

Im Spannungsverhältnis zwischen Nähe und Distanz

zur Auswirkung auf das psychische Belastungserleben der Fachkräfte in der sozialpädagogischen Familienbegleitung

Modul 382 - Bachelorarbeit

Lara Gamma

Hochschule Luzern – Soziale Arbeit

Sozialpädagogik BB 21-2

lara.gamma@stud.hslu.ch

Begleitperson: Prof. Dr. Sven Huber

Eingereicht am: 11.08.2025

Bachelor-Arbeit

Ausbildungsgang Sozialpädagogik
Kurs BB 21-2

Lara Gamma

Im Spannungsverhältnis zwischen Nähe und Distanz

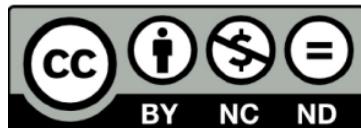
**zur Auswirkung auf das psychische Belastungserleben der Fachkräfte
in der sozialpädagogischen Familienbegleitung**

Diese Arbeit wurde am **11. August 2025** an der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit eingereicht. Für die inhaltliche Richtigkeit und Vollständigkeit wird durch die Hochschule Luzern keine Haftung übernommen.

Studierende räumen der Hochschule Luzern Verwendungs- und Verwertungsrechte an ihren im Rahmen des Studiums verfassten Arbeiten ein. Das Verwendungs- und Verwertungsrecht der Studierenden an ihren Arbeiten bleibt gewahrt (Art. 34 der Studienordnung).

Studentische Arbeiten der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit werden unter einer Creative Commons Lizenz im Repository veröffentlicht und sind frei zugänglich.

**Originaldokument gespeichert auf LARA – Lucerne Open Access Repository and Archive
der Zentral- und Hochschulbibliothek Luzern**



Urheberrechtlicher Hinweis:

**Dieses Werk ist unter einem Creative Commons Namensnennung-Keine kommerzielle Nutzung-
Keine Bearbeitung 3.0 Schweiz (CC BY-NC-ND 3.0 CH) Lizenzvertrag lizenziert.**

Um die Lizenz anzuschauen, gehen Sie bitte zu <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/ch/>

Sie dürfen:



Teilen — das Material in jedwedem Format oder Medium vervielfältigen und weiterverbreiten.

Zu den folgenden Bedingungen:



Namensnennung — Sie müssen angemessene Urheber- und Rechteangaben machen, einen Link zur Lizenz beifügen und angeben, ob Änderungen vorgenommen wurden. Diese Angaben dürfen in jeder angemessenen Art und Weise gemacht werden, allerdings nicht so, dass der Eindruck entsteht, der Lizenzgeber unterstütze gerade Sie oder Ihre Nutzung besonders.



Nicht kommerziell — Sie dürfen das Material nicht für kommerzielle Zwecke nutzen.



Keine Bearbeitungen — Wenn Sie das Material remixen, verändern oder darauf anderweitig direkt aufbauen dürfen Sie die bearbeitete Fassung des Materials nicht verbreiten.

Keine weiteren Einschränkungen — Sie dürfen keine zusätzlichen Klauseln oder technische Verfahren einsetzen, die anderen rechtlich irgendetwas untersagen, was die Lizenz erlaubt.

Jede der vorgenannten Bedingungen kann aufgehoben werden, sofern Sie die Einwilligung des Rechteinhabers dazu erhalten.

Diese Lizenz lässt die Urheberpersönlichkeitsrechte nach Schweizer Recht unberührt.
Eine ausführliche Fassung des Lizenzvertrags befindet sich unter

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/ch/legalcode.de>

Vorwort der Studiengangleitung Bachelor

Die Bachelor-Arbeit ist Bestandteil und Abschluss der beruflichen Ausbildung an der Hochschule Luzern, Soziale Arbeit. Mit dieser Arbeit zeigen die Studierenden, dass sie fähig sind, einer berufsrelevanten Fragestellung systematisch nachzugehen, Antworten zu dieser Fragestellung zu erarbeiten und die eigenen Einsichten klar darzulegen. Das während der Ausbildung erworbene Wissen setzen sie so in Konsequenzen und Schlussfolgerungen für die eigene berufliche Praxis um.

Die Bachelor-Arbeit wird in Einzel- oder Gruppenarbeit parallel zum Unterricht im Zeitraum von mehreren Monaten geschrieben. Gruppendynamische Aspekte, Eigenverantwortung, Auseinandersetzung mit formalen und konkret-subjektiven Ansprüchen und Standpunkten sowie die Behauptung in stark belasteten Situationen gehören also zum Kontext der Arbeit.

Von einer gefestigten Berufsidentität aus sind die neuen Fachleute fähig, soziale Probleme und Entwicklungspotenziale als ihren Gegenstand zu beurteilen und zu bewerten. Denken und Handeln in Sozialer Arbeit ist vernetztes, ganzheitliches Denken und präzises, konkretes Handeln. Es liegt daher nahe, dass die Diplomand_innen ihre Themen von verschiedenen Seiten beleuchten und betrachten, den eigenen Standpunkt klären und Stellung beziehen sowie auf der Handlungsebene Lösungsvorschläge oder Postulate formulieren.

Ihre Bachelor-Arbeit ist somit ein wichtiger Fachbeitrag an die breite thematische Entwicklung der professionellen Sozialen Arbeit im Spannungsfeld von Praxis und Wissenschaft. In diesem Sinne wünschen wir, dass die zukünftigen Fachleute der Sozialen Arbeit mit ihrem Beitrag auf fachliches Echo stossen und ihre Anregungen und Impulse von den Fachkreisen aufgenommen werden.

Luzern, im August 2025

Hochschule Luzern, Soziale Arbeit
Studiengangleitung Bachelor Soziale Arbeit

Abstract

Die vorliegende Bachelorarbeit «Im Spannungsverhältnis zwischen Nähe und Distanz – zur Auswirkung auf das psychische Belastungserleben der Fachkräfte in der sozialpädagogischen Familienbegleitung» von Lara Gamma greift auf, dass Nähe und Distanz besonders in der sozialpädagogischen Familienbegleitung (SPF) aufgrund des aufsuchenden Settings ein Spannungsfeld darstellen. Ist die Balance zwischen Nähe und Distanz unausgeglichen, können Handlungsunfähigkeit und Gesundheitsgefährdung resultieren. Daher untersucht die vorliegende Arbeit, wie Fachkräfte der SPF das Spannungsfeld von Nähe und Distanz in Bezug auf ihr subjektives psychisches Belastungserleben erleben. Um die Forschungsfrage zu beantworten, wurden mit vier Fachpersonen der SPF problemzentrierte Interviews durchgeführt und die Daten anhand einer inhaltlich strukturierenden qualitativen Inhaltsanalyse ausgewertet. Die Ergebnisse zeigten eine individuelle Wahrnehmung von Belastungen sowie Beanspruchungen und deuten auf Fehlbelastungen sowie -beanspruchungen seitens der Fachpersonen hin. Als übergeordnete Belastungen zeichneten sich persönliche Grenzen, strukturelle Ohnmacht, Themen der Familie, Verantwortung und Kindeswohlgefährdungen ab, welche sich positiv oder beeinträchtigend sowie auf das Berufs- und Privatleben auswirken können. Aus den Ergebnissen lassen sich mit der Diskussion der Theorie Schlussfolgerungen für die SPF Praxis ableiten. Diese lauten unter anderem institutionelle Verfügbarkeit von Reflexionsräumen und sozialer Unterstützung, Selbstdürsorge, bewusste Rollen- und Beziehungsgestaltung, klare Trennung von Privatem und Beruf sowie institutionelle Massnahmen zur Verantwortungsteilung.

Dank

An dieser Stelle möchte ich mich bei allen bedanken, die mich bei der Erarbeitung der vorliegenden Bachelorarbeit unterstützt haben. Als Erstes geht ein besonderer Dank an die interviewten Fachkräfte der sozialpädagogischen Familienbegleitung und deren Organisationen, welche die Interviews ermöglicht haben. Dank ihrer Offenheit und Bereitschaft, an den Interviews teilzunehmen, haben sie einen grossen Teil dazu beigetragen, wichtige Forschungserkenntnisse zu gewinnen, die den Kern der Bachelorarbeit bilden.

Zudem möchte ich mich bei Prof. Dr. Sven Huber für die kompetente und wertvolle fachliche Begleitung während des Erarbeitens der Bachelorarbeit bedanken. Ein weiterer Dank verdient Prof. Dr. Marius Metzger für das anregende Fachpoolgespräch, welches meine Perspektive erweiterte.

Ein herzliches Dankeschön geht zudem an die Personen, welche die vorliegende Arbeit sorgfältig Korrektur gelesen und inhaltliche Inputs beigesteuert haben. Abschliessend möchte ich mich bei meinem privaten Umfeld, besonders bei meinem Freund, meinen Freundinnen und meiner Familie, für die emotionale Unterstützung bedanken.

