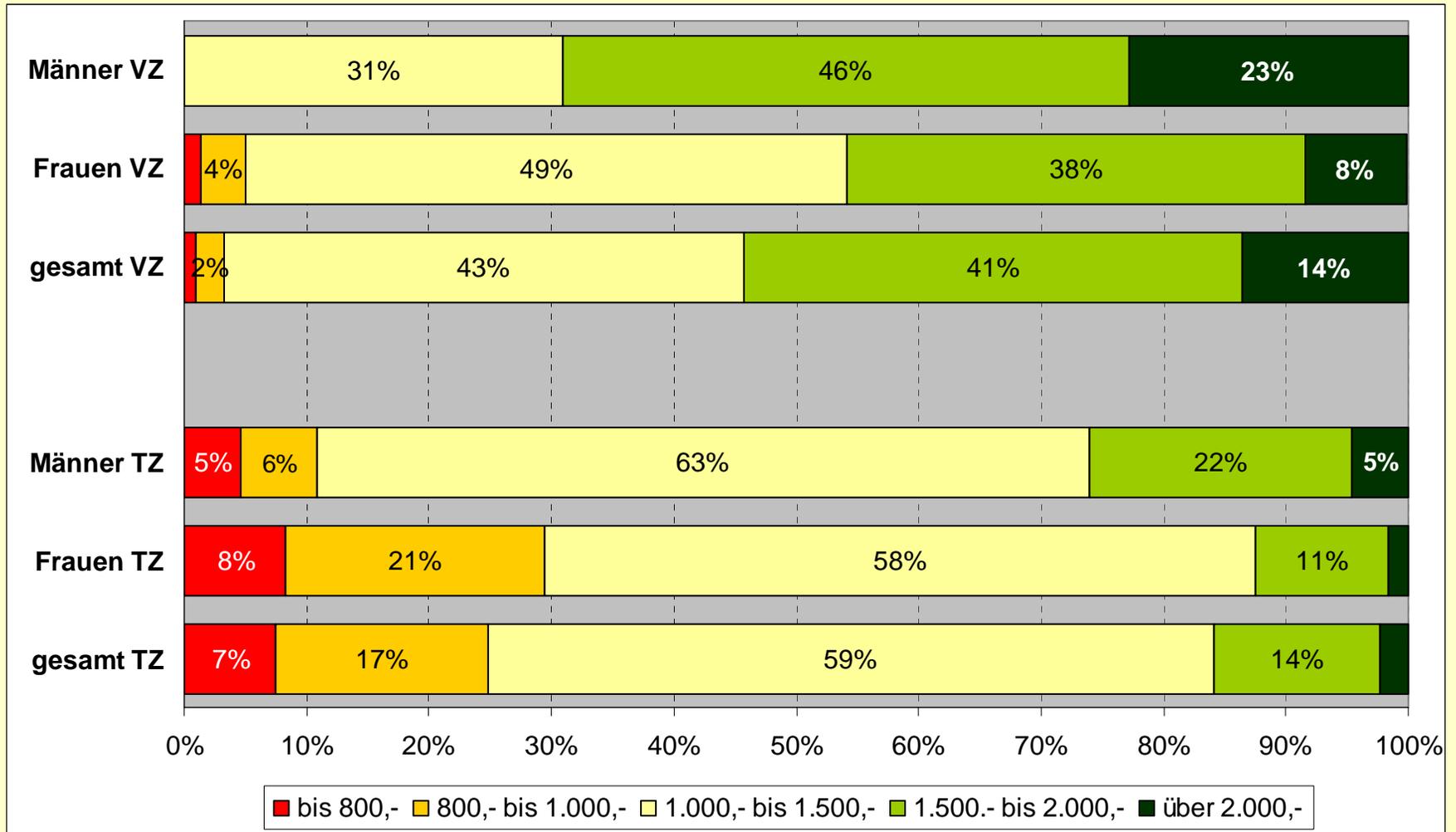
Befragte nach Geschlecht und Ausbildung



Befragte nach Geschlecht und Nettoeinkommen



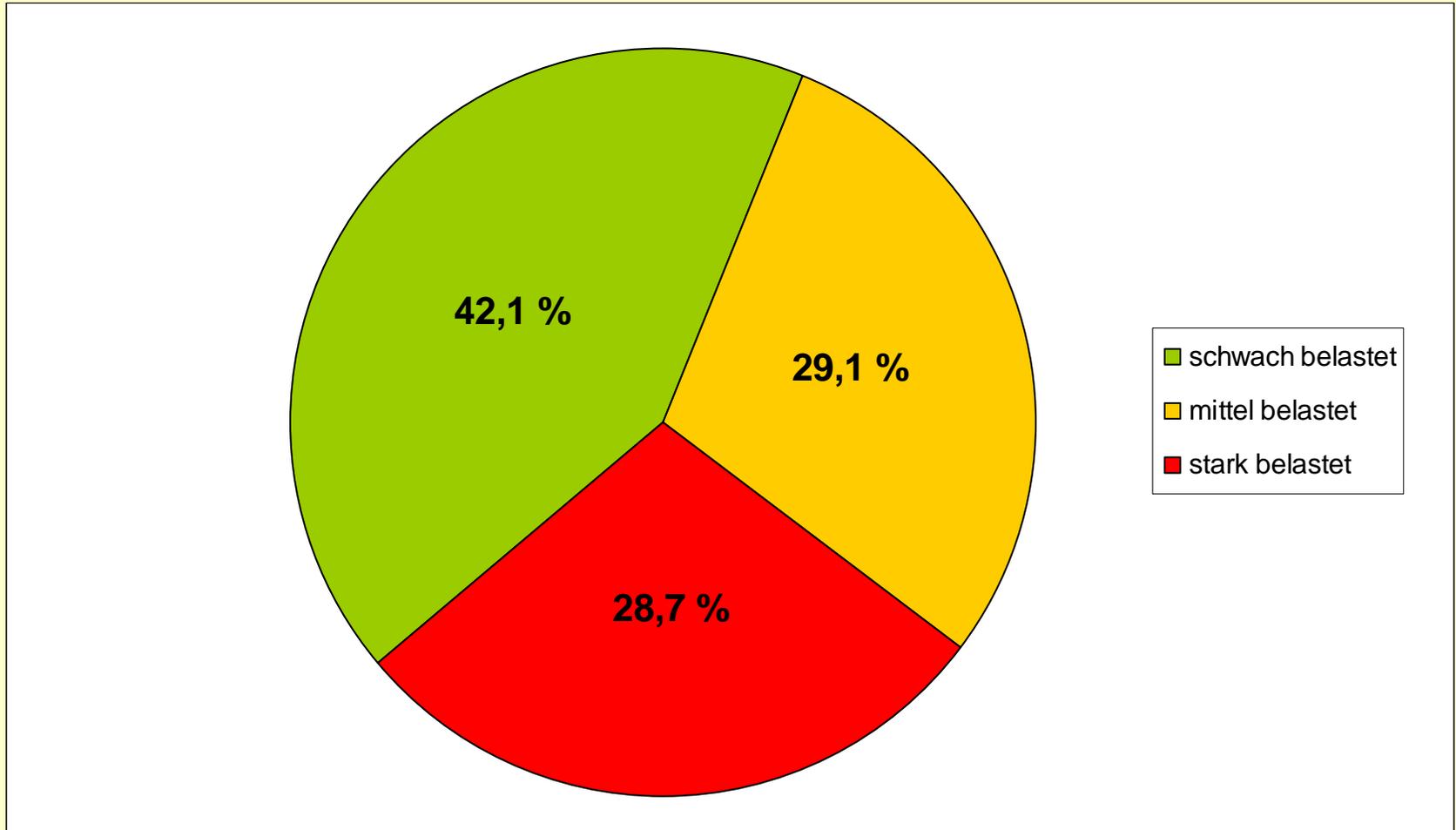
Befragte nach Arbeitszeit, Geschlecht und Nettoeinkommen



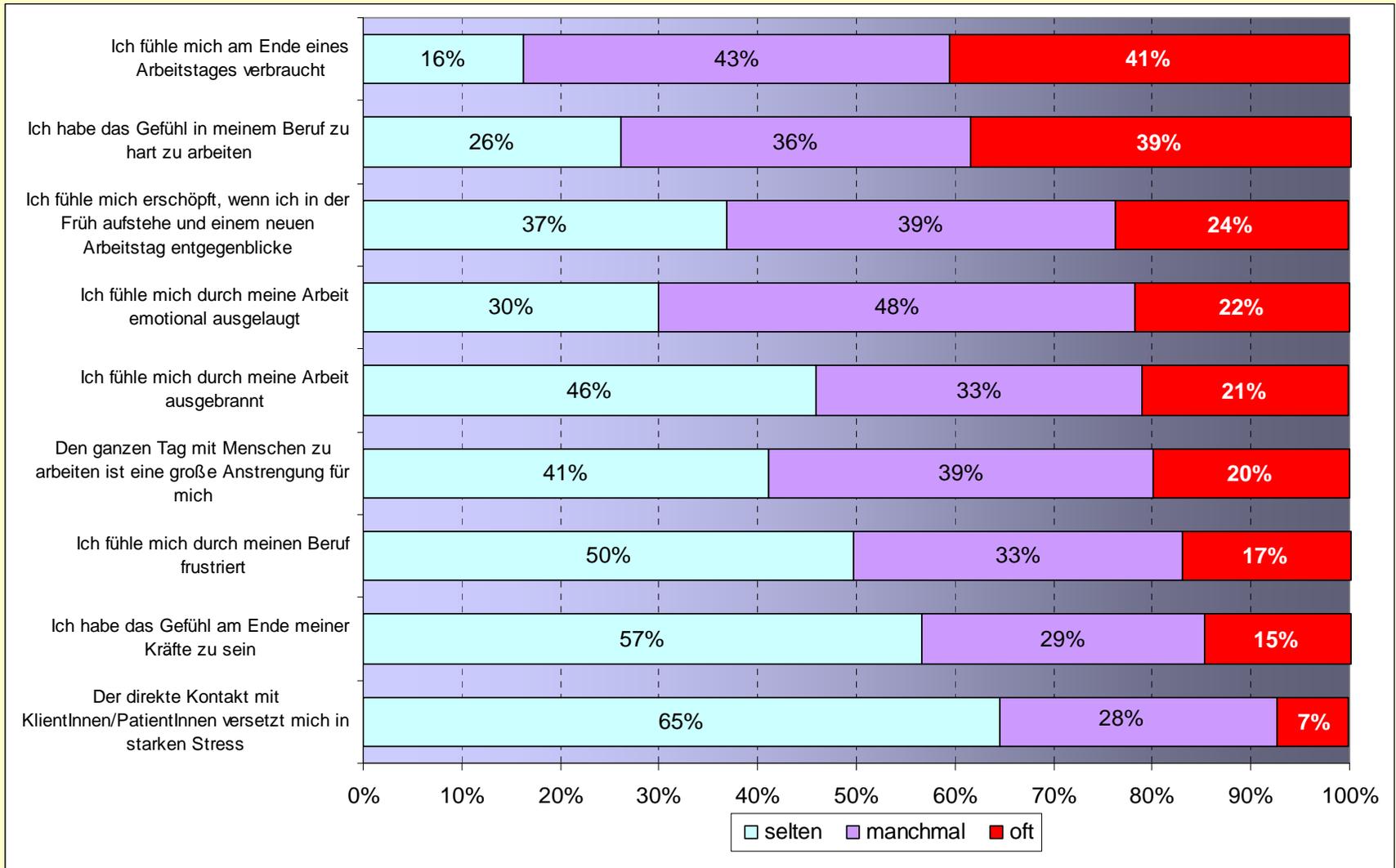
1. Skala: EE – Emotionale Erschöpfung

- emotionale, körperliche und geistige Erschöpfung (engl.: Personal Exhaustion)
 - einige Kennzeichen:
 - gefühlsmäßig überfordert in der Zusammenarbeit mit anderen Menschen
 - emotionale Reserven sind erschöpft
 - subjektiver Eindruck, dass mehr Zuwendung verlangt wird, als man sich zu geben imstande sieht

