

# 1 Einleitung

Stress ist in aller Munde. Aber sind weitere Bemühungen zur wissenschaftlichen Erforschung von Stress – wie mir ein Soziologe der Universität Zürich offenbart hat – tatsächlich von geringem Potential, weil Stress schon von allen Seiten und in allen Facetten wissenschaftlich durchleuchtet wurde? Es war eigentlich nicht das Ziel dieser Arbeit, das Gegenteil zu beweisen. Doch es darf dieser Arbeit durchaus zugemutet werden, dass sie – zumindest für Berufe der Sozialen Arbeit – einige bedeutende Forschungslücken aufdeckt, die unmittelbar aus einer noch unreifen, sich in einem rasanten Wandel befindenden Stressforschung entspringen.

Zumindest in der anglo-amerikanischen Literatur ist man sich mittlerweile über die dramatischen Auswirkungen von chronischem Stress auf den menschlichen Organismus und auf seine physische und psychische Gesundheit einig: „Stress ist direkt oder indirekt mit sieben der zehn häufigsten Todesursachen von entwickelten Ländern verknüpft.“ (Quick et al. 2014: 176)<sup>1</sup> „Wir wissen, dass in meisten Ländern in der Welt 1 von 4-6 Menschen an einer psychischen Angststörung, Depression oder Stress leiden.“ (Cooper 2014: xxvii)<sup>2</sup> Wenn man bedenkt, dass Burnout und Depression kaum zu unterscheiden sind (Bürsch (2011) in: Muscheidt 2014: 11), dass psychische Angststörungen, Statusverlustangst, Stress, geringe Resilienz und neurologische Entzündungs- und Adaptionsprozesse eng miteinander verwoben sind (vgl. Olpe & Seifritz 2014; Wilkinson & Pickett 2009) und dass beruflicher Stress heute in den meisten Ländern die häufigste Ursache für Arbeitsabsenzen ist (Cooper 2014: xxix), kann die enorme Bedeutung von chronischem Stress für den individuellen Organismus aber auch für die moderne Gesellschaft nicht genug betont werden. Entsprechend hoch werden die Kosten für den Verlust von körperlicher Gesundheit und von „mentalem Kapital“ geschätzt: In England belaufen sich die jährlichen Kosten von mentalen Erkrankungen auf 77 Milliarden Pfund, von krankheitsbedingten Arbeitsausfällen auf 26 Milliarden Pfund jährlich und von stressbedingter Demenz auf 20 Milliarden Pfund (Tendenz steigend) (Cooper 2014: xxvii). In der Schweiz werden alleine die wirtschaftlichen, stressbedingten Kosten (Arbeitsausfälle und Effizienzverlust) auf 5.5 Milliarden Franken geschätzt (Gesundheitsförderung Schweiz 2014). Auch die WHO bewertet

---

<sup>1</sup> Eigene Übersetzung

<sup>2</sup> Eigene Übersetzung

Stress als eine der grössten gesundheitlichen Herausforderungen dieses Jahrhunderts (in: Olpe & Seifritz 2014: 15).

Des Weiteren ist bekannt, dass Gesundheits-, Lehr- und Sozialberufe überdurchschnittlich an chronischem Stress und stressbedingten Belastungsstörungen leiden (vgl. Wieclaw et al. 2006; Grebner et al. 2010: 72), wobei die Gruppe der Sozialarbeitenden in einer dänischen Studie von Wieclaw et al. (2006) neben der Gruppe der Lehr- und Gesundheitsberufen die höchste Chance haben, an einer stressbedingten Belastungsstörung zu erkranken. Im Folgenden wird nun gezeigt, dass im Widerspruch zur Erkenntnis eines erhöhten Stressniveaus in der Sozialen Arbeit nur wenig fundiertes Wissen über die Zusammenhänge und Mechanismen von Stress in der Sozialen Arbeit vorhanden ist. Es scheint, als ob das Interesse häufig auf die *sichtbaren* Folgen von Stress (z.B. Burnout) gerichtet ist und vergessen geht, dass es dann eigentlich schon zu spät ist. Im Allgemeinen scheint es, dass die zu chronischem Stress führenden Mechanismen aktuell unterbelichtet sind und die aus chronischem Stress entstehenden Folgen unterschätzt werden (vgl. Newell & Nelson-Gardel 2014: 427).

In einem *ersten Teil* soll mangels einführender Literatur zu den Themen Stress und Soziale Arbeit zuerst die Theorie und das bestehende empirische Wissen aufgearbeitet werden. Bevor Stress jedoch im Kontext der Sozialen Arbeit beleuchtet wird, soll eine kurze Einführung in das Berufsfeld der Sozialen Arbeit gegeben werden (Kapitel 2). Darin werden die aktuellen Debatten und Herausforderungen der Praxis der Sozialen Arbeit herausgehoben, um einen Einblick in die beruflichen Charakteristika der Sozialen Arbeit zu ermöglichen. Im dritten Kapitel wird das Thema Stress allgemein und im vierten Kapitel mit dem Fokus auf die Soziale Arbeit besprochen. Theorien und Thesen über stressförderliche Bedingungen der Sozialen Arbeit werden im fünften, Theorien und Thesen über stresshemmende Bedingungen im sechsten Kapitel beschrieben. Der erste Teil wird mit einer Zusammenfassung und einem Ausblick abgeschlossen (Kapitel 7).

In einem *zweiten Teil* werden drei Hypothesen über sozialarbeiterischen Stress aufgestellt, die bisher noch unerforscht waren und mit eigenen Daten getestet werden: Einerseits wird vermutet, dass Stress in der Sozialen Arbeit mit einer ‚Verpflichtung zum sozialen Wandel‘ zusammenhängt, die in den wichtigsten Ethikkodizes der Sozialen Arbeit von den Sozialarbeitenden eingefordert wird (Hypothese 2). Diese Hypothese geht von der Annahme aus, dass eine ‚Verpflichtung zum sozialen Wandel‘ überhaupt beobachtbar ist (Hypothese 1). Des Weiteren wird vermutet, dass – quasi als eine Folge der Verpflichtung zum

sozialen Wandel – ein Gefühl mangelnder politischer Handlungsmacht innerhalb der beruflichen Tätigkeit als Sozialarbeitende(r)<sup>3</sup> ein Einfluss auf beruflichen Stress haben könnte (Kapitel 9). Auf der Grundlage der theoretischen Vorarbeit werden diese Hypothesen mit einem Datensatz mit 176 befragten Erwerbstätigen der Sozialen Arbeit überprüft (Kapitel 10-12). Es wird sich zeigen, dass eine Einstellung ‚Verpflichtung zum sozialen Wandel‘ tatsächlich beobachtbar ist, jedoch keinen Zusammenhang mit beruflichem Stress aufweist. Des Weiteren wird sich zeigen, dass politische Handlungs~~ohn~~macht tatsächlich mit beruflichem Stress zusammenhängt, jedoch auch mit anderen erklärenden Faktoren (Kapitel 13). Auch wenn der Faktor ‚politische Handlungs(ohn)macht‘ keinen starken Zusammenhang mit beruflichem Stress zeigt, muss mit verstärkten theoretischen und empirischen Anstrengungen dieses berufsspezifische Phänomen vertieft erforscht werden. Welche Forschungsfragen dabei leitend sein könnten wird im Schlussteil diskutiert (Kapitel 14).

---

<sup>3</sup> Der Leserlichkeit halber wird im Folgenden öfters auf die Nennung beider Geschlechter verzichtet. In den Fällen, in denen das Geschlecht inhaltlich keine Bedeutung hat, ist implizit das andere Geschlecht mitgemeint.