Inhaltsverzeichnis

Abstract	IV
Dank	V
Inhaltsverzeichnis.....	VI
Abbildungsverzeichnis.....	IX
Tabellenverzeichnis	IX
Abkürzungsverzeichnis.....	X
1 Einleitung	1
1.1 Ausgangslage und Problemstellung.....	1
1.2 Fragestellungen und Zielsetzung	2
1.3 Berufsrelevanz für die Soziale Arbeit.....	3
1.4 Adressat*innen und Abgrenzung.....	4
1.5 Aufbau der Arbeit	5
2 Nähe und Distanz in der sozialpädagogischen Familienbegleitung	6
2.1 Sozialpädagogische Familienbegleitung	6
2.1.1 Phasen und Ziele	6
2.1.2 Indikation.....	7
2.1.3 Handlungs- und Arbeitsprinzipien.....	9
2.1.4 Wirkung und Wirkfaktoren.....	9
2.1.5 Spannungsfelder.....	11
2.2 Nähe und Distanz.....	12
2.2.1 Begriffe Nähe und Distanz in der Sozialen Arbeit.....	12
2.2.2 Beziehung	14
2.2.3 Grenzen und Rollen	15
2.3 Bedeutung der Nähe und Distanz in der SPF	16
2.3.1 Das Spannungsfeld	16
2.3.2 Chancen und Risiken von Interventionen im Lebensfeld	17

2.3.3	Persönliche Beziehung und Rollengestaltung.....	18
2.3.4	Zu wenig Nähe und Verlust von Distanz.....	19
2.3.5	Balanceverhältnis zwischen Nähe und Distanz	20
2.4	Fazit.....	21
3	Belastungen.....	22
3.1	Begriff psychische Belastung und Beanspruchung	22
3.2	Belastungs-Beanspruchungs-Modell	22
3.2.1	Psychische Belastung.....	23
3.2.2	Persönliche Ressourcen.....	24
3.2.3	Beanspruchungen.....	24
3.3	Anforderungs-Tätigkeitsspielraum-Modell	25
3.4	Schutz vor Beanspruchungsfolgen.....	26
3.4.1	Resilienz.....	27
3.4.2	Selbstfürsorge	27
3.5	Belastungen in der Sozialen Arbeit.....	29
3.5.1	Belastungen Helfer*innen	29
3.5.2	Belastungsfaktoren in der Jugendhilfe	30
3.5.3	Psychische Belastungen der (Sozial-) Pädagogik	32
3.6	Belastungen in der SPF	33
3.7	Fazit.....	34
4	Forschungsdesign	35
4.1	Forschungsfrage.....	35
4.2	Forschungsmethode	35
4.3	Sampling	37
4.4	Datenerhebung	38
4.5	Datenaufbereitung.....	38
4.6	Datenauswertung	39
4.7	Limitierung der Forschungsanlage.....	41

5	Darstellung der Forschungsergebnisse	43
5.1	Nähe und Distanz.....	43
5.2	Einflussfaktoren auf Nähe und Distanz.....	47
5.3	Psychische Belastungen in der Nähe und Distanz.....	49
5.4	Beanspruchung	53
5.5	Bewältigungsstrategien.....	55
6	Diskussion der Forschungsergebnisse.....	60
6.1	Nähe und Distanz.....	60
6.2	Einflussfaktoren auf Nähe und Distanz.....	61
6.3	Psychische Belastungen in der Nähe und Distanz.....	62
6.4	Beanspruchung	64
6.5	Bewältigungsstrategien.....	65
7	Schlussfolgerung	68
7.1	Fazit – Beantwortung der Fragestellungen	68
7.2	Schlussfolgerungen für die SPF Praxis.....	71
7.3	Ausblick.....	74
8	Literaturverzeichnis.....	75
9	Anhang	81
A.	Einwilligungserklärung Interview.....	81
B.	Leitfaden Problemzentriertes Interview	82
C.	Definition Kategorien und Codes.....	86
D.	Verwendung von KI-gestützten Tools	91

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Problemstellungen SPF 2023	8
Abbildung 2: Wirkheuristik SPF.....	11
Abbildung 3: Kontinuum von Nähe und Distanz	13
Abbildung 4: Belastungs-Beanspruchungs-Modell	23
Abbildung 5: Job Demand Control Model.....	26
Abbildung 6: Belastungsfaktoren in der Jugendhilfe.....	31
Abbildung 7: Ablauf inhaltlich strukturierende qualitative Inhaltsanalyse.....	40
Abbildung 8: Übersicht Forschungsergebnisse Hauptkategorien	43

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: psychische Beanspruchungsfolgen gemäss der DIN EN ISO 10075-1	24
Tabelle 2: Reaktionen des Individuums auf (Fehl-)Belastungen	25
Tabelle 3: Möglichkeiten zur Selbstfürsorge	28
Tabelle 4: Übersicht Belastungen Helfer*innen	30
Tabelle 5: Sampling Bachelorarbeit.....	38
Tabelle 6: Transkriptionsregeln	39
Tabelle 7: Übersicht Hauptkategorie «Nähe und Distanz»	43
Tabelle 8: Übersicht Hauptkategorie «Einflussfaktoren auf Nähe und Distanz».....	47
Tabelle 9: Übersicht Hauptkategorie «psychische Belastungen in der Nähe und Distanz»	50
Tabelle 10: Übersicht Hauptkategorie «Beanspruchung».....	53
Tabelle 11: Übersicht Hauptkategorie «Bewältigungsstrategien»	55

Abkürzungsverzeichnis

Abs.	Absatz
Art.	Artikel
B. Sc.	Bachelor of Science
DIN	Deutsches Institut für Normung e.V.
JDC	Job Demand Control Model
PZI	Problemzentriertes Interview
SPF	Sozialpädagogische Familienbegleitung
SPFH	Sozialpädagogische Familienhilfe
vgl.	vergleiche
ZGB	Schweizerisches Zivilgesetzbuch

1 Einleitung

Die nachfolgenden Unterkapitel führen in die vorliegende Bachelorarbeit zum Thema des Spannungsverhältnisses von Nähe und Distanz in der sozialpädagogischen Familienbegleitung (SPF) und die Auswirkung auf das psychische Belastungserleben der Fachkräfte ein. Als Erstes werden die Ausgangslage und die Problemstellung dargelegt. Daraus abgeleitet folgen die Fragestellungen und die Zielsetzung sowie die Berufsrelevanz für die Soziale Arbeit. Im Anschluss wird aufgezeigt, an wen sich die Arbeit richtet, was nicht Gegenstand dieser ist und wie die Arbeit aufgebaut ist.

1.1 Ausgangslage und Problemstellung

Aufgrund verschiedenster gesellschaftlicher Veränderungen geraten Familien in der westlichen Welt immer mehr unter Druck und in Bedrängnis. Deshalb hat sich in den letzten Jahren die Angebotslandschaft zur Unterstützung belasteter Familien und dadurch die Hilfe zur Erziehung ausdifferenziert (Messmer et al., 2021, S. 9-10). Als ein aufsuchendes Angebot der Kinder- und Jugendhilfe unterstützt die SPF Familien bei verschiedensten familiären Schwierigkeiten (AvenirSocial & Fachverband Sozialpädagogische Familienbegleitung [SPF] Schweiz, 2017, S. 2). Die Problemlagen der Familien sind dabei sehr divers und in jedem Fall einzigartig (Messmer et al., 2021, S. 9). In Deutschland hat die Beanspruchung der sozialpädagogischen Familienhilfe (SPFH) zwischen 2008 und 2016 um rund 40 % zugenommen (Fendrich, Pothmann & Tabel, 2018; zit. in Messmer et al., 2021, S. 10). Schweizweit fehlen solche Statistiken zur Inanspruchnahme der SPF. Trotzdem kann angenommen werden, dass die Zahlen mit Deutschland vergleichbar sind (Messmer et al., 2021, S. 10). Wie Messmer et al. (2021) betonen, gibt es in der Deutschschweiz wenig empirische Daten sowie Wissen zur Praxis der SPF (S. 18-20). Diese Fakten verdeutlichen das Wachstum dieses Berufsfeldes und somit die Wichtigkeit, sich dem mit dieser Bachelorarbeit zu widmen.

In Deutschland zeigt eine Studie von Frindt, dass es in der SPFH unterschiedliche Spannungsfelder gibt, besonders das der Nähe und Distanz (Frindt, 2009; zit. in Messmer et al., 2021, S. 20). Auch gemäss Petko (2019) gilt «Nähe und Distanz als besonderes Problem der Sozialpädagogischen Familienhilfe» (S. 189). Gemäss Zito und Martin (2021) bilden Nähe und Distanz in sozialen Berufen ein allgegenwärtiges Spannungsfeld. Sei dies in der Beziehung zur Klientel, gegenüber der Aufgabe im Job oder dem Beruf selbst. In diesen Berufsfeldern wird die Beziehung professionell und gezielt gestaltet, wodurch einer «professionellen Beziehungsarbeit» nachgegangen wird. Um eine gelingende professionelle, aber gleichzeitig auch authentische

Beziehung zur Klientel aufzubauen, muss die Fachkraft sich emotional beteiligen, echtes Interesse zeigen sowie nahbar sein (S. 58-59). Dazu ist gemäss Zito und Martin (2021) in der Beziehungsarbeit «(. .) eine emotionale Beteiligung und Engagement sinnvoll und quasi unvermeidlich» (S. 59). Trotzdem ist es für die Fachkraft eine Arbeitsstelle, mit der sie Geld verdient. Eine übermässige Beteiligung, eine fehlende Abgrenzung oder eine Überidentifikation mit dem Beruf kann die Gesundheit der Fachkräfte mit der Zeit gefährden und zum Verlust der Arbeitsfähigkeit führen. Diese zwei Pole stehen somit in einem Spannungsverhältnis, welches nicht leicht beseitig werden kann (Zito & Martin, 2021, S. 58-59). Poulsen (2009) betont die Wichtigkeit in der Sozialen Arbeit, das Gleichgewicht zwischen Nähe und Distanz zu finden, um nicht an einem Burnout zu erkranken und die Gesundheit zu gefährden (S. 14-15). Dies scheint ausserdem wichtig, da Forschungen zeigen, dass allgemein Sozialpädagog*innen einer erhöhten Gefahr ausgesetzt sind, durch Belastungen ihre psychische Gesundheit zu gefährden (Allroggen et al., 2017, S. 52).

In der verwendeten Literatur besteht eine Verbindung zwischen Nähe und Distanz und psychischer Gesundheit, insbesondere dem Burnout. Jedoch fehlt bisher eine Verbindung zwischen dem Thema Nähe und Distanz sowie dem psychischen Belastungserleben der Fachkräfte der SPF. Zudem mangelt es am Einbezug der subjektiven Wahrnehmung der Fachpersonen und somit an qualitativen Ergebnissen. Die vorliegende Bachelorarbeit setzt hier an. Sie soll herausarbeiten, wie die Fachkräfte der SPF das Spannungsfeld der Nähe und Distanz in Bezug auf das subjektive psychische Belastungserleben wahrnehmen und welche Schlussfolgerungen für die Praxis der SPF abgeleitet werden können.