Ausmaß der Belastung bei den Befragten: EE – Emotionale Erschöpfung



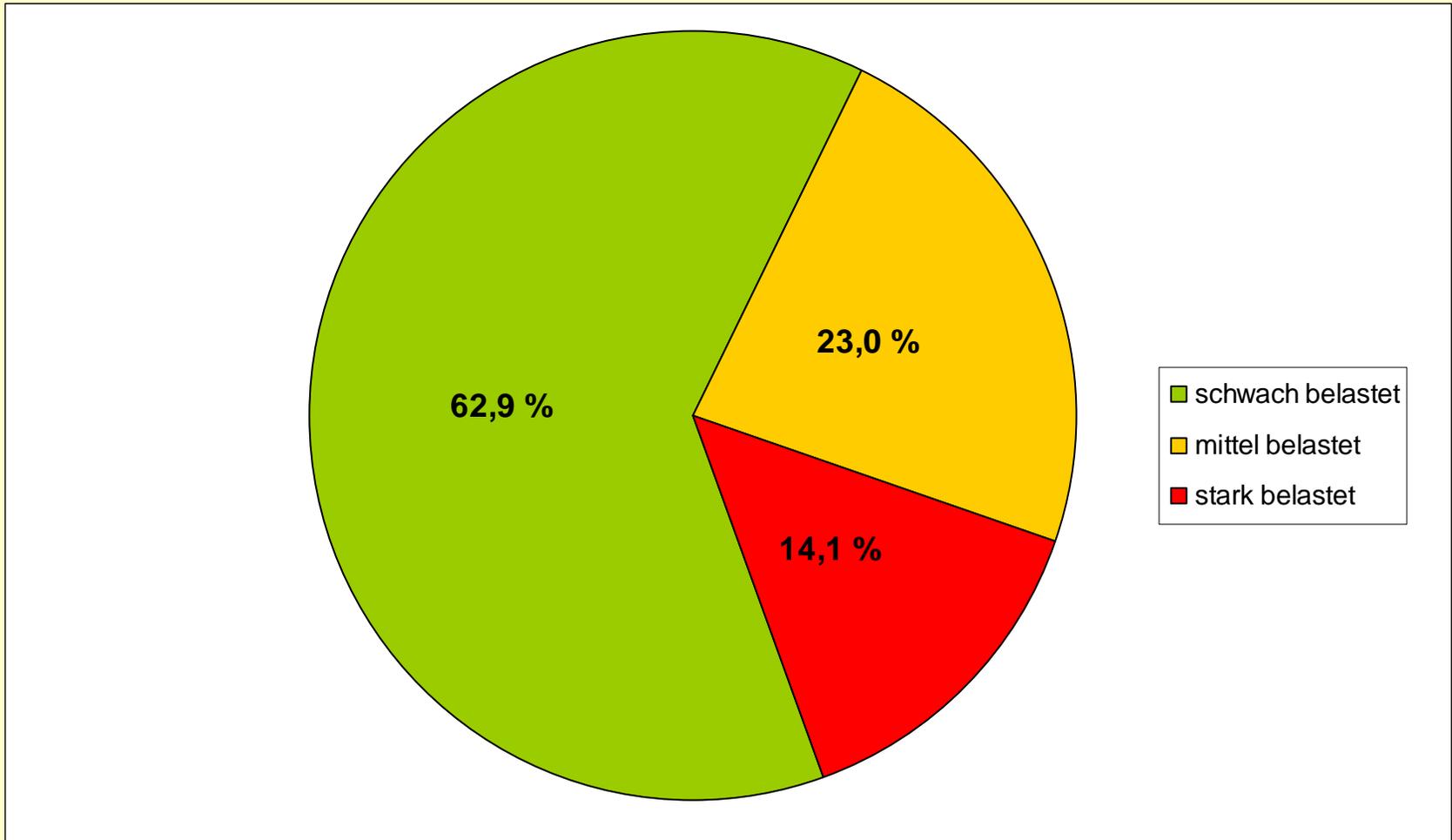
Einzelfragen der Skala „Emotionale Erschöpfung“ (zusammengefasste Antworten)



