

Untersuchung zum Zusammenhang von Burnout, beruflichem Wohlbefinden, Mitgefühlsmüdigkeit und Selbstmitgefühl bei Mitarbeitenden des Allgemeinen Sozialen Dienstes (ASD) im Kinderschutz in Deutschland

Vorgelegt von: Sina Malletz

Erstgutachterin: Frau Dipl. Psych. Silvia Gurdan

Zweitgutachterin: Frau Mirja Rößner

Beisitzerin: Frau Imke Sievers

• Datum: 23.09.2025





1

MOTIVATION

2

THEORETISCHER
HINTERGRUND

3

AKTUELLE STUDIENLAGE

4

HYPOTHESEN

5

METHODIK

6

ERGEBNISSE

7

INTERPRETATION

8

LIMITATIONEN

9

FAZIT UND IMPLIKATIONEN

10

VERZEICHNISSE



Abbildung 1

Wohlbefinden im Arbeitsalltag durch Canva (2025) generiert

1. Motivation



• 01

Wachsende
Herausforderungen
im Berufsalltag

02

Externe Einflüsse



Auswirkungen und
Hilfen für Mitarbeitende
im ASD?

• 03

Stetig veränderndes
Berufsfeld

04

Eigene berufliche
Erfahrungen





2. Theoretischer Hintergrund (1/2)

Der ASD

- Zentrale Aufgabe des ASD: Vermittlung und Planung der Hilfen zur Erziehung (§§27 ff. SGB VIII) und der Kinderschutz (§8a SGB VIII) (Landesjugendämter, 2024)

Belastungen des ASD im Kinderschutz

- Vielfache Herausforderung im Kinderschutz
- Gefühle von Stress durch Spannungen im Arbeitsalltag (Fuseini, 2024; Poulsen, 2012)

Allgemeine Lebenszufriedenheit

- Das subjektive Wohlbefinden bzw. die allgemeine Lebenszufriedenheit ist ein Teil des beruflichen Wohlbefindens (Fisher, 2014; Diener & Suh, 1997)
- Verschiedene Faktoren beeinflussen die subjektive Bewertung der Lebenssituation eines Individuums (Köcher und Raffelhüschen, 2011)



2. Theoretischer Hintergrund (2/2)

Berufliche emotionale Erschöpfung

- Ein Kardinalssymptom der drei Symptome des Burnouts
- Führt zur emotionalen und kognitiven Distanzierung ihrer Arbeit (Maslach et al., 2001)
- Das 12-Phasen-Modell nach Freudenberger und North (1992)

Selbstmitgefühl

- Abgrenzung zum Mitgefühl
- Eigene Erfahrung als ein persönliches Wachstum sehen (Neff, 2003)

Mitgefühlsmüdigkeit

- Erlöschen des Antriebs zu helfen (Harrer, 2013)
- Überidentifikation mit dem Trauma der Klient_innen → Risiko für eine Mitgefühlsmüdigkeit steigt (Rohwetter, 2019)

3. Aktuelle Studienlage

- Starke Zusammenhänge zwischen den Konstrukten (Siddique et al., 2023; Łaskawiec-Żuławińska et al., 2024)
- Konstrukte der Arbeit haben einen positiven bzw. negativen Einfluss auf die Arbeit von Sozialarbeiter_innen (Jay Miller et al., 2018; Fuseini, 2024)



- Sozialarbeiter_innen im Kinderschutz praktizieren nur in geringem Maße Selbstmitgefühl (Jay Miller et al., 2018)



- Studien aus dem internationalen Ausland
- Konstrukte dieser Arbeit nicht in einer Studie gemeinsam untersucht



4. Hypothesen

H1

„Es besteht ein negativer Zusammenhang zwischen der allgemeinen Lebenszufriedenheit und der beruflichen emotionalen Erschöpfung bei Mitarbeitenden des Allgemeinen Sozialen Dienstes im Kinderschutz.“ (Kanadlı et al., 2023; Łaskawiec-Żuławińska et al., 2024)

H2

„Es besteht ein negativer Zusammenhang zwischen dem Selbstmitgefühl und der Mitgefühlsmüdigkeit von Mitarbeitenden des Allgemeinen Sozialen Dienstes im Kinderschutz.“ (Siddique et al., 2023; Chu, 2024)

