



Wissenschaftliche Beiträge  
Sozialwissenschaften | 101

Dirk Themann

# Stress und Burnout bei ErzieherInnen

# Wissenschaftliche Beiträge aus dem Tectum Verlag

Reihe Sozialwissenschaften



# Wissenschaftliche Beiträge aus dem Tectum Verlag

Reihe Sozialwissenschaften

Band 101

Dirk Themann

## **Stress und Burnout bei ErzieherInnen**

*Mit einem Vorwort von Prof. Dr. Arnold Schmieder*

**Tectum Verlag**

Dirk Themann  
Stress und Burnout bei ErzieherInnen

Wissenschaftliche Beiträge aus dem Tectum Verlag  
Reihe: Sozialwissenschaften; Bd. 101

© Tectum – ein Verlag in der Nomos Verlagsgesellschaft, Baden-Baden 2021  
ePDF 978-3-8288-7789-4  
(Dieser Titel ist zugleich als gedrucktes Werk unter der ISBN  
978-3-8288-4703-3 im Tectum Verlag erschienen.)  
ISSN 1861-8049

Umschlaggestaltung: Tectum Verlag, unter Verwendung des Bildes  
# 1425341744 von peterschreiber.media | [www.shutterstock.com](http://www.shutterstock.com)

Alle Rechte vorbehalten

Besuchen Sie uns im Internet  
[www.tectum-verlag.de](http://www.tectum-verlag.de)

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

## Begleittext

Man ist nicht entweder ersichtlich krank oder ohne ersichtliche Einschränkung gesund, diesem Ansatz der Salutogenese folgt Dirk Themann, wo er Stress und Burnout bei Erzieherinnen und Erziehern nachforscht und mit seiner empirischen Studie Ursachen und Folgen vor Augen führt. Zumal der Begriff Stress wissenschaftlich zum Teil auf Grund zahlreicher intervenierender Stressoren nicht eindeutig definiert und Burnout als Syndrom zu fassen ist, verweist der Autor am Schluss darauf, dass eine empirische Untersuchung der Belastungen in und durch Erwerbsarbeit noch sinnvoll und weiter, als er es leistet, durch qualitative Methoden zu ergänzen wäre, wobei er jedoch auch durch seine Studie die Problematik insbesondere der sogenannten Emotionsarbeit in pädagogischen Berufsfeldern deutlich konturieren kann. Daraus folgt zum einen, dass Erzieherinnen und Erzieher in erhöhtem Maße stressanfällig oder stressgefährdet sind und überdurchschnittlich von Burnout betroffen, was zum anderen in den jeweiligen Institutionen die Einführung eines betrieblichen Gesundheitsmanagements unbedingt erforderlich mache, was insbesondere für Kindertagesstätten gelte.

In der Regel richtet sich der Blick von Pädagogik, was insonderheit Kitas betrifft, auf die Förderung im weitesten Sinne intellektueller Fähigkeiten von Kindern und gleichermaßen auf Moderation des Sozialverhaltens, was eine jeweils vor Ort hochkomplexe Anforderung darstellt, wobei die bisweilen schwierigen und bis zu Konflikten reichenden Verständigungen mit den Eltern bzw. einem Elternteil zusätzlich erschwerend zu Buche schlagen können. Hinzu kommt, dass soziologische und psychologische Forschungen sich nach Recherchen und kritischen Aufnahmen des Autors unzureichend solchen Belastungen widmen, die in einem erst einmal Graubereich zwischen Gesundheit und Krankheit in Form eines allgemeinen psychosozialen Erschöpfungssyndroms erscheinen, das nicht unterschlagen werden

kann und sich rückbezüglich auf die erzieherische Berufsausübung auswirkt. Hier sind auch Defizite in der Burnout-Forschung auszumachen, vermittels derer eine Zumessung von Erkrankung und entsprechender Behandlungswürdigkeit abgeschattet werden, was vergleichbar für Stressbelastung gilt, wie sie subjektiv changiert.