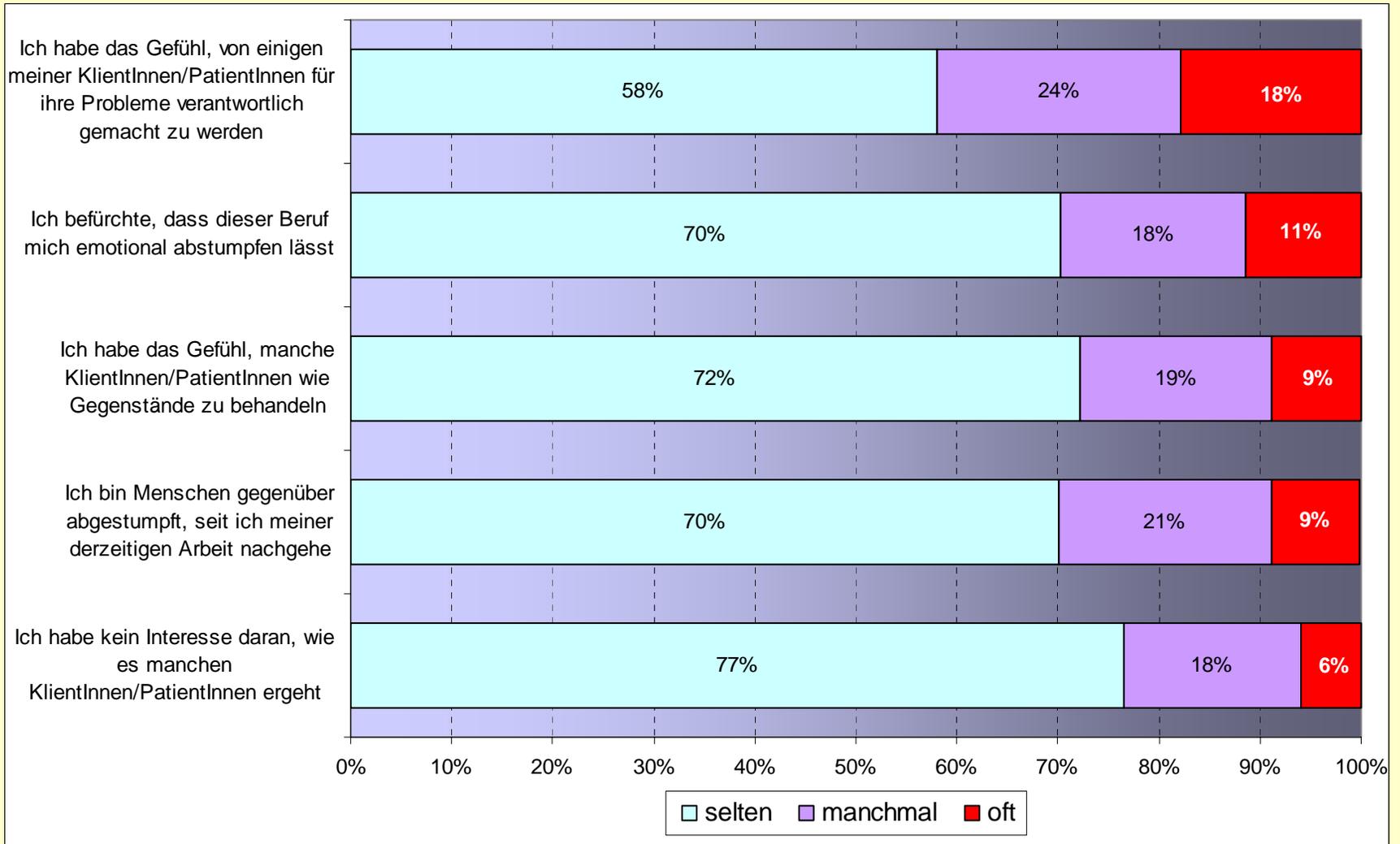
2. Skala: DP – Depersonalisation/Dehumanisierung

- **Depersonalisierung/Dehumanisierung**
(engl: Depersonalization)
 - **Kennzeichen:**
 - objekthafte, nicht-mitfühlende und ablehnende Wahrnehmung der KlientInnenen
 - unwillige, gleichgültige, erniedrigende oder aggressive Äußerungen und Verhaltensweisen gegenüber den KlientInnen
 - nicht mehr fähig, eine herzlichen Beziehung zu den KlientInnen aufzubauen
 - insgesamt negative und zynische Einstellung gegenüber den KlientInnen