H3

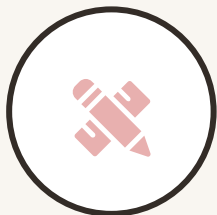
„Es besteht ein positiver Zusammenhang zwischen der beruflichen emotionalen Erschöpfung und der Mitgefühlsmüdigkeit von Mitarbeitenden des Allgemeinen Sozialen Dienstes im Kinderschutz.“ (Wang et al., 2023; Kopuz et al., 2024)

E1

Selbstmitgefühl hat einen Einfluss auf die berufliche emotionale Erschöpfung. (Korkmaz & Kiremitçi Canıöz, 2025; Ramos-Vidal und Ruíz, 2023)

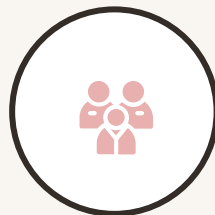


5. Methodik (1/2)



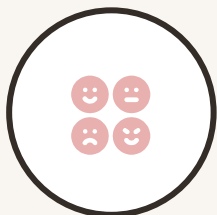
Studiendesign

Quantitative
Querschnittstudie
mittels einmaliger
Erhebung



Proband_innen

n = 190 Mitarbeitende des ASD im
Kinderschutzverfahren



Befragung

Strukturierter
Fragebogen über
SoSci Survey

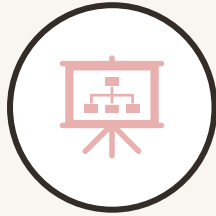


Messinstrumente

Habituelle subjektive Wohlbefindensskala (Dalbert, 2002), Self-Compassion Scale (Hupfeld & Ruffieux, 2011), Maslach Burnout Inventory (Clénia, n.d.), Professional Quality of Life (Gräßer et al., 2016)

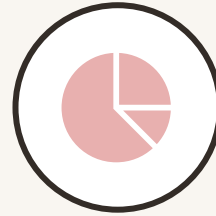


5. Methodik (2/2)



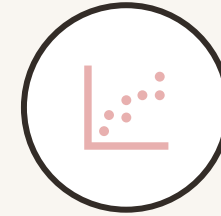
Datenaufbereitung- und analyse

A priori Poweranalyse:
n = 115, Codierung
der Daten, Ausschluss
einiger Daten, Bildung
der Subskalen und z-
Standardisierung.



Deskriptive Analyse

Mittelwerte und
Standardabweichungen
der Subskalen und
Häufigkeiten der
demographischen
Daten bestimmen.



Inferenzstatistische Auswertung

Pearson Produkt-
Moment-Korrelation
und einfache lineare
Regression:
Alle Voraussetzungen
wurden geprüft und
konnten als gegeben
angenommen werden.



6. Ergebnisse (1/2)

Tabelle 1

Niveau der psychologischen Konstrukte

	Mittelwert	Std. Abw.	Ergebnis
Selbstmitgefühl	3.24	.60	moderat
Berufliche emotionale Erschöpfung	23.49	11.04	mittleres Maß
Mitgefühlsmüdigkeit	45.96	9.19	moderat

Anmerkung. $n = 190$, Neff und Tòth-Király (2022), Clénia (n.d) und Stamm (2009).





6. Ergebnisse (2/2)



H1

Negativer Zusammenhang berufliche emotionale Erschöpfung und allgemeine Lebenszufriedenheit

- $r = -.54, p < .001 \rightarrow$ signifikant nach Bonferoni-Holms-Korrektur



H2

Negativer Zusammenhang Selbstmitgefühl und Mitgefühlsmüdigkeit

- $r = -.49, p < .001 \rightarrow$ signifikant nach Bonferoni-Holms-Korrektur



H3

Positiver Zusammenhang berufliche emotionale Erschöpfung und Mitgefühlsmüdigkeit

- $r = .75, p < .001 \rightarrow$ signifikant nach Bonferoni-Holms-Korrektur



E1

Einfluss von Selbstmitgefühl auf berufliche emotionale Erschöpfung

- $F(1, 188) = 64.73, p < .001 \rightarrow R^2 = .26$





7. Interpretation (1/2)



H1

Negativer Zusammenhang berufliche emotionale Erschöpfung und allgemeine Lebenszufriedenheit