Themanns Forderung nach Einführung eines innerbetrieblichen Gesundheitsmanagements ist im Laufe der Jahre 2020/21 im Zuge der weltweiten Pandemie nicht nur in höherem Maße aktuell geworden, sondern ist von Brisanz, auch und weil die Zunahme an Belastungen gerade für Erzieherinnen und Erzieher in Kitas öffentlichen wahrgenommen wird und auch politisch zur Kenntnis genommen werden muss – was auch für alle helfenden Berufe gilt. Mit Applaus, Zuspruch, Dank und Sonderzahlungen ist es nicht getan. Selbstredend sind Forderungen nach weit höherer Entlohnung auch in diesem Berufszweig legitim und richtig und ebenso nach merklicher Aufstockung des Personals. Es zeigt sich aber in dieser Krise nur einmal mehr und schärfer, was schon lange im Argen lag und liegt. Kitas sind eben nicht nur Verwahranstalten für das Kind oder die Kinder berufstätiger Eltern und Alleinerziehender, sondern mentale und emotionale Herausforderungen für Betreuerinnen und Betreuer, die aktuell bis weit über die Belastungsgrenze ausufern und nur mehr als vormalig die Entwicklung eines psychosozialen Erschöpfungssyndroms begünstigen, das virulent bleiben wird. – Dahin leiten die Ergebnisse der vorliegenden Studie.

Arnold Schmieder

## **Abstract**

Arbeitsbelastungen, Stress und Burnout sind in den letzten Jahren zunehmend Gegenstand der wissenschaftlichen Forschung geworden. Die Anzahl psychosomatischer Erkrankungen nimmt ebenso zu, wie die Quote der vorzeitigen Verrentung aufgrund dieser Störungen. Arbeitgeber versuchen aufgrund des wachsenden Fachkräftemangels ihr Human-Ressource-Management zu optimieren. Die vorliegende Arbeit untersucht mittels qualitativer und quantitativer Querschnittsdaten Belastungsfaktoren und Ressourcen von pädagogischen Fachkräften in Kitas. 79 Fachkräfte eines Kita-Trägers wurden über die Erhebungsinstrumente der Subjektiven Salutogenetischen Arbeitsanalyse (SALSA) und des Maslach Burnout Inventory (MBI) zu ihren Belastungen, Ressourcen und Burnoutsymptomen befragt. 43% der Befragten zeigen sich durch ihre Tätigkeit belastet. Die Belastungen korrelieren ebenso wie die zunehmenden Arbeitsanforderungen mit Symptomen der beruflichen Erschöpfung. Jede zehnte befragte Fachkraft zeigt erhöhte Werte in diesem Bereich. Gleichzeitig haben soziale Ressourcen einen moderierenden Effekt hinsichtlich der beruflichen Erschöpfung. Pädagogische Fachkräfte in einer Kita verrichten komplexe Tätigkeiten mit steigenden Anforderungen. Sie unterliegen betrieblichen und tätigkeitsbedingten Stressoren, die zu Belastungen führen. Aufgrund der ermittelten Ergebnisse wird die Einführung eines betrieblichen Gesundheitsmanagements in Kitas dringend empfohlen.

Schlüsselworte: Stress, Burnout, Kita, pädagogische Fachkräfte, Gesundheitsmanagement, SALSA, MBI



