

Gesundheit und Arbeitsbedingungen von Fachkräften der Sozialen Arbeit – eine Trendstudie

Befunde der THWS-Gesundheitsstudie 2019/20 und 2024/25 zu Burnout, Supervision, betrieblicher Gesundheitsförderung und Coaching/Psychotherapie

Prof. Dr. Tanja Mühling · Technische Hochschule Würzburg-Schweinfurt (THWS), Fakultät Angewandte Sozialwissenschaften · tanja.muehling@thws.de

Hintergrund

Soziale Arbeit ist Interaktionsarbeit unter widersprüchlichen Anforderungen (Tripel-Mandat), häufig mit atypischen Arbeitszeiten. Hinzu kommen Fachkräftemangel, wachsender Verwaltungsaufwand und eine zunehmende Stigmatisierung der Adressat:innen.

Burnout und physische Gesundheit hängen bei Sozialarbeitenden signifikant zusammen (Kim et al. 2011). Bis 2019 stützten sich Studien meist auf kleine oder spezielle Stichproben; Vergleiche zwischen Handlungsfeldern fehlten.

Methode

- **Trendstudie:** zwei Online-Querschnittsbefragungen mit weitgehend identischem Fragebogen
- **WiSe 2019/20** (unmittelbar vor Corona): n = 1.273
• **WiSe 2024/25:** n = 1.298
- Fachkräfte der Sozialen Arbeit in Deutschland, alle Bundesländer und Handlungsfelder; non-probabilistische Stichprobe
- Burnout: Dimensionen *berufliche Erschöpfung* (9 Items) und *Depersonalisation* (5 Items) des Maslach Burnout Inventory, Skala 0–6