- Gegenseitiger Einfluss
- Partnerschaft als Ressource und Gefahr (Köcher & Raffelhüschen (2011)
- Zeitdruck und Ressourcenknappheit → emotionales Erschöpfungserleben (Freudenberger & North, 1992)



H2

Negativer Zusammenhang Selbstmitgefühl und Mitgefühlsmüdigkeit

- Selbstmitgefühl hilft Mitgefühlsmüdigkeit einzudämmen (Neff, 2003)
- Mangelnde Zufriedenheit mit der Arbeit = Mitgefühlsstress (Rohwetter, 2019; Neff, 2003)
- Selbstmitgefühl nicht ausreichend → Risiko Mitgefühlsmüdigkeit (Harrer, 2013)





7. Interpretation (2/2)



H3

Positiver Zusammenhang berufliche emotionale Erschöpfung und Mitgefühlsmüdigkeit

- Klinisch relevantes Niveau
- Empathieverlust als Folge der Mitgefühlsmüdigkeit (Maslach et. al, 2001; Maslach, 2006)
- Schwierigkeiten professionell zu bleiben (Hwang et al., 2020)



E1

Einfluss von Selbstmitgefühl auf berufliche emotionale Erschöpfung

- Selbstmitgefühl hilft eigene Emotionen zu regulieren (Fuseini, 2024; Neff, 2003)
- Selbstmitgefühl im moderaten Niveau
- Selbstmitgefühl als wichtigen aber nicht hinreichenden Schutzfaktor



8. Limitationen

- Fragebogen „Habituelle subjektive Wohlbefindensskala“ enthält keine Normwerte
- Referenzwerte der „Self-Compassion Scale“ auf Basis von Daten aus den USA
- Fehlende Gesamtwerte bei den Fragebögen des „Maslach Burnout Inventory“ und der „Habituellen subjektiven Wohlbefindensskala“
- Subjektives wurde statt beruflichem Wohlbefinden erhoben
- Störungen während dem Ausfüllen der Umfrage
- Organisationale Unterschiede
- Momentaufnahme
- Kaum deutsche Studien vorhanden



9. Fazit und Implikationen

Fazit

- Alles psychologischen Konstrukte eng miteinander verbunden
- Selbstmitgefühl als teilweise protektiver Faktor
- Auswirkungen auf den privaten Bereich

Forschung

- Spezifischere Untersuchungen auf weitere Schutzfaktoren
- Weitere demographische Daten und Subskalen untersuchen
- Mit experimentellem Design Interventionen testen

Praxis

- Stärkung des Teamzusammenhalts
- Weiterbildungen und Fördermaßnahmen
- Gutes Einarbeitungskonzept
- Regelmäßige Reflexions- und Supervisionsangebote



10. Literaturverzeichnis

Atalar, E.T. & Koca, F. (2025). A Study on Self-Compassion and Attachment Styles as the Predictors of Life Satisfaction in Children in Need of Protection. *Children*, 12, 285. <https://doi.org/10.3390/children12030285>

Canva (2025). Kostenlos KI-Bilder erstellen. https://www.canva.com/de_de/ai-image-generator/?msockid=17a5413f83146ad733ac5325829f6b2d

Chu, L.-C. (2024) Effect of compassion fatigue on emotional labor in female nurses: Moderating effect of self-compassion. *PLoS ONE* 19(3): e0301101. <https://doi.org/10.1371/journal.>

Clienia (n.d.). *Der <<Maslach Burnout Inventory>> - Test*. <https://www.clenia.ch/de/selbsttests/selbsttest-burnout/>

Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences* (2. Aufl.) Lawrence Erlbaum Associates. <https://www.utstat.toronto.edu/brunner/oldclass/378f16/read-ings/CohenPower.pdf>

Dalbert, C. (2002). HSWBS. Habituelle subjektive Wohlbefindensskala [Verfahrensdokumentation, Autorenbeschreibung und Fragebogen]. In Leibniz-Institut für Psychologie (ZPID) (Hrsg.), *Open Test Archive*. Trier: ZPID. <https://doi.org/10.23668/psycharchives.6545>

Diener, E. & Suh, E. (1997). Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicators. *Social Indicators Research*, 40(1-2), 189–216. <https://doi.org/10.1023/A:1006859511756>