Ausmaß der Belastung bei den Befragten: DP – Depersonalisation/Dehumanisierung



Einzelfragen der Skala „Depersonalisation/Dehumanisierung“

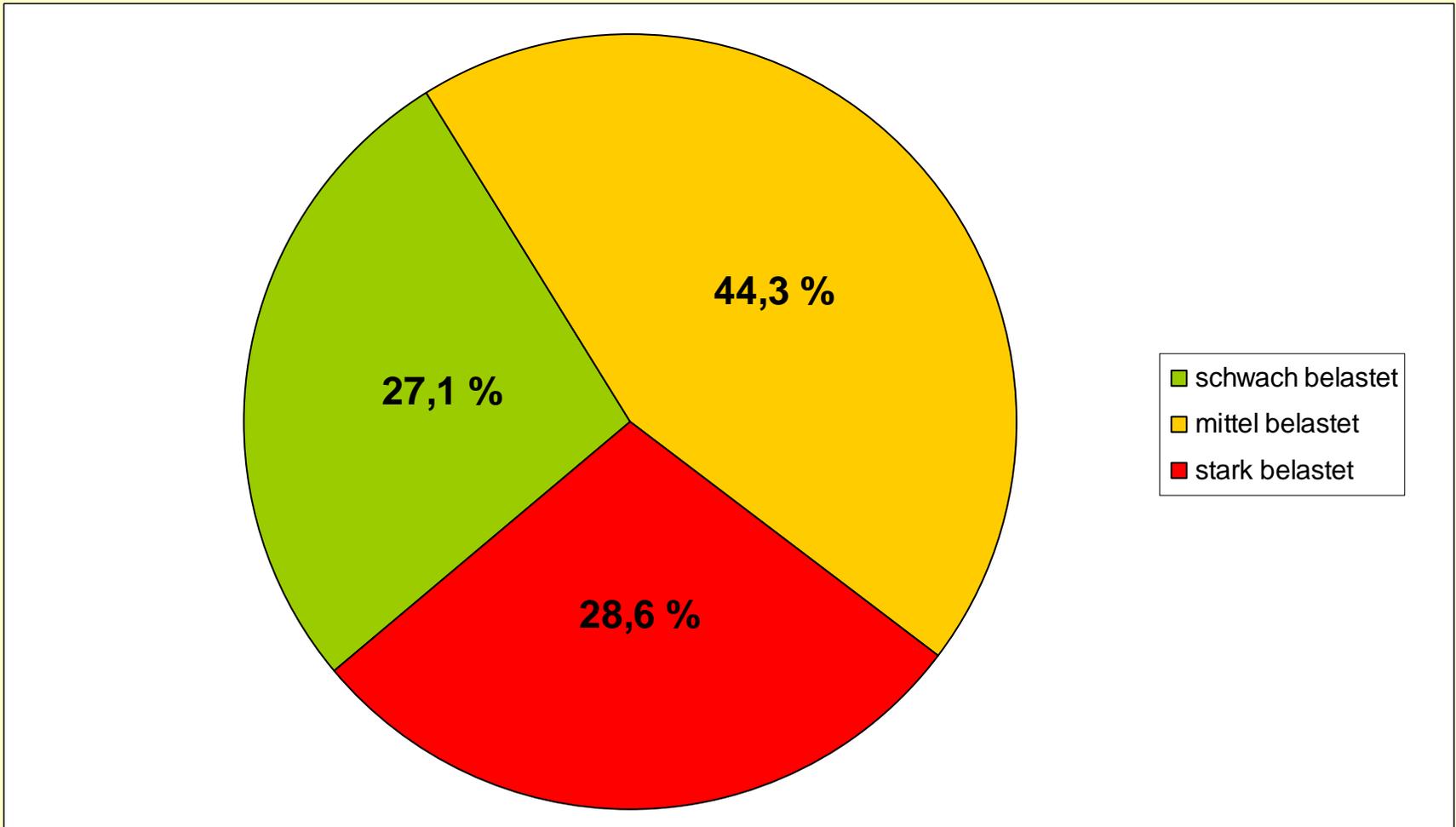


3. Skala: PA - Persönliche Erfüllung

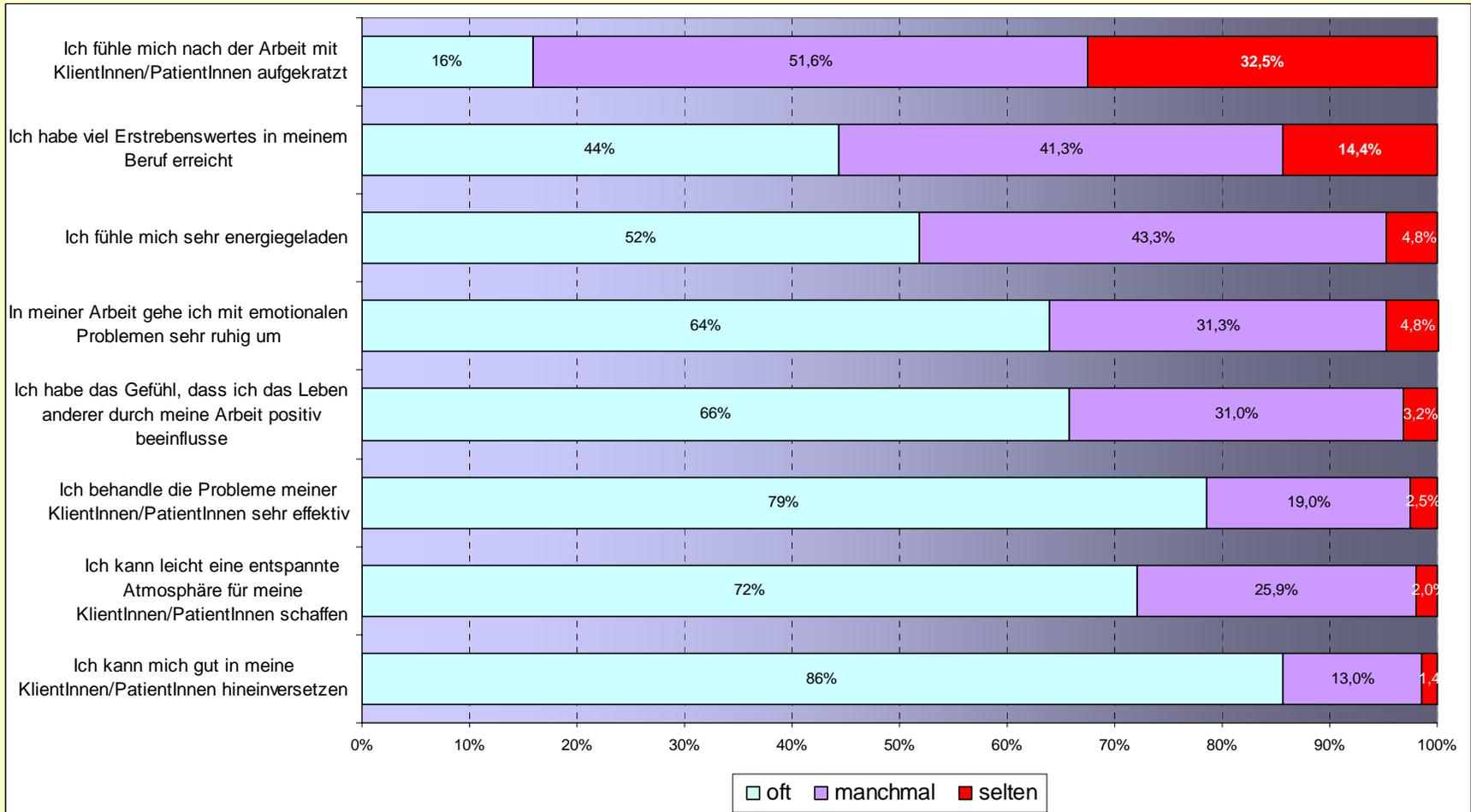
- **Persönliche Erfüllung/reduziertes Kompetenzgefühl^{*)}** (engl.: Personal Accomplishment)
- **Kennzeichen:**
 - Erfahrungen der Erfolg- und Machtlosigkeit
 - Gefühl der fehlenden Anerkennung
 - subjektiv erlebte Leistungsunzufriedenheit
 - aber auch tatsächlich reduzierte Leistungsfähigkeit

*) gefragt werden die jeweils positiven Statements, deren geringe Häufigkeit wird als Kennzeichen gewertet