1.2 Fragestellungen und Zielsetzung

Abgeleitet aus der Ausgangslage und der vorhandenen Forschungslücke, ergeben sich die folgenden Fragestellungen. Diese werden im Verlauf bearbeitet und abschliessend beantwortet:

1. Was für eine Bedeutung haben Nähe und Distanz in der sozialpädagogischen Familienbegleitung?
2. Welche Faktoren beeinflussen das psychische Belastungserleben der Fachkräfte der Sozialen Arbeit und spezifisch in der sozialpädagogischen Familienbegleitung?
3. Wie erleben die Fachkräfte der sozialpädagogischen Familienbegleitung das Spannungsfeld von Nähe und Distanz in Bezug auf ihr subjektives psychisches Belastungserleben?

4. Welche Schlussfolgerungen lassen sich daraus für die Praxis der Sozialen Arbeit in der sozialpädagogischen Familienbegleitung ableiten?

Die Bachelorarbeit soll aufzeigen, wie sich das Spannungsfeld der Nähe und Distanz auf das psychische Belastungserleben der sozialpädagogischen Familienbegleiter*innen auswirkt. Daraus sollen praxisnahe Schlussfolgerungen abgeleitet werden, welche helfen, die Praxis der SPF zu optimieren und die Gesundheit der sozialpädagogischen Familienbegleiter*innen zu erhalten oder zu verbessern.

1.3 Berufsrelevanz für die Soziale Arbeit

Die SPF stellt ein spezialisiertes Berufsfeld in der Sozialen Arbeit dar (AvenirSocial & Fachverband SPF Schweiz, 2017, S. 6). Im Berufskodex der Sozialen Arbeit von AvenirSocial (2010) wird festgehalten: «Soziale Arbeit hat Menschen zu begleiten, zu betreuen oder zu schützen und ihre Entwicklung zu fördern, zu sichern oder zu stabilisieren» (S. 7). Doch was ist, wenn die Fachkraft durch ihre Tätigkeit selbst an die Grenzen stösst und dadurch grosse psychische Belastungen erlebt? Wie bereits in der Ausgangslage beschrieben, können die Klientel bei den Fachpersonen, wie zum Beispiel bei Sozialpädagog*innen oder Sozialarbeiter*innen, Spuren hinterlassen. Diese können positiv sein, wie bspw. Zufriedenheit oder Sinnerfüllung, als auch negativ, wie zum Beispiel Erschöpfung (Fengler, 1998, S. 13).

In den Handlungsmaximen des Berufskodex der Sozialen Arbeit wird der Wert der Fachkräfte und deren Wechselwirkung auf die Klientel folgend betont: «Die Professionellen der Sozialen Arbeit respektieren stets den Wert und die Würde ihrer eigenen Person, um so auch anderen gegenüber mit demselben Respekt begegnen zu können» (AvenirSocial, 2010, S. 12). Das Zitat verdeutlicht, dass die Fachkräfte der Sozialen Arbeit auch auf sich selbst achten müssen.

Zudem sind die Fachkräfte der Sozialen Arbeit verpflichtet, sich in den Organisationen, in denen sie arbeiten, für Arbeitsverhältnisse einzusetzen, welche die eigene Gesundheit schützen (AvenirSocial, 2010, S. 14). Laut Liel (2021) sind dabei institutionellen Rahmenbedingungen genauso wichtig und die Gesundheit der Fachpersonen nicht nur deren eigene Verantwortung (S. 259-260). Dies ist zentral, da gemäss Allroggen et al. (2017), die Fachkräfte der Sozialpädagogik einer erhöhten Gefahr ausgesetzt sind, psychische Belastungen in ihrer beruflichen Tätigkeit zu erleben. Somit kann auf Dauer die Attraktivität des Berufsfeldes abnehmen, da die psychischen Belastungen sich negativ auf die psychische Gesundheit der Mitarbeiter*innen auswirken können (S. 52).

Wie die Fachkräftestudie im Sozialbereich von 2024 zeigt, ist die momentane Situation der Fachkräfte bereits angespannt. Es wird davon ausgegangen, dass sich diese in den nächsten Jahren zusitzt. Gemäss der Studie ist es immer schwieriger, Fachkräfte zu finden. Das Hauptproblem stellt jedoch die langfristige Bindung der Fachkräfte an die Institution dar. Die Fluktuationsrate ist im Vergleich zu anderen Branchen hoch. Ein Drittel verlässt den Beruf ganz. Die Arbeitsbedingungen, die Arbeitsbelastungen, eine Neuorientierung oder nicht gedeckte Erwartungen zählen zu den meistgenannten Ursachen der Fluktuation (Amberg et al., 2025, S. 8). Aufgrund des drohenden Fachkräftemangels scheint es für die Praxis umso wichtiger, dass die Fachkräfte der SPF den Balanceakt zwischen Nähe und Distanz meistern. Nur so gelingt der Umgang mit psychischen Belastungen, um gesund und den Institutionen langfristig erhalten zu bleiben. Dies unterstreicht auch Liel (2021), die betont, «(. . .) dass das Thema Gesundheit und Wohlbefinden von Sozialarbeitenden mehr Aufmerksamkeit verdient» (S. 259). Weiter schreibt AvenirSocial (2010) im Berufskodex, «Auseinandersetzungen mit Dilemmata und Spannungsfeldern sind unvermeidlich und notwendig (. . .)» (S. 8). Diese Begründung unterstreicht die Relevanz der vorliegenden Bachelorarbeit.

1.4 Adressat*innen und Abgrenzung

Die Bachelorarbeit richtet sich an die Fachpersonen der SPF und an die anbietenden Organisationen von SPF als primäre Zielgruppe. Als sekundäre Zielgruppe werden die Klient*innen der SPF angesehen, da sie indirekt von den Schlussfolgerungen der Arbeit profitieren können.

Bereits mit den Fragestellungen wird klar, dass sich die vorliegende Bachelorarbeit auf gewisse Bereiche begrenzt und von andern abgrenzt. Die Bachelorarbeit konzentriert sich auf die SPF und somit auf ein aufsuchendes Angebot. Dabei grenzt sie sich von der stationären Kinder- und Jugendhilfe ab. Im Forschungsteil werden nur Fachpersonen der Sozialen Arbeit befragt, welche aktuell im Handlungsfeld der SPF tätig sind. Quereinsteiger*innen sind nicht Teil der Datenerhebung, da eine fachliche Perspektive abgebildet werden soll. Ausserdem fokussiert sich die Arbeit auf emotionale Nähe und Distanz und grenzt sich dabei von der räumlichen/physischen Nähe und Distanz ab.

1.5 Aufbau der Arbeit

Das erste Kapitel leitet die vorliegende Bachelorarbeit mit der Darlegung der Ausgangslage und Problemstellung ein. Zudem werden darin die Fragestellungen und Zielsetzung, die Berufsrelevanz für die Soziale Arbeit sowie, die Zielgruppen und Abgrenzung behandelt.

Im zweiten Kapitel werden zunächst die SPF sowie Nähe und Distanz erläutert. Anschliessend werden die beiden Themen miteinander verbunden, wodurch die Bedeutung der Nähe und Distanz in der SPF aufgegriffen und die erste Fragestellung beantwortet wird.

Im dritten Kapitel werden die Begriffe Belastung und Beanspruchung präzisiert und zwei spezifische Modelle, welche im Zusammenhang mit Belastungen stehen, ausgeführt. Im Anschluss werden unterschiedliche Belastungsfaktoren in der Sozialen Arbeit und spezifischer in der SPF aufgegriffen, womit die zweite Fragestellung beantwortet wird.

Da es sich in der vorliegenden Arbeit um eine Forschungsarbeit handelt, widmet sich das vierte Kapitel dem Forschungsdesign. Im fünften und sechsten Kapitel werden die Forschungsergebnisse dargelegt, mit dem theoretischen Teil diskutiert und somit die dritte Fragestellung, die Forschungsfrage, beantwortet.

Die Bachelorarbeit wird mit dem siebten Kapitel, dem Fazit und den Schlussfolgerungen für die Praxis, abgerundet. Somit wird die vierte Fragestellung beantwortet und die Arbeit mit einem Ausblick abgeschlossen.

2 Nähe und Distanz in der sozialpädagogischen Familienbegleitung

Um die erste Frage der Bachelorarbeit zu beantworten, werden in den nachstehenden Unterkapiteln die SPF und das Thema der Nähe und Distanz genauer beleuchtet. Zum Schluss des Kapitels wird das Spannungsfeld der Nähe und Distanz in der SPF aufgegriffen.

2.1 Sozialpädagogische Familienbegleitung

Die SPF stellt in der Schweiz ein aufsuchendes Angebot der Kinder- und Jugendhilfe dar, bei dem die Fachkraft die Familie zu Hause begleitet und unterstützt (AvenirSocial & Fachverband SPF Schweiz, 2017, S. 2-4; Petko, 2004, S. 17). Die SPF gehört dabei zur «Hilfe zur Erziehung» (Metzger, 2019). In Deutschland wird, im Gegensatz zur Schweiz, von der SPFH gesprochen, weil der Begriff «Familienhilfe» in der Schweiz schon durch Hilfen im Haushalt und der Landwirtschaft verwendet wird. Trotz wenigen Unterschieden sind beide Angebote weitgehend vergleichbar (Petko, 2004, S. 17, 22, 24). Daher wird in der Bachelorarbeit das schweizerische Wort der SPF verwendet und dennoch auf die Literatur der SPFH zurückgegriffen.

Wie Wolf (2015) festhält, hebt sich die SPF durch folgende Charakteristika von anderer Hilfe zur Erziehung ab:

- richtet sich ans ganze Familiensystem
- findet hauptsächlich bei der Familie zu Hause statt und ist ein aufsuchendes Angebot
- bearbeitet Erziehungsthemen aber auch andere Schwierigkeiten der Familie (S. 140).