10. Literaturverzeichnis

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>

Edú-Valsania, S., Laguía, A. & Moriano, J.A. (2022) Burnout: A Review of Theory and Measurement. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1780. 19(3):1780. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031780>

Fisher, C. D. (2014). "Conceptualizing and measuring wellbeing at work," in Wellbeing: A Complete Reference Guide, Work and Wellbeing, ed P. Y. Chen. (Somerset: Wiley), 9–33. <https://doi.org/10.1002/9781118539415.wbwell018>

Freudenberger, H. und North, G. (1992). Burnout bei Frauen. über das Gefühl des Ausgebranntseins. Krüger.

Fuseini, S. (2024) Suffering in silence": How social workers in child welfare practice experience and manage burnout. *Children and Youth Services Review*. 166, 107939. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2024.107939>

Gräßer, M., Hovermann, E. & Kebé, M. (2016). Skala zur Erfassung der beruflichen Lebensqualität – Mitgefühlsmüdigkeit und Mitgefühlsmüdigkeit. Deutsche Übersetzung PROQOL Version 5. <https://img1.wsimg.com/blobby/go/dfc1e1a0-a1db-4456-9391-18746725179b/downloads/German.pdf>



10. Literaturverzeichnis

Harrer, M. E. (2013). Burnout und Achtsamkeit. Klett–Cotta.

Hupfeld, J., & Ruffieux, N. (2011). Validierung einer deutschen Version der Self-Compassion Scale (SCS-D) [Validation of a German version of the Self-Compassion Scale (SCS-D)]. *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie: Forschung und Praxis*, 40(2), 115–123. <https://doi.org/10.1026/1616-3443/a000088>

Hwang, T. J., Rabheru, K., Peisah, C., Reichman, W., & Ikeda, M. (2020). Loneliness and social isolation during the COVID-19 pandemic. *International psychogeriatrics*, 32(10), 1217–1220. <https://doi.org/10.1017/S1041610220000988>

Jay Miller, J. J., Lee, J., Benner, K., Shalash, N., Barnhart, S. & Grise-Owens, E. (2018). Self-compassion among child welfare workers: An exploratory study. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2018.04.032>

Kanadlı, S., Arslantaş, H.İ. & İnandı, Y. (2023). Predicting the life satisfaction of education workers in Turkey: a meta-analytic structural equation modeling. *Asia Pacific Educ. Rev.* 24, 515–530. <https://doi.org/10.1007/s12564-022-09766-5>

Kopuz, K., Akman, E. & Orhan, S. (2024). Work Overload, Emotional Exhaustion, Emotional Contagion, And Compassion Fatigue In Nurses During COVID-19 Pandemic: A moderated mediation model. *Asia Pacific Journal of Health Management*; 19(3). <https://doi.org/10.24083/apjhm.v19i3.2939>



10. Literaturverzeichnis

Korkmaz, A. & Kiremitçi Canıöz, E. (2025). Kırılgan gruplarla çalışan meslek uzmanlarında tükenmişlik ve mental iyi oluş arasındaki ilişkide öz-şefkatin aracı rolü (The Mediating Role of Self-Compassion in the Relationship Between Burnout and Mental Well-Being in Professionals Working with Vulnerable Groups). *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(1), 370-384, <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/4289889>

Köcher, R. & Raffelhüschen, B. (2011). Glücksatlas Deutschland 2011 – Erste Glücksstudie von Deutsche Post. Knaus.

Landesjugendämter (2024, Mai 16). Arbeiten im Jugendamt. <https://www.unterstuetzung-die-ankommt.de/de/arbeiten-im-jugendamt/>

Łaskawiec-Żuławińska, D., Grajek, M., Krupa-Kotara, K., Szlacheta, P., Karacan, H., Roszak, M., Łabuz-Roszak, B., & Korzonek-Szlacheta, I. (2024). Burnout and Life Satisfaction among Healthcare Workers Related to the COVID-19 Pandemic (Silesia, Poland). *Behavioural Neurology*, 2024(1). <https://doi.org/10.1155/2024/9945392>

MacBeth, A., & Gumley, A. (2012). Exploring compassion: A meta-analysis of the association between self-compassion and psychopathology. *Clinical Psychology Review*, 32(6), 545–552. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2012.06.003>