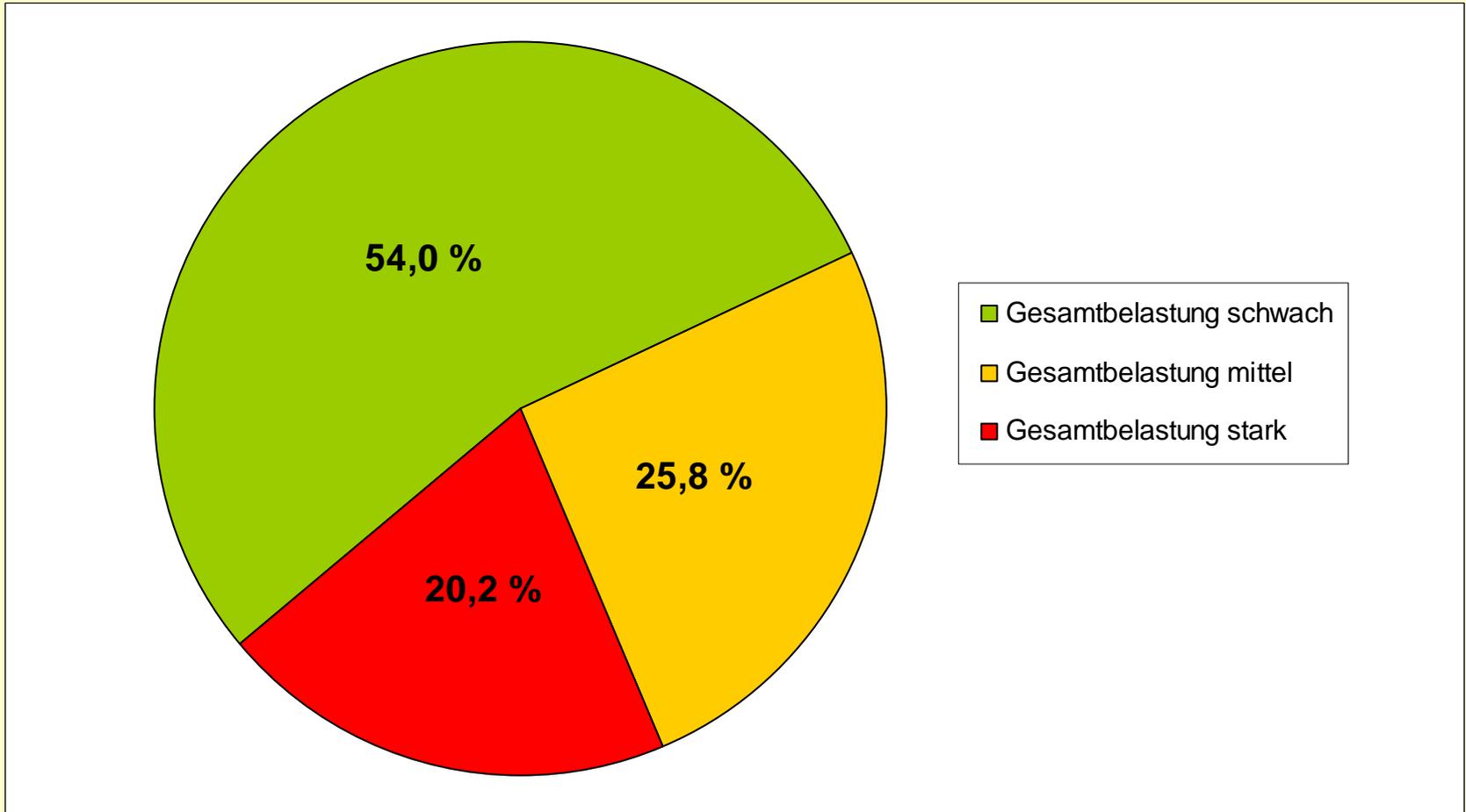
Ausmaß der Belastung bei den Befragten: PA - Persönliche Erfüllung



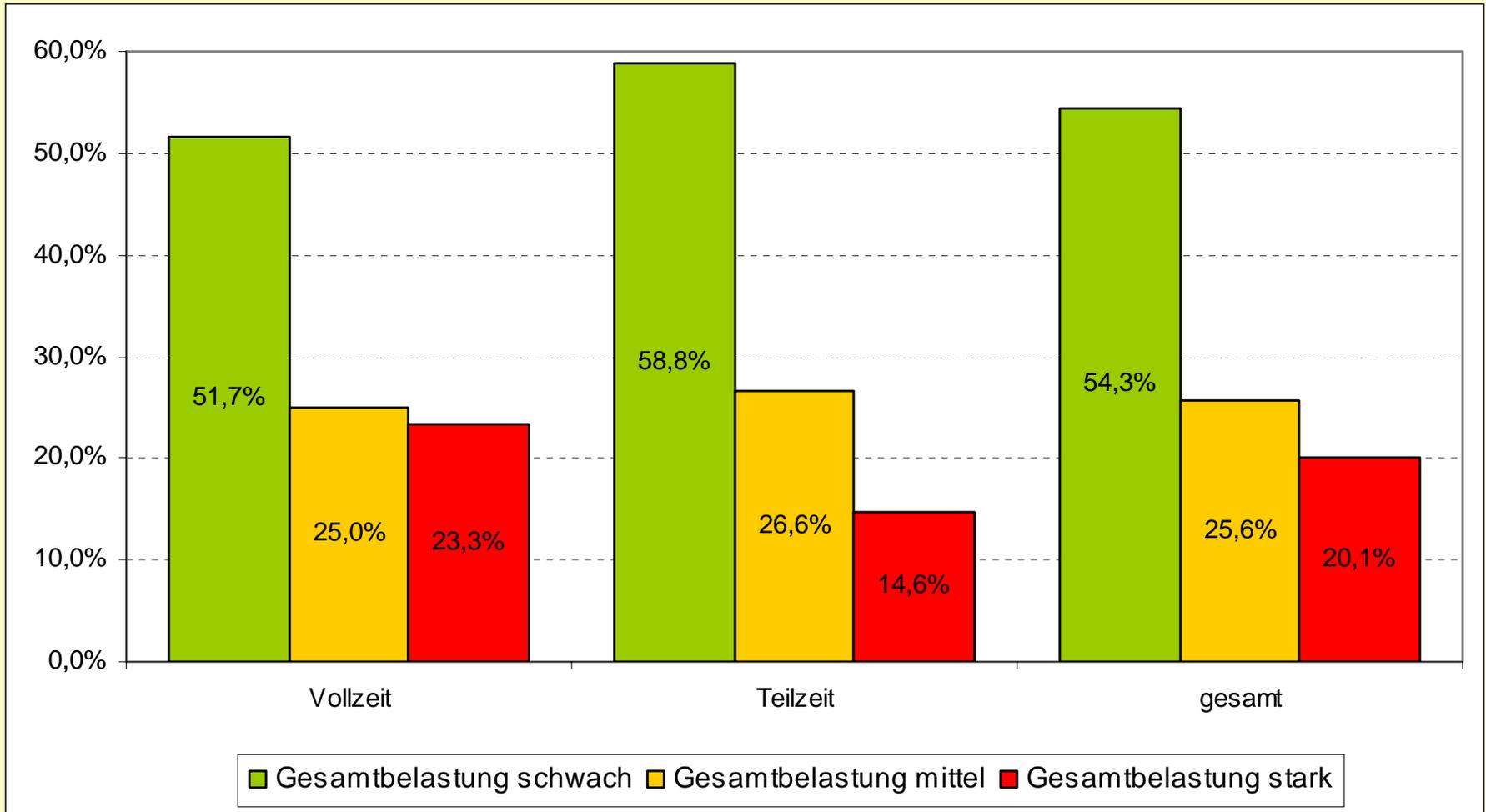
Einzelfragen der Skala „ Persönliche Erfüllung“