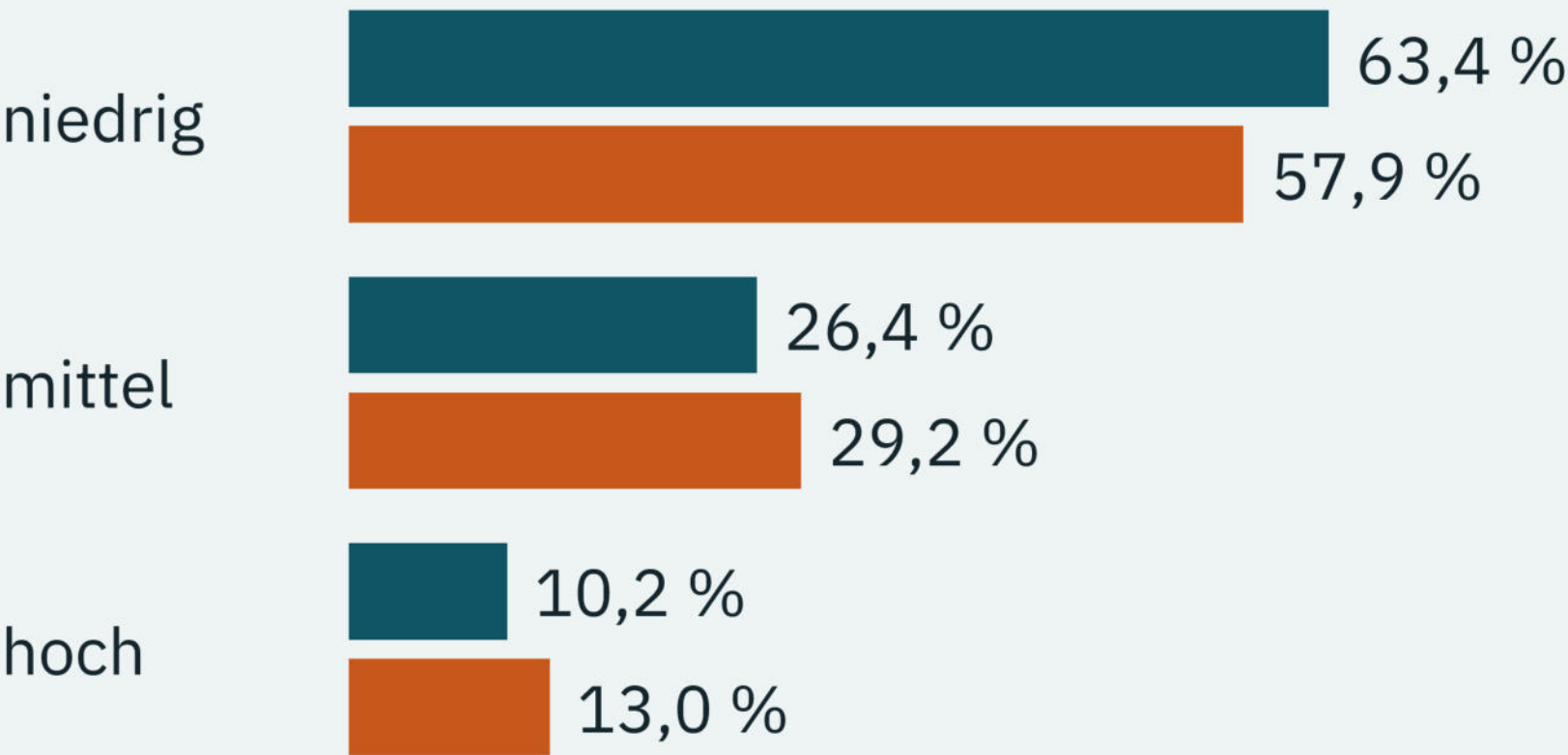
Fragestellungen

- Wie haben sich Burnout-Risiken zwischen 2019/20 und 2024/25 verändert – und welche Gruppen sind besonders betroffen?
- Wie verbreitet sind Supervision und betriebliche Gesundheitsförderung?
- Wie viele Fachkräfte nutzen privat Coaching oder Psychotherapie – oder suchen danach?

01 Burnout-Risiken sind im Fünf-Jahres-Vergleich gestiegen

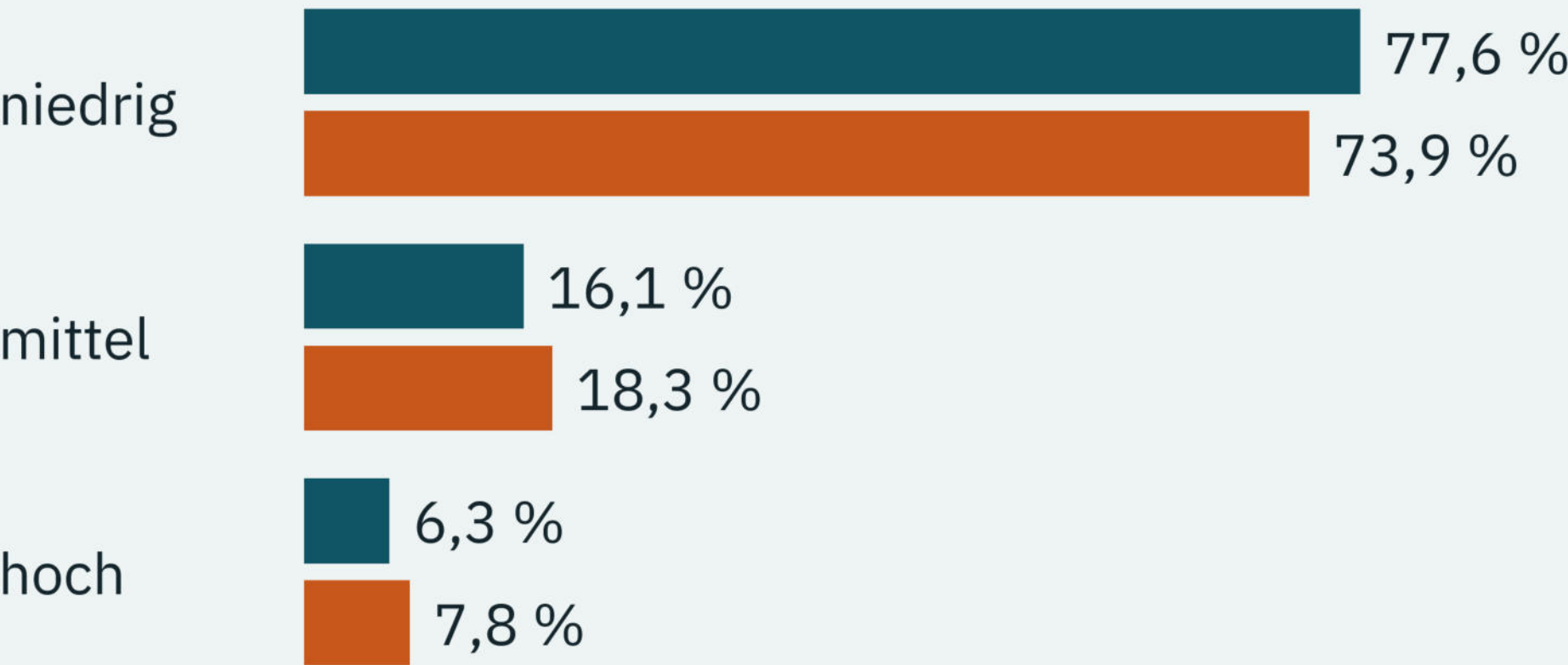
2019/20 (n = 1.273) 2024/25 (n = 1.298)