# Inhaltsverzeichnis

<b>Abbildungsverzeichnis</b> .....	XIII
<b>Tabellenverzeichnis</b> .....	XV
<b>Abkürzungsverzeichnis</b> .....	XVII
<b>1 Einleitung</b> .....	1
1.1 Problemstellung und Relevanz der Arbeit .....	1
1.2 Zielsetzung der Arbeit .....	4
1.3 Übersicht über die Arbeit .....	5
<b>2 Theoretische Fundierung</b> .....	7
2.1 Der Gesundheitsbegriff .....	7
2.2 Zum Stressbegriff .....	12
2.2.1 Das reaktionsorientierte Stressmodell .....	13
2.2.2 Das situationsorientierte Stressmodell .....	13
2.2.3 Das transaktionale Stressmodell .....	14
2.2.3.1 Die primäre Bewertung .....	15
2.2.3.2 Die sekundäre Bewertung .....	16
2.2.3.3 Die Neubewertung .....	17
2.2.3.4 Copingstrategien .....	18
2.2.4 Das soziologische Stressmodell nach Pearlin .....	20
2.2.5 Stressreaktionen .....	22
2.2.5.1 Akute Stressreaktionen .....	22
2.2.5.2 Langfristige Stressreaktion .....	24
2.3 Burnout .....	26
2.3.1 Burnout – Begriffsbestimmungen .....	26
2.3.2 Burnout – Definitionen und Konzepte .....	28

2.3.3	Burnout – eine Krankheit? .....	31
2.4	Gesundheit und Arbeit .....	33
2.5	Modelle der Arbeitsbelastung .....	36
2.5.1	Das Job-Demand-Control-Modell .....	38
2.5.2	Job-Demand-Control-Support-Modell .....	39
2.5.3	Das Job-Demands-Resources-Modell .....	41
2.5.4	Das Modell beruflicher Gratifikationskrisen .....	42
2.6	Betriebliches Gesundheitsmanagement .....	44
2.7	Die Kita als soziale Organisation .....	49
2.8	Die Rahmenbedingungen für die Kita .....	52
2.9	Die Tätigkeit von Erzieherinnen und Erziehern in der Kita .....	56
2.9.1	Die Aufgaben .....	58
2.9.2	Die Anforderungen .....	60
2.10	Belastungen und Beanspruchungen .....	61
2.10.1	Belastungen und Beanspruchungen von Erzieherinnen und Erziehern ...	63
2.10.2	Stress und Burnout bei Erzieherinnen und Erziehern .....	65
2.11	Ressourcen von Erzieherinnen und Erziehern .....	68
2.12	Gesundheitsfördernde Maßnahmen für Erzieherinnen und Erziehern .....	70
2.13	Konkretisierte Fragestellung der vorliegenden Arbeit .....	72
<b>3</b>	<b>Methode</b> .....	<b>75</b>
3.1	Beschreibung des Trägers und Maßnahmen der Gesundheitsförderung .....	77
3.2	Beschreibung der Stichprobe und Ablauf der Erhebung .....	80
3.3	Die Auswertungs- und Erhebungsinstrumente .....	81
3.3.1	Die Salutogenetische Subjektive Arbeitsanalyse (SALSA) .....	82
3.3.2	Das Maslach Burnout Inventory .....	82
3.3.3	Soziodemographische Daten .....	84
3.3.4	Korrelationsanalysen .....	84
3.3.5	Einstichproben-t-Test .....	85
3.3.6	Qualitativ empirische Daten .....	85

<b>4</b>	<b>Ergebnisse</b>	87
4.1	Deskriptiv-statistische Auswertung	87
4.2	Hypothesenprüfung mittels Korrelationsanalyse	94
4.3	Ergebnisse zum Einstichprogen-t-Test	95
4.4	Ergebnisse qualitativ empirische Daten	97
4.4.1	Veränderungen im Bereich Arbeitsorganisation	98
4.4.2	Veränderungen im Bereich Kommunikation	99
4.4.3	Veränderungen im Bereich Pädagogik	100
<b>5</b>	<b>Diskussion</b>	101
5.1	Qualität der Ergebnisse	101
5.2	Reflexion der Vorgehensweise	102
5.3	Interpretation der Ergebnisse	104
5.4	Handlungsempfehlungen	107
	Resümee	109
	<b>Literaturverzeichnis</b>	113
	<b>Anhang</b>	121