Mairhofer, A., Peucker, C., Pluto, L., van Santen, E. & Seckinger, M. (2020). Kinder- und Jugendhilfe in Zeiten der Corona-Pandemie. DJI-Jugendhilfeb@rometer bei Jugendämtern. Deutsches Jugendhilfeinstitut. <https://www.dji.de/ueber-uns/projekte/projekte/jugendhilfe-und-sozialer-wandel-leistungen-und-strukturen/aufgaben-jugend-amt/empirie-jugendaemter/coronabrometer.html>



10. Literaturverzeichnis

Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 397–422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>

Maslach, C. (2006). *Burn-out: l'épuisement professionnel*. Presses du Belvédère. <https://www.tandem-ag.ch/index.php?eID=dumpFile&t=f&f=768&to-ken=6e87689f80ac4632958fbfd2ab198ecd9d961f1f>

Neff, K. D. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2, 85–101. 7. <https://doi.org/10.1080/15298860390129863>.

Neff, K. D., & Germer, C. K. (2013). A pilot study and randomized controlled trial of the mindful self-compassion program. *Journal of Clinical Psychology*, 69(1), 28–44. 7 <https://doi.org/10.1002/jclp.21923>.

Neff, K.D. & Tòth-Király, I. (2022). Self-Compassion Scale (SCS). *Handbook of Assessment in Mindfulness Research*. Springer Nature. https://doi.org/10.1007/978-3-030-77644-2_36-1

Poulsen, I. (2012). *Stress und Belastung bei Fachkräften der Jugendhilfe*. VS Verlag für Sozialwissenschaften. <https://doi.org/10.1007/978-3-531-19588-9>

Ramos-Vidal, I., & Ruíz, E. (2024). The role of self-compassion and compassion toward others in burnout syndrome in a sample of medical students. *PsyCh Journal*, 13(1), 113–123. <https://doi.org/10.1002/pchj.692>



10. Literaturverzeichnis

Rohwetter, A. (2019). Wege aus der Mitgeföhlsmüdigkeit. Erschöpfung vorbeugen in Psychotherapie und Beratung. Beltz.

Siddique, Z., Raza, S., Shah, S. H., Haider, M.H. & Fatima, N. (2023). Self-Compassion and Professional Quality of Life among Emergency Respondents. Journal of Health and Rehabilitation Research (JHRR) Vol. 3, Issue 2. <https://doi.org/10.61919/jhrr.v3i2.108>

Stamm, B. H. (2009). Professional Quality of Life: Compassion Satisfaction and Fatigue Version 5 (ProQOL). <http://www.proqol.org>

Stampfl, S. J. (2020). Selbstfürsorge von Sozialarbeiterinnen und Sozialpädagoginnen – die Gefahr der Sekundären Traumatisierung im Kontext der Kinder- und Jugendhilfe. Fachhochschule FH Campus Wien. <https://pub.fh-campuswien.ac.at/obvfcwhsacc/download/pdf/5555708>

Völkel, B. (2022, November 11). Burnout Syndrom. Pschyrembel online. <https://www.pschyrembel.de/Burnout-Syndrom/K04A7>

Wang, J., Su, M., Chang, W., Hu, Y., Ma, Y., Tang, P., & Sun, J. (2023). Factors associated with compassion fatigue and compassion satisfaction in obstetrics and gynaecology nurses: A cross-sectional study. Nursing Open, 10, 5509–5520. <https://doi.org/10.1002/nop2.1790>



Abbildungs- und Tabellenverzeichnis

Abbildung 1 Wohlbefinden im Arbeitsalltag durch Canva (2025) generiert.....	2
Abbildung 2 Selbstmitgefühl als Schutzfaktor durch Canva (2025) generiert.....	22
Tabelle 1 Niveau der psychologischen Konstrukte.....	10

Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!

Haben Sie noch Fragen?