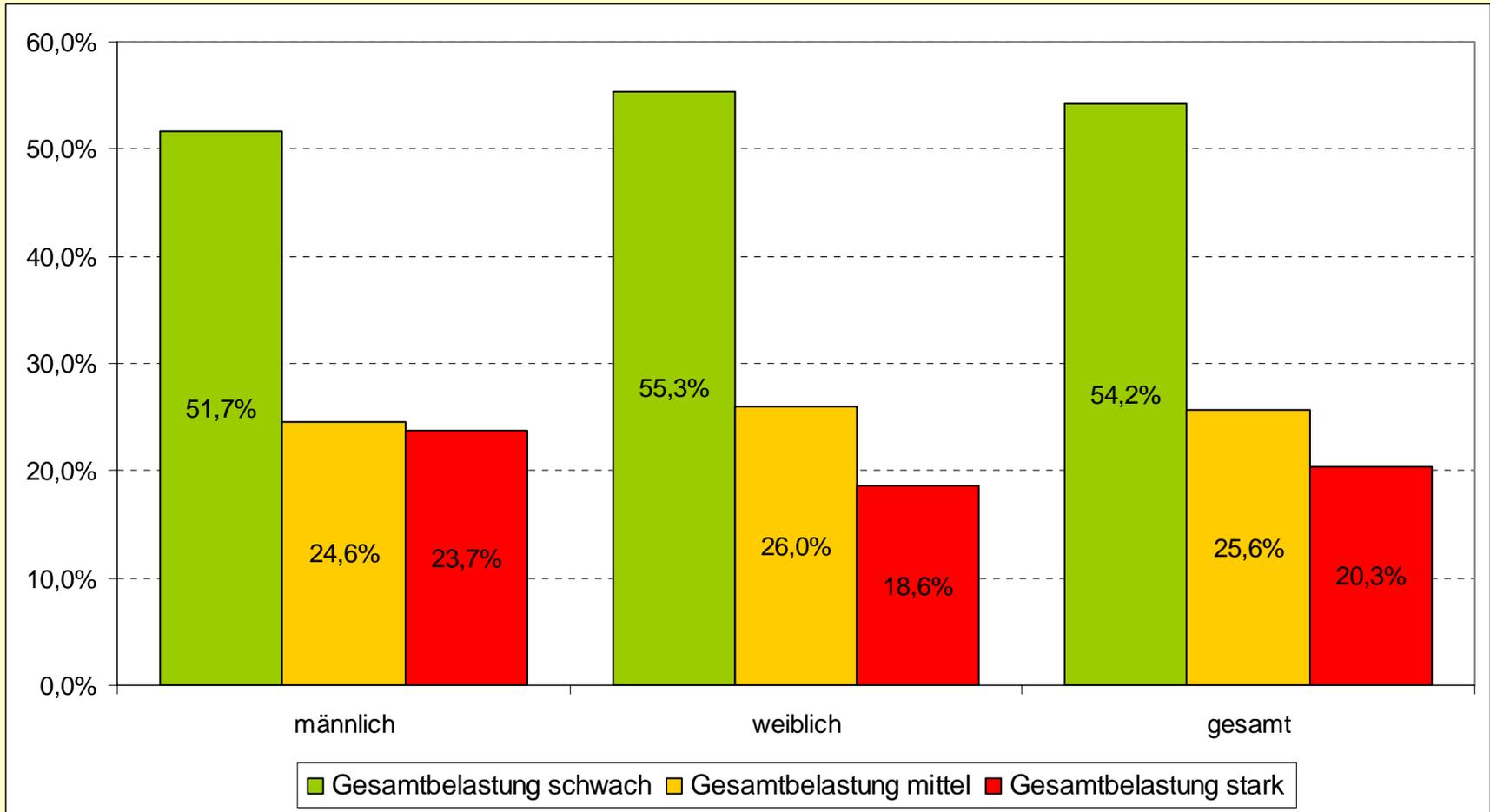
Gesamtbelastung aus allen drei Skalen



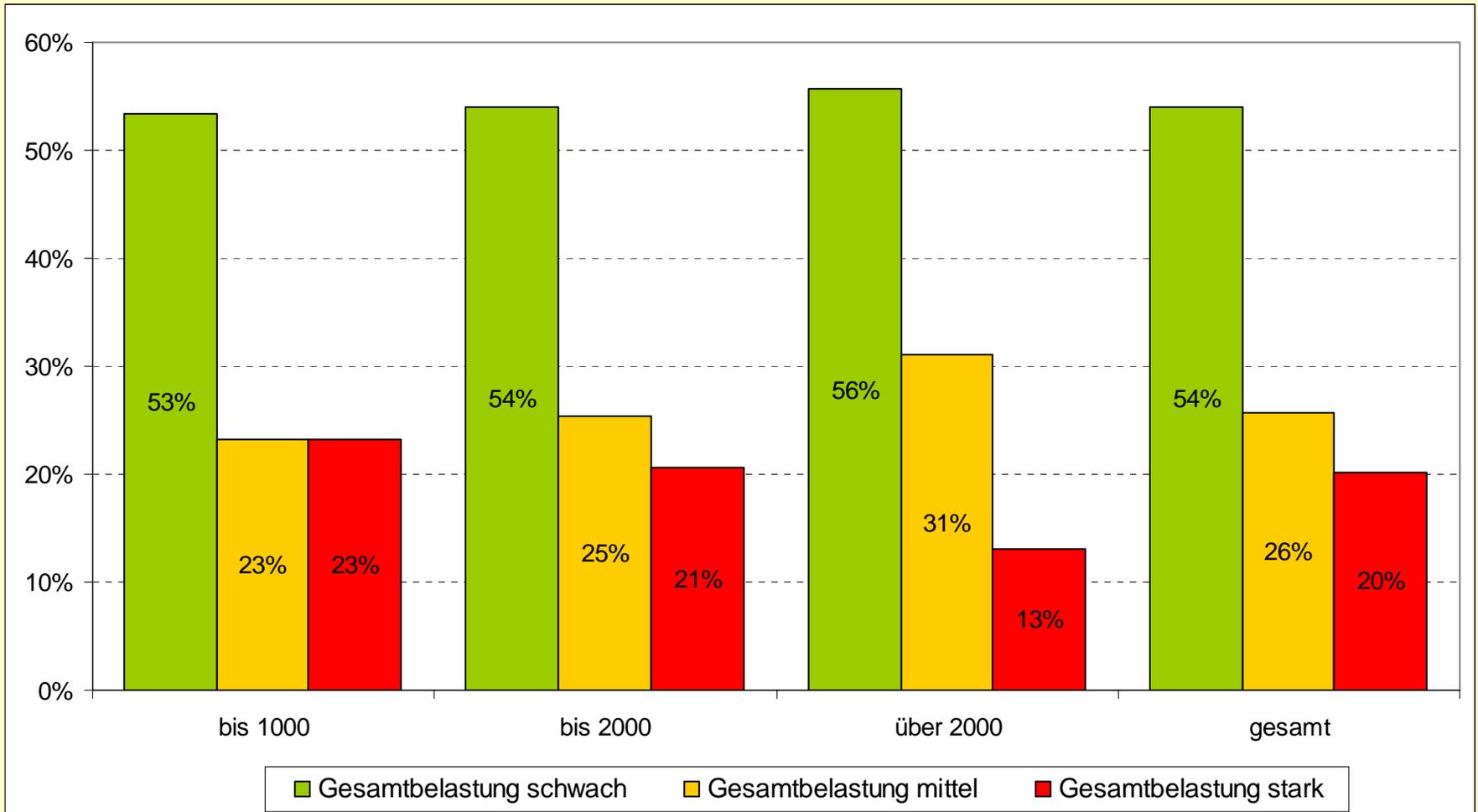
Gesamtbelastung nach Arbeitszeit



Gesamtbelastung nach Geschlecht



Gesamtbelastung nach der Höhe des Nettoeinkommens



Ausgewählte Ergebnisse

- **Emotionale Erschöpfung:**
knapp **28%** der Befragten sind **stark belastet**
- **reduziertes Kompetenzgefühl und Verlust des Selbstwertgefühls:**
knapp **28%** der Befragten sind **stark belastet**
 - in diesem Bereich auch auffällig: fast die Hälfte der Befragten ist mittelstark belastet
- **Depersonalisierung:**
14% sind stark belastet, 23% mittel belastet
- **alle drei Skalen kombiniert:**
rund 1/5 der Befragten sind **stark belastet**

Ausgewählte Ergebnisse

- **Vollzeit-Beschäftigte sind stärker belastet als Teilzeit-Beschäftigte:**
 - 23% der Vollzeitbeschäftigten **stark belastet**
 - 14% der Teilzeitbeschäftigten **stark belastet**
- **mit steigendem Einkommen sinkt das Ausmaß der Belastung**
 - 23% der Befragten < 1.000 € sind **stark belastet**
 - 13% der Befragten > 2.000 € sind **stark belastet**

Schlussfolgerungen

- Burnout ist eine anhaltende Reaktion auf chronischen Arbeitsstress *)
- in der Befragung findet sich in erster Linie ein Zusammenhang mit der Arbeitszeit, kaum jedoch mit Alter, Geschlecht oder Familienstand
- **DAHER: Notwendigkeit der Erfassung derjenigen speziellen Arbeitsbedingungen und Belastungen, die zur Entstehung des „Ausgebrannt-Seins“ beitragen**
- **Entwicklung von Strategien zur Prävention von Burnout**

*) in der Fachliteratur ist die Meinung vorherrschend, dass es wenig Zusammenhang mit familiären Belastungen etc. gibt (familiäre und private Probleme werden ganz bewusst nicht mit einbezogen) – obwohl in neuerer Zeit auch zunehmend individuelle Faktoren mit berücksichtigt werden.

Danke für Ihre Aufmerksamkeit