2.1.1 Phasen und Ziele

Die SPF verläuft laut Rätz et al. (2021, S. 43) und Woog (2010, S. 185) in drei Phasen. Auch wenn die Phasen unterschiedlich benannt werden, stimmen diese inhaltlich mehrheitlich überein. Daher werden die Phasen der SPF in der vorliegenden Bachelorarbeit nach Rätz et al. (2021) benannt, aber aus unterschiedlicher Literatur beschrieben (S. 43).

Die **Anfangsphase** dient dazu, die gemeinsame Zusammenarbeit vorzubereiten. Durch Beobachtungen werden Informationen über die Familie gewonnen. Weiter steht der Aufbau einer Arbeitsbeziehung, Vertrauensaufbau und das Kennenlernen im Fokus. Diese Grundlage ist unabdingbar für die Zusammenarbeit. Der intensive Arbeitsprozess beginnt in der

Gestaltungsphase. Hier werden konkrete Anliegen aufgegriffen, Lernen ermöglicht und Interessen geweckt. Gegenseitigkeit und Grenzsetzung für die Balance von Nähe und Distanz spielen eine wichtige Rolle. Zudem sollen Erfahrungsräume eröffnet und Konflikte bearbeitet werden. Ziel ist es, die Lebenssituation zu verbessern und persönliche Ziele zu erreichen oder neu zu definieren. Die stetige Reduktion sowie Ablösung vom Hilfesystem und der SPF geschieht in der **Schluss-/Stabilisierungsphase**. Hier geht es darum, Gelerntes zu festigen und zu sichern (Rätz et al., 2021, S. 43; Woog, 2010, S. 185-186).

Über die Ziele der SPF schreiben AvenirSocial und der Fachverband SPF Schweiz (2017) im Leitbild: «Das oberste Ziel der SPF ist die Gewährleistung und Förderung des Kindeswohls» (S. 3). Eltern oder alternative Erziehungsberechtigte mit ihren Kindern und Jugendlichen stellen dabei die Zielgruppe der SPF dar. Dabei kommt deutlich hervor, dass das Kindeswohl und die Entwicklung der Kinder und Jugendlichen im Zentrum der SPF stehen. Die Familien werden darin unterstützt, vielfältige familiäre Herausforderungen zu meistern. Auf diese Weise sollen die Lebensverhältnisse der Kinder und Jugendlichen optimiert werden. Die Familie wird dafür zu Hause aufgesucht, wobei die Hilfe zeitlich begrenzt ist. Die Familienbegleiter*innen haben währenddessen die Aufgabe, die Erziehungsberechtigten zu stärken und ermächtigen, damit die Lebensführung und Erziehung gelingen. Zudem werden die Kinder und Jugendlichen gefördert und ein konstruktiver Umgang mit Konflikten in der Familie gestärkt. Weiter wird versucht, die notwendige Vernetzung und den Zugang zu Ressourcen innerhalb der Lebenswelt zu erschliessen. Durch Hilfe zur Selbsthilfe werden die Familien befähigt sowie die eigene Verantwortung und Kompetenzen ausgebaut (AvenirSocial & Fachverband SPF Schweiz, 2017, S. 2-4).

2.1.2 Indikation

Wie in der Ausgangslage erwähnt, gibt es keine schweizweiten Statistiken zur Inanspruchnahme der SPF (Messmer et al., 2021, S. 10). Allerdings erhebt der Fachverband Sozialpädagogische Familienbegleitung Schweiz (o. J.-b) seit 2011 jährlich Daten zur Arbeit in der SPF, welche einige Anhaltspunkte liefern. Im Jahr 2023 haben 34 % der Mitglieder*innen des Fachverbands Daten eingereicht (Fachverband Sozialpädagogische Familienbegleitung [SPF] Schweiz, o. J.-a, S. 1). Wie die Statistik des Fachverbands SPF Schweiz (o. J.-a) zeigt, waren die Problemstellungen im Jahr 2023 in den unterschiedlichen Familien heterogen (siehe Abbildung 1). Als häufigste Problemstellungen werden Erziehungsschwierigkeiten, gefolgt von Schul- und Ausbildungsproblemen sowie mangelnde Tages- und Alltagsstruktur aufgelistet (S. 6).

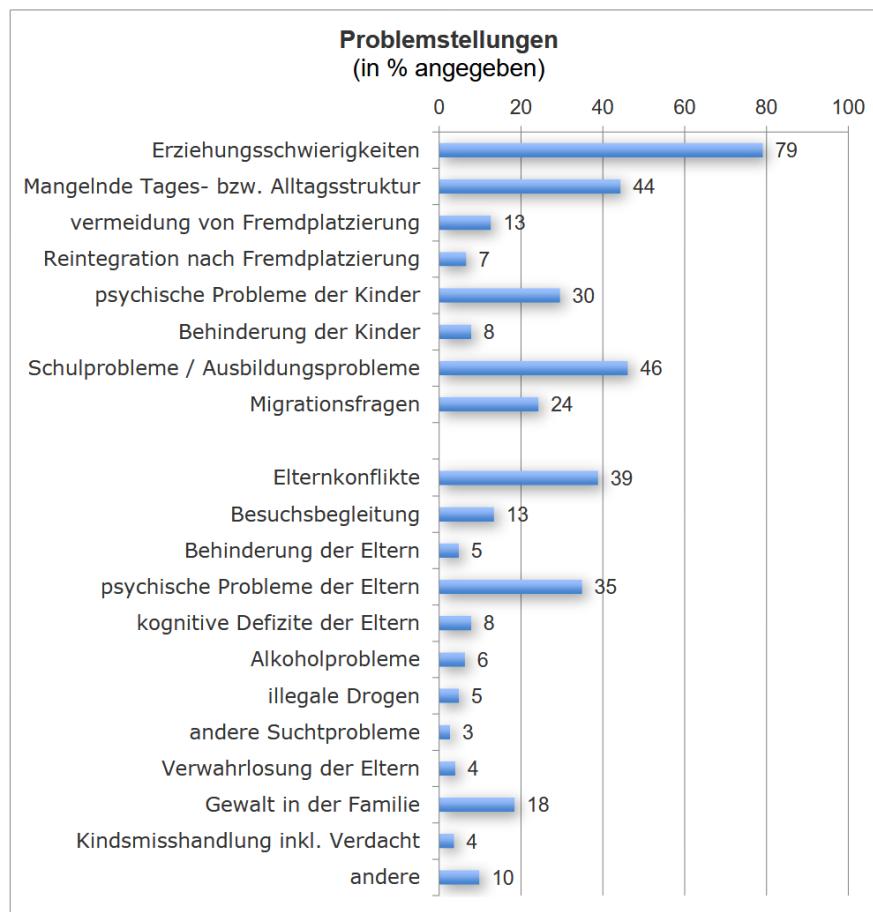


Abbildung 1: Problemstellungen SPF 2023 (Fachverband SPF Schweiz, o. J.-a, S. 6)

Für die Familien besteht die Möglichkeit, die SPF freiwillig zu nutzen. Allerdings kann sie auch durch eine Behörde oder Fachstelle angeordnet werden (Metzger, 2019). Die Anordnung erfolgt über den Kinderschutzartikels Art. 307, des Schweizerischen Zivilgesetzbuchs (ZGB) vom 10. Dezember 1907, SR 210 als eine Kinderschutzmassnahme (Petko, 2004, S. 23). Letzteres ist deutlich häufiger (Metzger, 2019).

In der Studie von Metzger und Tehrani (2021) wurden Indikationskriterien für die SPF herausgearbeitet (S. 233-236, 249-250). Diese sind gemäss Metzger und Tehrani (2021):

- Kooperationsbereitschaft
- Entwicklungspotential
- Stabilisierte familiäre Problematiken
- Herstellbare Passung
- Geklärter Veränderungsauftrag
- Integration ins Helfersystem
- Gesicherte Finanzierung
- Qualität SPF (S. 237-245).

Das Indikationskriterium der Passung wird aufgrund der Relevanz für die vorliegende Arbeit weiter ausgeführt: Die Passung muss auf unterschiedlichen Ebenen, wie der kulturellen, organisatorischen aber auch der persönlichen Ebene zwischen der Familie und der Familienbegleiter*innen hergestellt werden. Die persönliche Passung ist relevant, damit die Hilfe auch einen Nutzen hat (Metzger & Tehrani, 2021, S. 240-241).

2.1.3 Handlungs- und Arbeitsprinzipien

Gemäss dem Leitbild der SPF von AvenirSocial und Fachverband SPF Schweiz (2017) wird in der SPF «systemisch, partizipativ, ressourcenorientiert sowie interdisziplinär» gearbeitet (S. 4). Für die SPF stellt der Berufskodex von AvenirSocial die ethische Basis dar. Des Weiteren orientiert sich die Arbeit an den bindenden Grundsätzen des Kinderschutzes und der UNO-Kinderrechtskonvention (AvenirSocial & Fachverband SPF Schweiz, 2017, S. 6).

Metzger und Domeniconi Pfister (2016) untersuchten, nach welchen Handlungs- und Arbeitsprinzipien in der SPF gearbeitet wird. Wobei die nachfolgenden sieben übergeordneten Arbeits- und Handlungsprinzipien, die insgesamt 122 Einzelprinzipien beinhalten, ausgemacht werden konnten:

- Ressourcen- und Risikoorientierung
- Alltags- und Lebensweltnähe
- Netzwerkarbeit
- Hilfe zur Selbsthilfe
- Stabilisierung
- Strukturierte Offenheit
- Beziehungs- und Rollengestaltung (S. 1, 11, 13-14).

Damit die Qualität der Arbeit in der SPF gewährleistet ist, weisen AvenirSocial und Fachverband SPF Schweiz (2017) auf die Notwendigkeit von Supervisionen, Intervisionen sowie auf das Vier-Augen-Prinzip hin (S. 4).

2.1.4 Wirkung und Wirkfaktoren

Die Wirksamkeit der SPF konnte durchaus mit mehreren Studien nachgewiesen werden. Im Gegensatz zur SPF ist die Wirkung der SPFH aber deutlich besser untersucht (Messmer et al., 2021, S. 20-23). Wie Messmer et al. (2021) schreiben: «Jedoch wirkt sie nicht immer, nicht überall und auch nicht für alle gleich» (S. 23).