Grad der beruflichen Erschöpfung



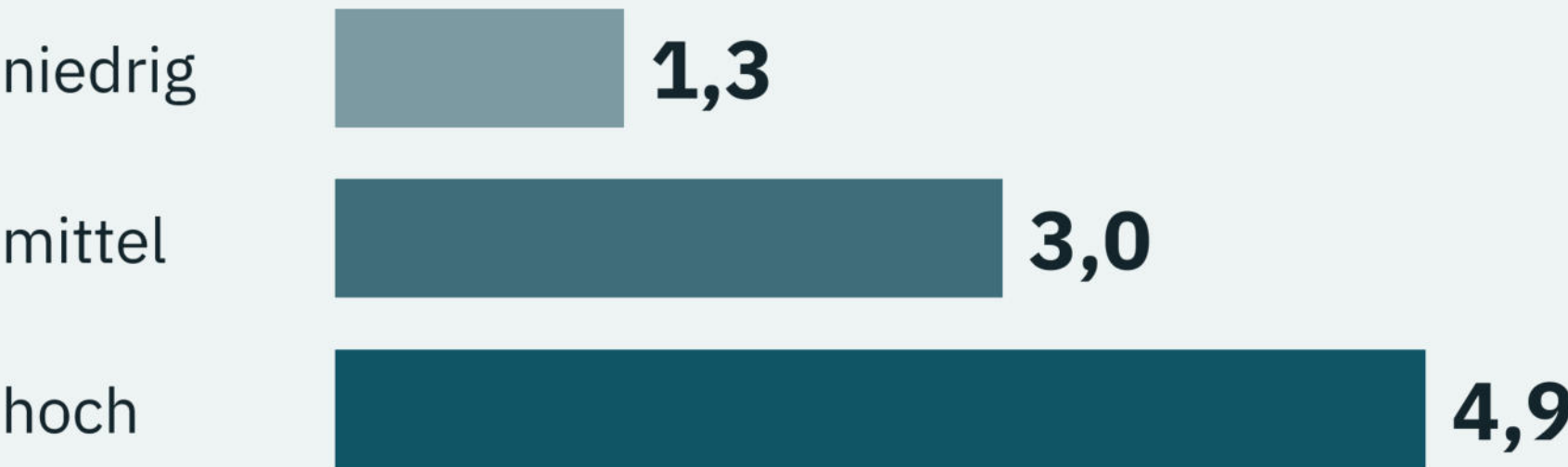
Quelle: THWS-Gesundheitsstudie 2019/20, 2024/25

Grad der Depersonalisation



Quelle: THWS-Gesundheitsstudie 2019/20, 2024/25

Ø Anzahl erheblicher oder starker Gesundheitsprobleme nach Grad der Erschöpfung (2024/25)



Quelle: THWS-Gesundheitsstudie 2024/25

37 % → 42 %

Anteil mit **mittlerer oder hoher** beruflicher Erschöpfung (knapp 37 % 2019/20; über 42 % 2024/25)

49 %

der Fachkräfte **unter 30 Jahren** weisen mittlere oder hohe berufliche Erschöpfung auf

- Nicht abbaubare Überstunden und Präsentismus erhöhen das Burnout-Risiko.
- Vollzeitnahe Beschäftigung geht mit höheren Burnout-Scores einher als ≤ 30 Wochenstunden.
- Mit der Erschöpfung sinkt die Zufriedenheit in allen Lebensbereichen; Rauchen und Alkoholkonsum nehmen zu.

02 Supervision und betriebliche Gesundheitsförderung

Träger und Einrichtungen bieten 2024/25 zu höheren Anteilen regelmäßige Supervision und Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung an als 2019/20.