Abbildung 2
Selbstmitgefühl als Schutzfaktor durch Canva
(2025) generiert



Anhang für den Fragenteil





Deskriptive Ergebnisse



Abbildung A1
Geschlecht

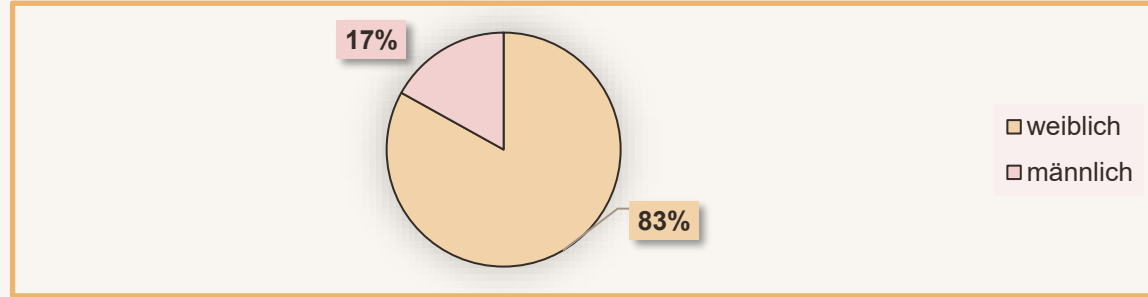


Abbildung A2
Beschäftigungsdauer

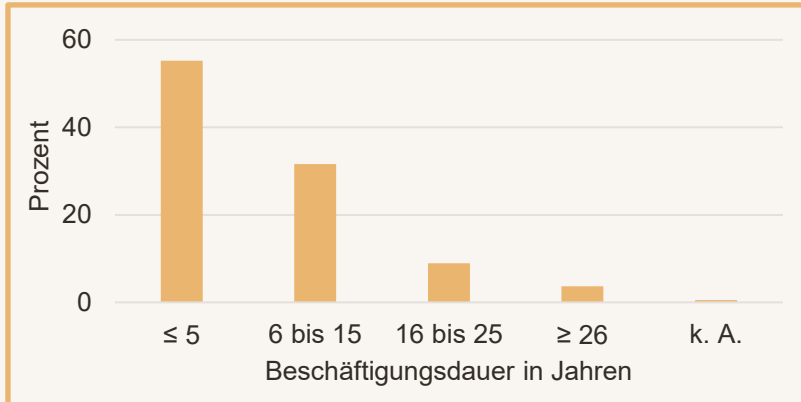
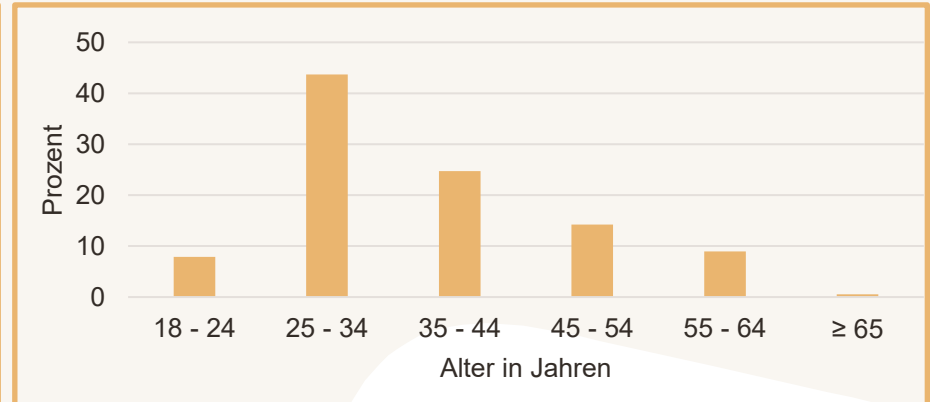