Blüml et al. (1994; zit. in Messmer et al., 2021) sehen als Wirkfaktor die Ausbildung der Familienbegleiter*innen, die professionellen Standards der Supervision sowie die Dauer der Begleitung (S. 23). Die Aus- und Weiterbildung der Fachkräfte der SPF sowie deren Berufserfahrungen werden in unterschiedlicher Literatur diskutiert. Wie AvenirSocial und Fachverband SPF Schweiz (2017) festhalten, müssen Familienbegleiter*innen einen Tertiärabschluss in Sozialer Arbeit und fürs Arbeitsfeld wichtige Weiterbildungen besitzen. Zudem ist Berufserfahrung mit Kindern, Jugendlichen und Familien gefordert (S. 6). Berufseinsteiger*innen brauchen ferner eine umfassende fachliche Begleitung (Rothe, 2017, S. 19-20). Auch eine fundierte Einarbeitung sowie viele Supervisionen sind unerlässlich (Helmig et al., 2004, S. 97). Dies ist wichtig, da besonders Berufseinsteiger*innen zu einer Überverantwortlichkeit gegenüber Kindern neigen und oftmals die Partei der Mutter sowie der Kinder ergreifen, was eine negative Entwicklung der familiären Situation begünstigen kann (Helmig et al., 2004; zit. in Euteneuer et al., 2020, S. 10).

Weiter fasste Fröhlich-Gildhoff Wirkfaktoren, für eine gelingende SPF, in einer Meta-Analyse zusammen, wie Messmer et al. (2021) darlegen (S. 22-23). Diese lauten (vgl. Fröhlich-Gildhoff et al., 2006; Wolf, 2006; Frindt, 2006; Hofer/Lienhart, 2008; zusammenfassend: Frindt, 2010; Rätz et al, 2021; zit. in Fröhlich-Gildhoff, 2024):

- Passung zwischen Familienbegleiter*in und Familie
- Aufbau einer vertrauensvollen Beziehung zwischen Familie und Familienbegleiter*in
- Berücksichtigung der Ressourcen der Familie (Ressourcenorientierung)
- Partizipation
- Kooperation zwischen der Familie und involvierten Fachkräften
- Erschliessung von Unterstützungsressourcen für die Kinder ausserhalb der Familie (S. 196- 198).

Zudem haben Messmer et al. (2019) drei Wirkdimensionen identifiziert: Beziehungsgestaltung, institutionelle Rahmung sowie Professionalität. Diese haben sie anschliessend in einer Wirkheuristik vereint und um die Dimensionen Familie sowie deren soziökonomische Umwelt erweitert (vgl. Abbildung 2). Somit können weder die Familie noch die SPF als eigenständige Systeme angesehen werden, da sie in einer Wechselwirkung zueinanderstehen. Es ist demnach nicht nur die direkte Interaktion entscheidend, sondern auch deren Rahmenbedingungen. Die Familienbegleiter*innen agieren somit nicht in einem isolierten Raum (S. 48-49; Open AI, 2025). Messmer et al. (2019) halten dazu fest: »Wirkung von SPFH kann demnach als eine Leistung des Sozialsystems ›Familie‹ aufgefasst werden, zu der Fachpersonen Beiträge leisten (...)» (S. 49).

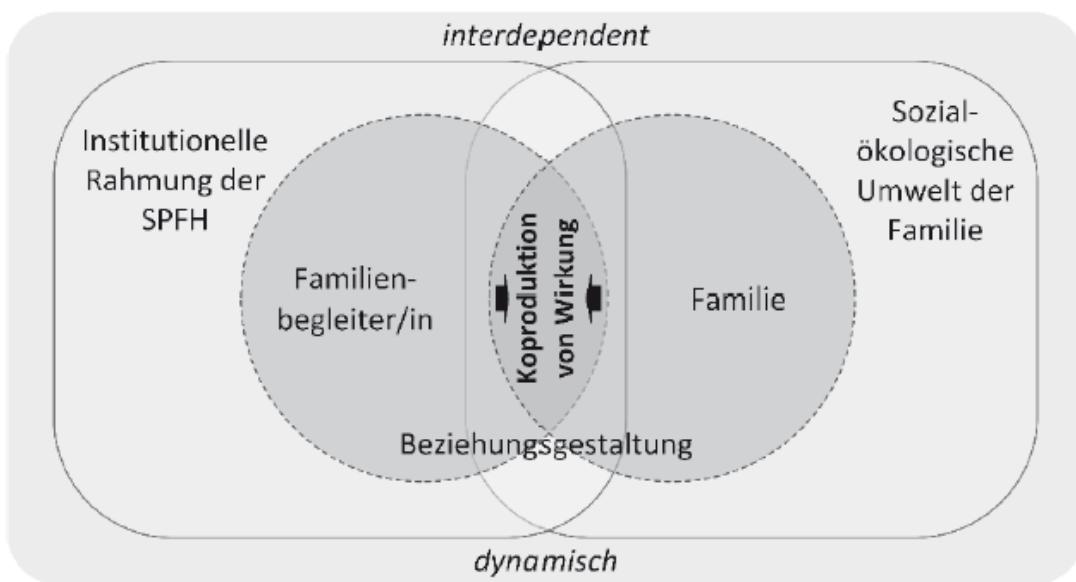


Abbildung 2: Wirkheuristik SPF (Messmer et al., 2019, S. 49)

2.1.5 Spannungsfelder

Wie in der Ausgangslage erwähnt, gibt es in der SPF mehrere Spannungsfelder. Besonders dass der Nähe und Distanz aber auch dass der Hilfe und Kontrolle (Frindt, 2009; zit. in Messmer et al., 2021, S. 20).

Hilfe und Kontrolle:

Wie Euteneur et al. (2020) festhalten, befinden sich die Familienbegleiter*innen «(. . .) in einem Spannungsverhältnis von Hilfe zur Selbsthilfe einerseits und Kontrolle im Hinblick auf die Gewährleistung des Kindeswohls durch die Familien andererseits (. . .)» (S. 2). Bei einer wahrgenommenen Kindeswohlgefährdung und wenn im Rahmen der eigenen Tätigkeit keine Abhilfe geschaffen werden kann, besteht in der SPF gemäss ZGB Art. 314d eine Meldepflicht. Gemäss Metzger und Tehrani (2021) hat die SPF konstant einen unausgesprochenen, manchmal aber auch einen ausdrücklichen Kontrollauftrag für das Kindeswohl. Dieser sollte sich jedoch auf gewisse Bereiche konzentrieren und verlangt eine transparente Kommunikation, wodurch die Familie die SPF weiterhin als Unterstützung wahrnimmt (S. 242). Dies ist gerade in der SPF im Speziellen herausfordernd, da eine vertrauensvolle Beziehung zwischen der Familienbegleiter*in und der Familie die Voraussetzung ist, damit der Zugang zum intimen Familienalltag und in die Privatheit der Familie gegeben ist (Euteneur et al., 2020, S. 2).

Nähe und Distanz:

Zum Spannungsfeld Nähe und Distanz schreibt Petko (2019): «Nähe und Distanz als besonderes Problem der Sozialpädagogischen Familienhilfe» (S. 189). Da die vorliegende Bachelorarbeit sich auf dieses eingrenzt, wird in den nachfolgenden Kapiteln genauer darauf eingegangen.

2.2 Nähe und Distanz

Nachfolgend wird Nähe und Distanz im Kontext der Sozialen Arbeit kurz aufgegriffen. Da sich die Arbeit auf die Nähe und Distanz in der SPF konzentriert, wird im Kapitel 2.3 spezifischer darauf eingegangen.

2.2.1 Begriffe Nähe und Distanz in der Sozialen Arbeit

Dörr und Müller (2019) schreiben:

Mit den Worten «Nähe» und «Distanz» steht ein Begriffspaar zur Debatte, welches metaphorisch auf Bewegung im Raum (und in der Zeit) verweist. Prozesse der Annäherung an oder Distanzierung von andere(n) Menschen sind bildhafte Vorstellungen, die sich auf gelingende oder auch misslingende Interaktionsprozesse beziehen. (S. 14)

Wie das Zitat zeigt, wird im Zusammenhang von Nähe und Distanz von Raum gesprochen. Es müssen keinesfalls nur reale soziale Räume sein, denn auch virtuelle Räume sind in der Definition inkludiert (Dörr & Müller, 2019, S. 14). Dies bestätigt auch Klatetzki (2012; zit. in Best, 2020) für die Sozialpädagogik. In der (Sozial-) Pädagogik bezieht sich Nähe und Distanz nicht ausschliesslich auf das räumliche Verhältnis. Vielmehr handelt es sich um ein zentrales Konzept des Denkens und Handelns, das die Beziehung zwischen den Fachkräften und den Klient*innen definiert (S. 35; Open AI, 2025). Schäfter (2010) hält fest: «Das Begriffspaar Nähe und Distanz wird in der Literatur zur Beschreibung der Dynamik von Beziehung verwendet» (S. 61). Der Erfolg einer pädagogischen Beziehung ist abhängig davon, wie gut Nähe und Distanz ausbalanciert werden (Thiersch, 2019, S. 48). Das Begriffspaar Nähe und Distanz bringt eine widersprüchliche Struktur mit sich, welche sich in gewöhnlichen Beziehungserfahrungen zeigt (Dörr & Müller, 2019, S. 15). Weiter verweisen Dörr und Müller (2019) auf die Subjektivität der Empfindung von Nähe und Distanz: «Es geht nicht um Nähe und Distanz an sich, sondern um ein jeweils als «richtig» empfundenes Maß von Nähe und Distanz» (S.14).