## **Abbildungsverzeichnis**

Abbildung 1	Der Stressprozess	22
Abbildung 2	Das JDC Vier-Felder-Modell	38
Abbildung 3	Belastungen und Beanspruchungen	63
Abbildung 4	Ressourcen der pädagogischen Fachkräfte	69
Abbildung 5	Organisationsaufbau Kita-Träger	79
Abbildung 6	SALSA Fragebogen	151



## Tabellenverzeichnis

Tabelle 1	Krankheitsfolgen durch chronische Stressreaktionen	25
Tabelle 2	Arbeitstätigkeit und Arbeitshandeln	37
Tabelle 3	Korrelationskoeffizienten	84
Tabelle 4	Anforderungen	88
Tabelle 5	Belastungen	88
Tabelle 6	Quantitative Überforderung durch die Arbeitsaufgabe	89
Tabelle 7	Qualitative Überforderung durch die Arbeitsaufgaben	89
Tabelle 8	Unterforderung durch die Arbeitsaufgaben (qualitativ)	90
Tabelle 9	Belastendes Sozialklima	90
Tabelle 10	Belastendes Vorgesetztenverhalten	91
Tabelle 11	organisationale Ressourcen	91
Tabelle 12	Gesamtpunktzahl Berufliche Erschöpfung	92
Tabelle 13	Gesamtpunktzahl Depersonalisation/ Empathieverlust	93

Tabelle 14	Gesamtpunktzahl Eigene Leistungseinschätzung	93
Tabelle 15	Überblick über die drei Dimensionen/kritische Werte	94
Tabelle 16	Auswertung SALSA	122
Tabelle 17	Anforderungen	123
Tabelle 18	Belastungen	125
Tabelle 19	Organisationale Ressourcen	127
Tabelle 20	Soziale Ressourcen	128
Tabelle 21	Belastungen durch äußere Tätigkeiten	129
Tabelle 22	Belastungen	133
Tabelle 23	Organisationale Ressourcen	137
Tabelle 24	Soziale Ressourcen Häufigkeiten	141
Tabelle 25	Benchmark	143
Tabelle 26	Häufigkeiten Fragebogen Maslach (MBI)	146
Tabelle 64	Maslach Burnout Inventory und Manual	154

## Abkürzungsverzeichnis

Abb.	Abbildung
AQUA	Arbeitsplatz und Qualität in Kitas, Titel einer Studie
ArbSchG	Arbeitsschutzgesetz
Aufl.	Auflage
Az.	Aktenzeichen
BGB	Bundesgesetzbuch
BGF	Betriebliche Gesundheitsfürsorge
BGM	Betriebliches Gesundheitsmanagement
BverwG	Bundesverwaltungsgericht
BZgA	Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
bzgl.	bezüglich
ebd.	ebenda
et al.	et alii/et aliae, und andere
etc.	et cetera, und so weiter
f.	folgend
ff.	Plural für folgend (fortfolgend)
ggf.	gegebenenfalls
Hrsg.	Herausgeber
ICD-10	International Classification of Diseases, 10 Auflage
MBI	Maslach Burnout Inventory
m.E.	meines Erachtens
OE	Organisationsentwicklung
o.g.	oben genannt
o. J.	ohne Jahr
o. O.	ohne Ort
S.	Seite
SALSA	Salutogenetische Subjektive Arbeitsanalyse

## Abkürzungsverzeichnis

---

SGB	Sozialgesetzbuch
s. o.	siehe oben
STEGE	Strukturqualität und Erzieher_innengesundheit in Kindertageseinrichtungen, Titel einer Studie
s. u.	siehe unten
Tab.	Tabelle
überarb.	überarbeitet
usw.	und so weiter
u. U.	unter Umständen
Verf.	Verfasser/in
Verz.	Verzeichnis
vgl.	vergleiche
vs.	versus
WHO	World Health Organisation
Z	Z-Kategorie im ICD-10, die keine Erkrankungen sind