Abbildung A3
Altersverteilung

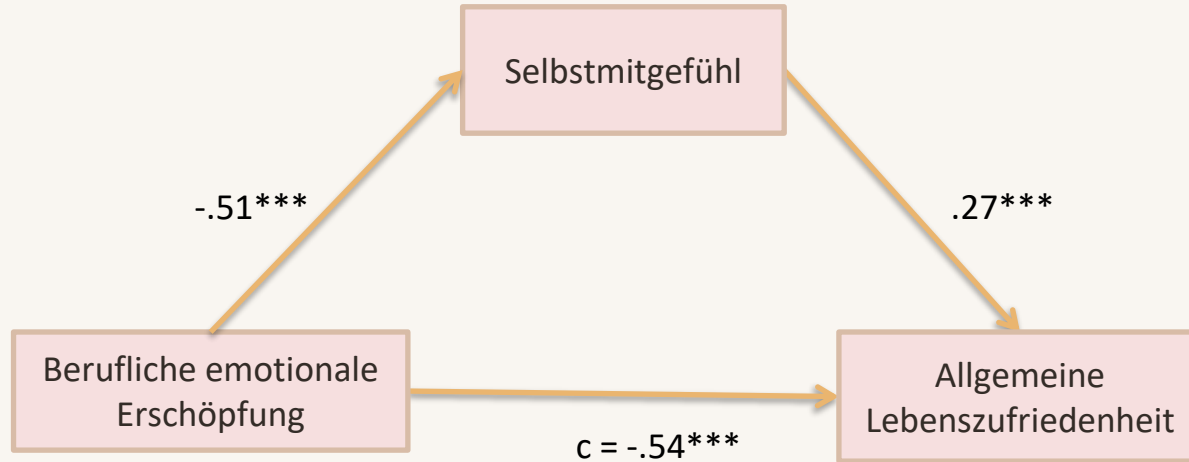




Mediationsanalyse

Partielle Mediation des Verhältnisses zwischen beruflicher emotionaler Erschöpfung und Lebenszufriedenheit durch Selbstmitgefühl. Indirekter Effekt bei $ab = -.13$, 95%-CI $[-.22, -.061]$

Abbildung A4 Mediationsmodell



Anmerkung. *** $p < .001$





Moderationsanalyse

Kein Moderationseffekt: $\Delta R^2 = 0.01 \%$, $F(1, 186) = 17.05$, $p = .680$, 95% CI[-0.08, 0.16]

Nach Entfernung des Interaktionsterm \rightarrow signifikante Beziehung zwischen Selbstmitgefühl, $B = .44$, $p < .001$, sowie zwischen beruflicher emotionaler Erschöpfung, $B = -.04$, $p < .001$, für die allgemeine Lebenszufriedenheit \rightarrow Haupteffekt vorhanden.



Interpretation

Mediator

Teil des Effekts von beruflicher emotionaler Erschöpfung auf die allgemeine Lebenszufriedenheit über Selbstmitgefühl (Neff, 2003)

Moderator

Einfluss von emotionaler Erschöpfung auf die allgemeine Lebenszufriedenheit bleibt konstant unabhängig vom Niveau des Selbstmitgefühls

Mediation und Moderation

Mediator

Prozessbezogener Schutzfaktor, → andere Aspekte leisten einen Beitrag zur allgemeinen Lebenszufriedenheit.

Moderator

Indirekter prozessbezogener protektiver Faktor und kein Einfluss auf die Beziehung zwischen beruflicher Erschöpfung und allgemeiner Lebenszufriedenheit (Völkel, 2022)



Beispielzitat: Herausforderungen des ASD

„Das System (z.B. Kostendruck, Zuständigkeiten, fehlende Kapazitäten im Gesundheitssystem) bremst die Soziale Arbeit aus, was frustriert. Ich habe zudem den Eindruck, dass die Arbeit im ASD ein hohes Risiko birgt, ein Burnout zu erleiden, da die Fülle der belastenden Gespräche und Themen sehr hoch ist. Zudem werden wir zunehmend beleidigt und/oder mit massiven Vorwürfen konfrontiert. [...]“



Abbildung A5

Herausforderungen des ASD durch
Canva (2025) generiert

Beispielzitat: Implikation für die Praxis

„[...] Ich halte die Psychohygiene und ein gutes Team im ASD für ausschlaggebend dafür, ob man den Job gut und längere Zeit machen kann. Der Rückhalt aus dem Team ist für mich und die inhaltliche Arbeit enorm wichtig.“



Abbildung A6

Weitere Implikationen durch Canva
(2025) generiert

Beispiel Teamtag

Floß-Bau



Abbildungsverzeichnis Anhang

Abbildung A1	Geschlecht.....	I
Abbildung A2	Beschäftigungsdauer.....	I
Abbildung A3	Altersverteilung.....	I
Abbildung A4	Mediationsmodell.....	II
Abbildung A5	Herausforderungen des ASD durch Canva (2025) generiert.....	V
Abbildung A6	Weitere Implikationen durch Canva (2025) generiert.....	VI