Nähe und Distanz können auf einem Kontinuum dargestellt werden, mit den beiden Polen Nähe und Distanz (siehe Abbildung 3). In Beziehungen soll der Zustand nicht statisch in der Mitte der beiden Pole liegen, sondern muss und soll stets reguliert werden. Die Extrempole sind aber zu vermeiden (Dörr & Müller, 2019, S. 15; Volmer, 2024, S. 88-89). Dörr und Müller (2019) weisen darauf hin, dass Nähe und Distanz häufig gleichzeitig relevant sind und die Balance eine Schwierigkeit darstellt (S. 15). Der immer gleiche Abstand befördert die Beziehung zu einer Bedeutungslosigkeit und kann als misslungene Beziehungsgestaltung betrachtet werden. Zudem sind körperliche und emotionale Nähe häufig miteinander verflochten und stehen mehrfach in Wechselwirkung zueinander (Volmer, 2024, S. 81-83, 89).

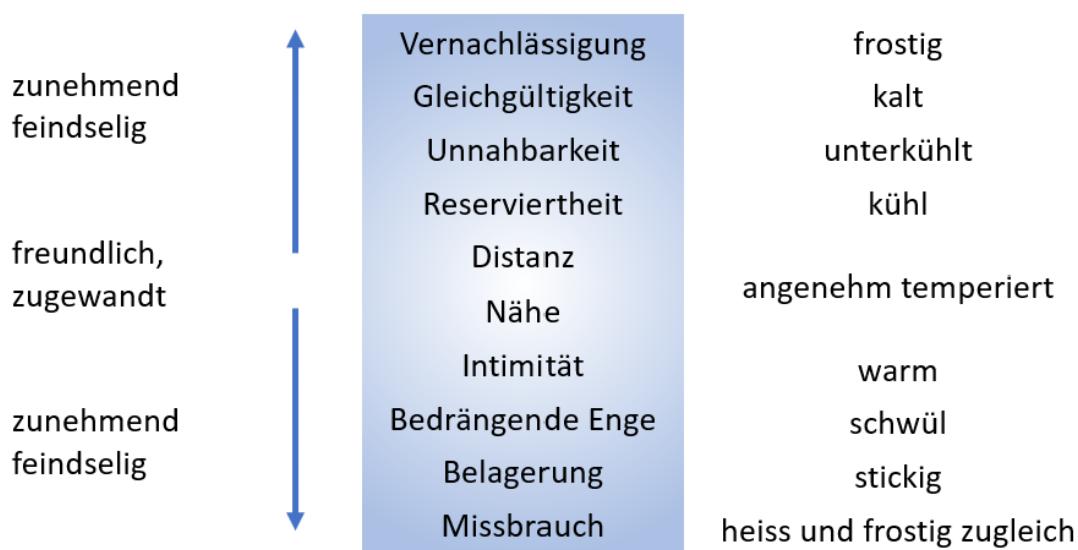


Abbildung 3: Kontinuum von Nähe und Distanz (eigene Darstellung auf der Basis von Volmer, 2024, S. 89)

In der Sozialen Arbeit ist das Thema Nähe und Distanz im Alltag omnipräsent und die Frage von Nähe und Distanz stellt ein zentraler Aspekt des «Selbstverständnis der Sozialen Arbeit» (Thiersch, 2019, S. 42) dar. Aus einer lebensweltorientierten Perspektive zeigen sich Nähe und Distanz im Alltag divers hinsichtlich Raum, Zeit und sozialen Beziehungen. So zeigt sich Nähe im Alltag durch Geborgenheit oder Verlässlichkeit, gleichzeitig Distanz durch Freiraum, Abstand oder als Chance um die Nähe zu erweitern (Thiersch, 2019, S. 45). Nähe und Distanz können nicht für sich betrachtet werden. Jede Nähe bedarf Distanz und umgekehrt (Volmer, 2024, S. 79).

Professionalität wird in der Literatur häufig mit Nähe und Distanz in Verbindung gebracht. Müller (2019) hält dazu fest: «Professionelles Handeln unterscheidet sich vom laienhaften Alltagshandeln darin, dass es fähig ist, Nähe und Distanz zu seinen Adressaten und deren Problemen auf kunstvolle Weise zu verschränken und miteinander zu vermitteln» (S. 171).

Wie auch Volmer (2024) betont, ist für gelingende soziale Beziehungen emotionale Nähe zentral und stellt «ein wichtiger Motor der Entwicklung» (S. 75) dar. Gleichzeitig braucht es, gemäss Volmer (2024) aber auch Distanz um «(...) die Eigenheit des Anderen zu achten» (S. 77). Ohne eine annehmbare Distanz kann das Risiko entstehen, dass eine pädagogische Beziehung herablassend und kontrollierend wird (Volmer, 2024, S. 78). Diese Ausführungen zeigen den Bedarf an Nähe und Distanz.

Um nachhaltig handlungsfähig zu bleiben, ist es für die Fachkräfte wichtig, eine professionelle Balance von Nähe und Distanz zu finden und sich emotional abzugrenzen. Gerade, da die Fachpersonen der Sozialen Arbeit einen tiefen Einblick in die Lebenswelt der Klient*innen erhalten und somit auch mit Schicksalen konfrontiert sind (Poulsen, 2009, S. 13-15). Hinzukommt, dass Fachkräfte in pädagogischen Arbeitsfeldern die Klient*innen oft besser kennenlernen als andere Personen aus privaten Beziehungen (Volmer, 2024, S. 81). Poulsen (2009) hält dazu fest: «Sich einlassen und abgrenzen können – ein täglicher Spagat, den Fachkräfte durchzuführen haben» (S. 14). Es wird deutlich, dass die Beziehung durch Nähe und Distanz beeinflusst ist. Daher wird nachfolgend auf die Beziehung eingegangen.

2.2.2 Beziehung

Die positive Beziehung zwischen der Fachkraft und der Adressat*innen gilt gemäss Heiner (2018) in sozialen Berufen als Schlüsselfaktor für die Wirkung (S. 129). Heiner (2018) hält fest: «Beziehungen sind das Ergebnis wechselseitiger Einflüsse von Personen, die autonom entscheiden und eigensinnig handeln. Sie lassen sich insofern nicht steuern, aber positiv beeinflussen und gestalten» (S. 129). Dabei ist zu berücksichtigen, dass Beziehungen in keinem Fall allein von den Fachkräften gestaltet werden, sondern stets in einer Co-Produktion beziehungsweise Aushandlung stattfinden (Best, 2023, S. 17).

Wie Heiner (2010) festhält, erschwert die Alltagsnähe in den Begegnungen mit den Klient*innen der Sozialen Arbeit häufig die Unterscheidung zwischen privaten und beruflichen Beziehungen. Daher braucht diese Abgrenzung eine stetige Achtsamkeit. Die Fachkräfte erleben diese Beziehungsgestaltung als individuell und situationsabhängig. Dadurch wird die Beziehungsarbeit als nicht planbar angesehen. Zudem bildet das Aufstellen fachlicher Standards, Richtlinien und Arbeitsprinzipien eine Schwierigkeit für die Beziehungsgestaltung. Deshalb scheint es für viele Fachkräfte wesentlich, sich mit der «ganzen Person einzubringen». Dennoch gibt es einige Eigenschaften einer professionellen Beziehung in der Sozialen Arbeit, welche es ermöglichen Schlussfolgerungen für die Beziehungsgestaltung abzuleiten (S. 459).

Gemäss Heiner (2010) bilden Verständigungsorientierung und die strategische Ausrichtung die Grundlage für die professionelle Zusammenarbeit, obwohl dies teilweise in einem Spannungsfeld steht. Daneben wird die professionelle Beziehung durch die nachfolgenden vier Charakteristika gekennzeichnet wie die:

- aufgabenorientierte Ausrichtung
- zeitliche, inhaltliche und emotionale Begrenztheit
- Komplementarität der Rolle und Beziehung
- institutionelle Überformung (S. 459-464).

Da gerade die professionelle Beziehung meistens asymmetrisch ist, benötigt dies besondere Beachtung bei der Balance von Nähe und Distanz (Heiner, 2010, S. 470-471).

Als ein wichtiges Arbeitsinstrument gilt dabei die eigene Persönlichkeit der Fachkräfte, besonders für die professionelle Beziehung (Poulsen, 2009, S. 13-15). Auch Volmer (2024) hält fest, dass es erforderlich ist, dass sich die pädagogischen Fachkräfte mit der eigenen Persönlichkeit in die professionelle Beziehung miteinbringen. Denn die Klient*innen brauchen persönliche Interaktionspartner*innen sowie Vertraute und keine Roboter mit Fachwissen. Allerdings bedeutet das nicht, dass auf das Fachwissen gänzlich verzichtet werden kann. Es verweist dahin, dass sich die Fachperson nicht hinter der Fachlichkeit verstecken sollte, da ohne eine persönliche Beteiligung das Herstellen von Nähe eine Herausforderung darstellt (S. 66-69).

2.2.3 Grenzen und Rollen

Gemäss Zito und Martin (2021) helfen Grenzen und Rollenklarheit, das Gleichgewicht zwischen Nähe und Distanz einzuhalten. Dabei werden unter Grenzen persönliche Grenzen aber auch Grenzen der Arbeit verstanden. Es ist zentral, dass diese Grenzen transparent gegenüber den Klient*innen kommuniziert werden (S. 65). Volmer (2024) beschreibt jedoch die Verschwommenheit von emotionalen oder persönlichen Grenzen im Gegensatz zu physischen Grenzen als eine Herausforderung (S. 148). Für eine zuverlässige, professionelle Beziehung ist eine transparente «Rollen- und Beziehungsdefinition» mit ausdrücklicher Aufgabenorientierung unabdingbar, um Grenzen einhalten zu können (Heiner, 2010, S. 465). Da gemäss Best (2023) gerade in der Sozialen Arbeit die Rolle der Fachkraft variieren kann, ist es relevant, diese hinsichtlich der Beziehungsgestaltung wiederholt zu reflektieren. Zudem ist es sinnvoll, ein möglicher Rollenwechsel transparent zu kommunizieren (S. 23-25).

2.3 Bedeutung der Nähe und Distanz in der SPF

Wie bereits ausgeführt, stellen Nähe und Distanz in der SPF gemäss Petko (2019) ein besonderes Problem dar (S. 189). Weshalb dem so ist, wird in den nächsten Unterkapiteln beleuchtet.