Anteil der Fachkräfte mit regelmäßiger Supervision



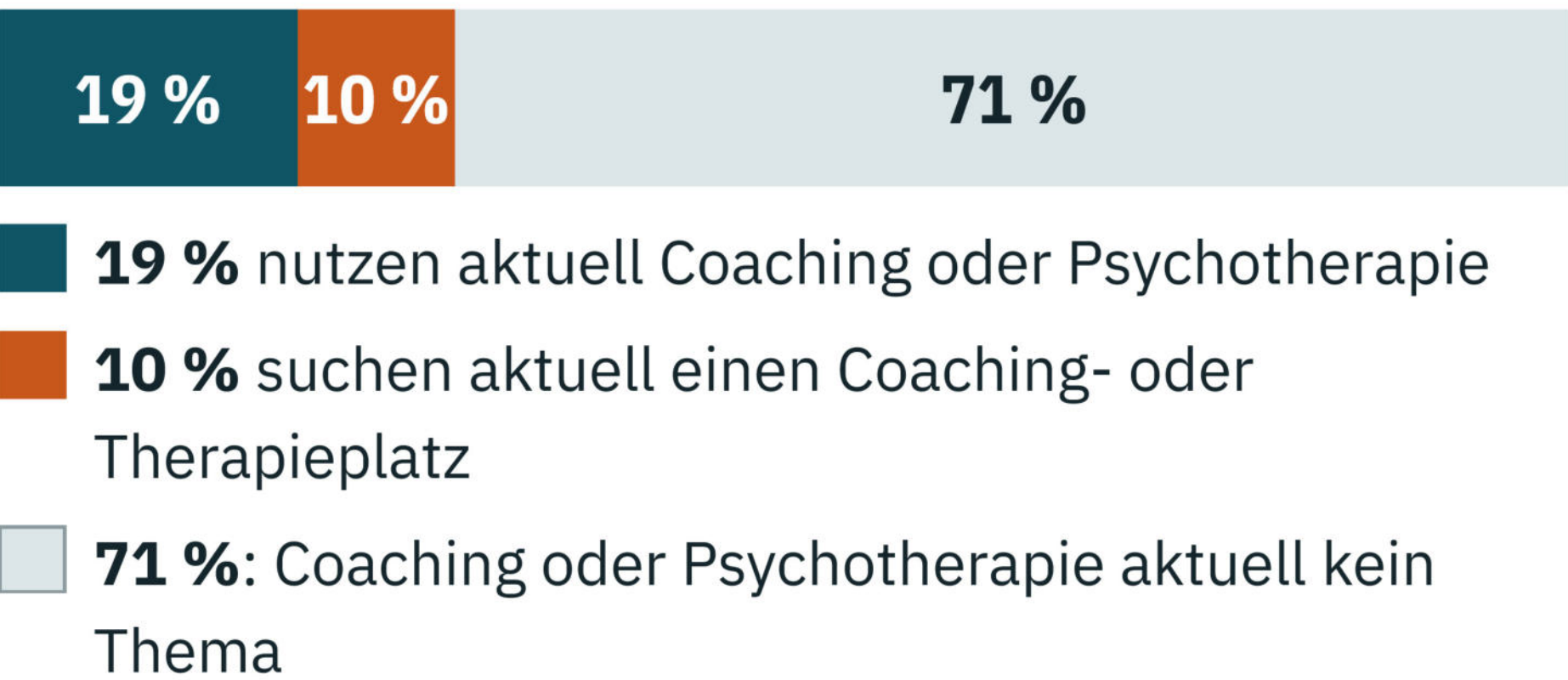
Quelle: THWS-Gesundheitsstudie 2019/20, 2024/25

28 % der Fachkräfte profitieren von **keinerlei betrieblicher Gesundheitsförderung** – etwa Förderung von Gesundheitskursen, Angeboten zu „Selbstfürsorge“ oder „Stressmanagement“, ergonomischen Arbeitsbedingungen.

03 Privates Coaching und Psychotherapie

Ein erheblicher Teil der Fachkräfte sucht außerhalb des Arbeitsplatzes professionelle Unterstützung (2024/25).

Privates Coaching oder Psychotherapie, 2024/25



Quelle: THWS-Gesundheitsstudie 2024/25

Wer auf einen Coaching- oder Therapieplatz **wartet**, ist besonders häufig von **hoher beruflicher Erschöpfung** betroffen – ein Hinweis auf eine Versorgungslücke.

04 Ausgewählte Quellen

Drüge, M. / Schleider, K. (2016): Psychosoziale Belastungen und Beanspruchungsfolgen bei Fachkräften der Sozialen Arbeit und Lehrkräften. In: Soziale Passagen 8(2), S. 293–310.

Kahl, Y. / Bauknecht, J. (2023): Psychische und emotionale Erschöpfung von Fachkräften der Sozialen Arbeit. Entwicklung, Ausmass und die Rolle von Belastungs- und Resilienzfaktoren. In: Soziale Passagen 15, S. 213–232.

Kim, H. / Ji, J. / Kao, D. (2011): Burnout and Physical Health among Social Workers: A Three-Year Longitudinal Study. In: Social Work 56(3), pp. 258–268.

Liel, K. / Mühling, T. (2026): Wenn Beziehungsarbeit belastet: Gesundheit und Selbstfürsorge von Suchtfachpersonen. In: SuchtMagazin 01/2026 (52), S. 28–34.

Mühling, T. (2021): Wie gesund sind Fachkräfte der Sozialen Arbeit? Aktuelle Studienergebnisse eines Forschungsprojektes. In: FORUM sozialarbeit + gesundheit, Ausgabe 3/2021, S. 6–9.

Mühling, T. / Engelbrecht, J. (2020): Ausgewählte Studienergebnisse zur Gesundheit von Fachkräften der Sozialen Arbeit. In: Verein für sozialpädagogische Jugendbetreuung (vsj e. V.) (Hrsg.): Und wer hilft den Helfern? Mitarbeiter*innen- und Selbstfürsorge in der Jugendhilfe. Nürnberg, S. 11–15.