2.3.1 Das Spannungsfeld

Die SPF ist gemäss Helmig et al. (2004) ein anspruchsvolles Arbeitsfeld, welches sich durch hohe Anforderungen auszeichnet. Dies zeigt sich in der Gehstruktur, was bedeutet, dass die Fachkraft die Familie allein, grösstenteils ungesichert, zu Hause in der Lebenswelt der Familie aufsucht (S. 117). Rätz et al. (2021) betonen: «Die Gestaltung von Nähe und Distanz zeigt sich in der Sozialpädagogischen Familienhilfe aufgrund des ambulanten aufsuchenden Charakters und der Dichte zum emotionalen Spannungsfeld der Familie als besondere Anforderung» (S. 52). Weiter zeigt sich diese Anforderung auch in der hohen Belastung, etwa im Hinblick auf den Kinderschutz (Helmig et al., 2004, S. 117).

Für den lebensweltorientierten Ansatz ist die SPF ein Musterbeispiel (Petko, 2019, S. 189). Das häusliche Setting fordert die Fachpersonen heraus, ihren Arbeitsplatz so zu gestalten, dass sie sich als handlungsfähig erleben. Hinzu kommt, dass Fachpersonen häufig Lebenswelten ausgesetzt sind, die sie in ihrer Freizeit als nicht hinnehmbar anschauen würden, sei dies bspw. auf Grund der Hygiene (Euteneuer et al., 2020, S. 9). Lüngen et al. (2016) weisen zudem darauf hin, dass die Familien in aufsuchenden Settings bereits viele negative zwischenmenschliche Beziehungserfahrungen gemacht haben. Daher wird grosses Feingefühl für die Balance von Nähe und Distanz von den Fachpersonen verlangt (S. 81). Weiter ist ein grosses Bewusstsein «(...) hinsichtlich der eigenen Beziehungs-, Emotions- und Stressregulationsmechanismen (...)» (Lüngen et al., 2016, S. 81) gefordert.

Wie Petko (2019) festhält, sind die Nähe und Distanz während einer SPF nicht statisch, sondern wandeln sich stetig. Nähe wird dabei durch aktives Zuhören sowie Anerkennung und Anteilnahme hergestellt. Tragende Bestandteile sind «Plaudern» oder «Smalltalk». Das Schaffen von Distanz hilft, Probleme zu bearbeiten. Die Distanz knüpft allerdings der Nähe an, welche für akzeptierende Impulse zentral ist. Wenn die Arbeitsbeziehung bereits stark gefestigt ist, wird es den Familienbegleiter*innen möglich, direktiver zu arbeiten und kommunizieren (S. 200-201).

Für das gezielte und überlegte professionelle Handeln, werden in der Sozialen Arbeit Handlungsmethoden verlangt (Glauske, 2003; zit. in Petko, 2019, S. 190). Obwohl diese keine garantierte Wirkung versprechen, können sie dazu beitragen, Handlungssicherheit zu gewinnen, auch im Thema der Nähe und Distanz (Open AI, 2025; Petko, 2019, S. 190). Petko (2019) diskutiert, dass für die SPF die Handlungsmethoden unzureichend entwickelt sind, obwohl mehrere Autor*innen diese bereits aufgegriffen haben. Außerdem hält er fest, dass einige Autor*innen der Meinung sind, dass die theoretische Schwierigkeit besteht, dass praktische Handeln in der SPF eindeutig zu bestimmen (S. 190-192). Das lässt darauf schliessen, dass Fachpersonen der SPF zusätzlich in der Balance von Nähe und Distanz gefordert sind. Dies steht aber in einem Widerspruch mit den erarbeiteten Arbeits- und Handlungsprinzipien der SPF von Metzger und Domeniconi Pfister (2016) (siehe Kapitel 2.1.3), welche von Petko (2019) nicht aufgegriffen werden (S. 190-191).

2.3.2 Chancen und Risiken von Interventionen im Lebensfeld

Wie Wolf (2015) schreibt, hat die Gehstruktur der SPF bereits einige Konsequenzen. Durch die Besuche zu Hause bekommt die Fachkraft eine Menge Informationen über die Familie, teilt mit ihnen positive, aber auch negative Alltagsmomente und nimmt zum Teil am Familienleben teil (S. 144-146). Dadurch « (...) entwickelt sich ein dichtes Geflecht von Interaktionen (...)» (Wolf, 2015, S. 146). Die Fachkraft muss und soll dabei das Gleichgewicht zwischen der professionellen und der besuchenden Person finden. Diese Nähe zum Lebensfeld birgt Chancen als auch Risiken (Wolf, 2015, S. 146- 149).

Als Chance wird gesehen, dass durch die direkte Beobachtung im Lebensfeld eine solide Faktensammlung der Lebenslage vorgenommen und daraus geeignete Interventionen gestaltet werden können. Weiter haben die Familien zu Hause einen Heimvorteil, wodurch sie mehr Sicherheit erhalten. Hingegen birgt die Nähe zum Lebensfeld der Familie auch Risiken. Zum Beispiel verlieren die Klientel in einem gewissen Massen die Informationskontrolle, da sie nicht mehr entscheiden können, was sie preisgeben möchten und was nicht. Zudem stellt die Intervention häufig ein Eindringen in die Privatsphäre dar. Zusätzlich kann durch den häufig vorliegenden Statusunterschied und die asymmetrische Beziehung zwischen den Klient*innen und der Fachkraft eine gewisse Verletzbarkeit entstehen (Wolf, 2015, S. 144-150).

2.3.3 Persönliche Beziehung und Rollengestaltung

Aufgrund der Nähe kann seitens der Familie das Bedürfnis auftreten, die Familienbegleiter*innen als Teil der Familie anzusehen. Familienmitglieder*innen können in den Familienbegleiter*innen möglicherweise die Rolle der Eltern, Geschwister, Freund*in oder Ähnliches sehen (Rothe, 2017, S. 41). Dies steht in Kontrast zum professionellen Auftrag (Petko, 2019, S. 189-190). Wird diese Rolle von den Familienbegleiter*innen unreflektiert übernommen, geht die Distanz verloren. Diese ist aber erforderlich, damit Veränderungsprozesse während den Begleitungen stattfinden können. Dadurch sind die Familienbegleiter*innen zu nahe und werden Teil des Systems der Familie (Rothe, 2017, S.41).

Wolf (2015) weist darauf hin, dass den Klient*innen zwar die Funktion der beruflichen Tätigkeit als Familienbegleiter*in bewusst ist. Allerdings geht der institutionelle Rahmen aufgrund der Nähe zum Lebensfeld häufig vergessen (S. 162-163). Daher betont Wolf (2015) für die SPF: «Der individuelle Mensch wird so stärker wahrgenommen als der Funktionsträger» (S. 163). Nach Ansicht von Wolf (2015) eröffnet diese «(...) personale Ausformung der professionellen Rolle (...)» sowohl Potentiale aber auch Grenzen (S. 163). Die Autonomie der Mitarbeiter*innen als auch die gegenseitige Abhängigkeit führt Wolf (2015) in diesem Zusammenhang als zwei zentrale Besonderheiten auf (S. 163). Mit der relativen Autonomie meint Wolf (2015), dass die Familienbegleiter*innen ihre eigene Arbeit grösstenteils ohne Aufsicht ausführen. Zudem entsteht zwischen der Fachkraft und der Familie eine gewisse wechselseitige Abhängigkeit, aufgrund der Intensität der Hilfe und der Kooperation im zu Hause der Familie (S. 164-166). Wolf (2015) meint mit der Abhängigkeit in diesem Zusammenhang, «(...) dass den Menschen in einem Beziehungsgeflecht nicht gleichgültig ist, was der andere denkt, fühlt oder tut» (S. 166). Die Lebensbedingungen der Familien beeinflussen massgeblich den Arbeitsplatz der Fachperson. Außerdem werden die Fachkräfte der SPF für die Familien häufig zentrale Bezugspersonen und es entstehen starke emotionale Beziehungen (Wolf, 2015, S. 166).

Aufgrund der möglichen emotionalen Verdichtung kann die persönliche Beziehung der SPF auch zu Schwierigkeiten beitragen, da die Familienbegleiter*innen und Klient*innen emotionale Beziehungen aufbauen. Diese können Parallelen zu privaten Beziehungen aufweisen, da Emotionen wie Sympathie, Freude, Hass und Ablehnung verspürt werden. Das macht Fachkräfte verletzbar und angreifbar. Gleichzeitig haben Familienbegleiter*innen sowie weitere Fachpersonen den Anspruch an erstere, ein zweckrationales, professionelles Handeln zu zeigen, insbesondere im Hinblick auf die Beziehungsgestaltung (Wolf, 2015, S. 171-172). Durch das zweckrationale, professionelle Handeln soll die Fachperson ethischen Standards gerecht werden

und fachlich fundierte Entscheidungen treffen. Da die Emotionen stets an die Oberfläche treten können, ist die Fachkraft gefordert, Strategien für einen gelingenden Umgang mit Emotionen zu entwickeln (Wolf, 2015, S. 171-172).

Wie in Kapitel 2.1.3 aufgegriffen, ist ein zentrales Arbeits- und Handlungsprinzip in der SPF die Beziehungs- und Rollengestaltung (Metzger & Domeniconi Pfister, 2016, S. 1). Wie Metzger und Domeniconi Pfister (2016) schreiben, ist es wichtig, dass die eigene Rolle während den Begleitungen reflektiert gestaltet und allen Beteiligten gegenüber klar kommuniziert wird. Dabei soll eine wertschätzende Haltung eingenommen werden. Außerdem muss die Fachperson andauernd Vermittlungsleistungen zwischen den Erwartungen der Gesellschaft, der begleiteten Familie und den anderen Fachpersonen erbringen. Darüber hinaus müssen Familienbegleiter*innen ihren gezielten Einfluss sorgfältig mit der Rücksicht auf die Familienkultur abwägen. Die Selbstreflexion ist dabei zentral. Damit die professionelle Rolle eingehalten werden kann, braucht es zum Ausgleich zudem fachliche Austausche (S. 14).

2.3.4 Zu wenig Nähe und Verlust von Distanz

Helmig et al. (2004) halten fest, wie sich zu wenig Nähe oder der Verlust von Distanz bei Familienbegleiter*innen zeigt und welche Folgen dies hat (S. 115-118).

Zu wenig Nähe

Gemäss Conen (1992a; zit in. Helmig et al., 2004) zeigt sich zu wenig Nähe in einer emotionalen Verweigerung (S. 117-118). Dies kann von der Familie als Desinteresse oder Ablehnung aufgefasst werden und die Beziehungsgestaltung sowie Motivation der Familie beeinträchtigen (Rätz et al., 2021, S. 52). Dies kann dazu führen, dass die Familie sich nicht öffnet (Rothe, 2017, S. 41). Wie Conen (1992a; zit in. Helmig et al., 2004) festhält, kann dies bspw. mit folgenden Gründen der Familienbegleiter*innen einhergehen:

- Zu wenig Verständnis für die Geschichte der Probleme
- Mangelnde Wertschätzung und fehlendes Zutrauen gegenüber der Familie
- Unverständnis gegenüber bestimmten Verhaltensweisen der Familie
- Angst vor einer persönlichen Beziehung
- Abwehrreaktion aufgrund der eigenen Geschichte (S. 117-118).

Verlust von Distanz

Wie Helmig et al. (2004) darlegen, entsteht eine emotionale Verstrickung mit den Anliegen der Familie, wenn die Familienbegleiter*innen die nötige Distanz verlieren. Dieser Zustand kann durchaus auftreten, wird jedoch problematisch, wenn Familienbegleiter*innen aufgrund der daraus resultierenden eingeschränkten Wahrnehmung nicht mehr in der Lage sind, die Probleme der Familien zu bearbeiten. Wenn dieser Zustand auftritt, muss er verändert werden (S. 117). Besonders, da die Gefahr besteht, dass die Familienbegleiter*innen folglich handlungsunfähig werden könnten (Rätz et al., 2021, S. 52). Gemäss Helmig et al. (2004) zeigt sich ein Distanzverlust bspw. bei Familienbegleiter*innen in:

- zu viel Verständnis gegenüber der Familie
- Fokus auf den Defiziten und Hilflosigkeit gegenüber dem Problem
- Suche nach Anerkennung der Familie und Vermeidung von Konfrontationen
- zu grossem Verantwortlichkeitsgefühl gegenüber der Lebenssituation der Familie
- zu grosser Identifikation mit dem Leid der Familie
- der Aktivierung eigener ungelöster Probleme und emotionaler Blockaden (S. 117).

Das Fehlen von einer professionellen Distanz kann sich auch im Duzen der Eltern oder bei Treffen ausserhalb der vereinbarten Termine zeigen (Conen, 1992, S. 60).

2.3.5 Balanceverhältnis zwischen Nähe und Distanz

Die Familienbegleiter*innen müssen fähig sein, die Balance zwischen Nähe und Distanz an die jeweilige Situation angepasst zu finden und damit umgehen können. Dies ist wichtig, damit eine Basis für eine gute Begleitung in der SPF entstehen kann. Dabei sind die Familienbegleiter*innen gefordert, situationsabhängig zwischen dem empathischen Eingehen sowie der erforderlichen Wahrung einer gewissen Distanz zu wechseln. Damit dieses Gleichgewicht gefunden werden kann sind Supervisionen, Intervisionen, klare Rahmenbedingungen, eindeutige Klärung der Aufträge sowie das Arbeiten mit diagnostischen Instrumenten förderlich (Rothe, 2017, S. 41-42).

Helmig et al. (2004) verweisen auf die Wichtigkeit der Supervision, um das Gleichgewicht von Nähe und Distanz in der SPF herzustellen (S. 119-120). Helmig et al. (2004) betonen: «Supervision als Reflexion beruflichen Handelns ist Bestandteil von Professionalität in diesem Arbeitsfeld» (S. 120). Denn in Supervisionen können durch eine Aussenperspektive neue Sichtweisen erarbeitet werden. Wodurch emotionale Verstrickungen und persönliche Deutungsmuster erkannt und bearbeitet werden. Dies ermöglicht, neue Möglichkeiten der

Veränderung zu entwickeln und blinde Flecken aufzudecken (Helmig et al., 2004, S. 119-120). Durch diese Reflexionsräume entsteht für die Fachkräfte die Möglichkeit, sich regelmäßig aus der unabdingbaren Nähe zu lösen (Volmer, 2024, S. 275).

Volmer (2024) hält fest: «Wenn Pädagog*innen aber intensiv *mit ihrer Person* arbeiten müssen, dann sollten sie auch intensiv *an ihrer Person* arbeiten (...)» (S. 254). Die Wechselwirkung von theoretischem Wissen und reflektieren Erfahrungen wird benötigt, damit Fachpersonen eine eigene professionelle Persönlichkeit entwickeln können, auch in Bezug auf die Balance von Nähe und Distanz. Dafür müssen Fachpersonen dazu bereit sein, sich zu entwickeln (Volmer, 2024, S. 255). Unter Reflexionsräumen versteht Volmer (2024) nicht nur Supervisionen und Interversionen, sondern auch Aus- und Weiterbildungen oder Gespräche mit Arbeitskolleg*innen oder vorgesetzten Personen (S. 275). Allerdings kann ein Erschwernis bei der Herstellung von «taktvoller Nähe» ein Mangel solcher Reflexionsräume seitens der Institution darstellen (Volmer, 2024, S. 243, 275-276).

Zudem sind die pädagogischen Fachkräfte gemäss Volmer (2024) auch mit Erschwernissen konfrontiert, die mit ihrer eigenen Person in Zusammenhang stehen und die Gestaltung der Beziehung erschweren können. Dazu gehören bspw. ein Mangel an Wissen, Demut sowie Selbstfürsorge aber auch die Überidentifikation (S. 254-267). Wie Heiner (2010) weiter festhält, ist eine deutliche Trennung zwischen dem Privat- und Berufsleben anzustreben (S. 471). Dies hat für Fachkräfte im aufsuchenden Setting womöglich eine grösitere Bedeutung, da ein klarer Arbeitsplatz fehlt. Dazu können Rituale genutzt werden wie Arbeitskleidung und ähnliches (Lüngen et al., 2016, S. 81). Um gesund zu bleiben, sich von den schweren Schicksalen der Klient*innen abzugrenzen und nicht an einem Burnout zu erkranken, ist ein Gleichgewicht von Nähe und Distanz unabdingbar (Poulsen, 2009, S. 14-15).

2.4 Fazit

Aus dem Kapitel geht hervor, dass Nähe und Distanz in der SPF eine zentrale Rolle spielen. Nähe und Beziehung wird benötigt, damit die SPF wirkt. Dies spiegelt sich in den Arbeits- und Handlungsprinzipien, Indikatoren für die SPF sowie bei den Wirkfaktoren wider. Nähe und Distanz müssen allerdings immer wieder ausbalanciert werden, da sonst die Gefahr einer Handlungsunfähigkeit seitens der Fachperson besteht (vgl. Kapitel 2.1-2.3). Die Balance trägt weiter dazu bei, wie Poulsen (2009) festhält, nicht auszubrennen (S. 14-15). Aus diesem Grund wird im nachfolgenden Kapitel 3 auf die Belastungsfaktoren in der Sozialen Arbeit und spezifischer in der SPF eingegangen.

3 Belastungen

Das vorliegende Kapitel befasst sich mit den Faktoren, welche das psychische Belastungserleben der Fachkräfte der Sozialen Arbeit und spezifisch in der SPF beeinflussen. Im folgenden Kapitel wird die Theorie behandelt, welche der Beantwortung der zweiten Fragestellung dient.

3.1 Begriff psychische Belastung und Beanspruchung

Gemäss der Norm DIN EN ISO 10075-1 ist psychische Belastung definiert als «Gesamtheit aller erfassbaren Einflüsse, die von außen auf einen Menschen zukommen und diesen psychisch beeinflussen» (Deutsches Institut für Normung e.V. [DIN], 2018, S. 10). Wie Metz und Rothe (2017) darlegen, wird die Belastung in der Norm nicht per se als negativ definiert. Vielmehr ist sie als neutral zu verstehen und kann auch positive Wirkungen aufweisen. Sind überwiegend negative Belastungsfaktoren vorhanden, wird von einer Fehlbelastung gesprochen (S. 7). Poppelreuter und Mierke (2018) halten fest, dass psychische Belastungen auch zu Fortschritt und Entwicklung führen. Deshalb sind sie für die Menschen generell wichtig und sollen nicht grundsätzlich vermieden werden (S. 13). Demgegenüber definiert die DIN EN ISO 10075-1 die psychische Beanspruchung als die «unmittelbare Auswirkung der *psychischen Belastung* (...) im Individuum in Abhängigkeit von seinem aktuellen Zustand» (DIN, 2018, S. 11). Gemäss Metz und Rothe (2017) wird auch die psychische Beanspruchung als neutral formuliert. Von einer Fehlbeanspruchung ist die Rede, wenn die negativen Beanspruchungen überwiegen (S. 11).

Das Kapitel 3 fokussiert sich nachfolgend hauptsächlich auf Fehlbelastungen und -beanspruchungen, da diese aufzeigen können, wo Verbesserungspotential besteht.

3.2 Belastungs-Beanspruchungs-Modell

Das Belastungs-Beanspruchungs-Modell ist eine gute Basis, um die psychische Arbeitsbelastung einzuschätzen (Metz & Rothe, 2017, S. 19). Dieses Modell wurde von Rutenfranz und Rohmert (1975; zit. in Metz & Rothe, 2017, S. 17) entwickelt. Die Norm DIN EN ISO 10075-1 stützt ihre Begrifflichkeiten grösstenteils auf das Belastungs-Beanspruchungs-Modell (Metz & Rothe, 2017, S. 17). Zudem nutzt die Norm DIN EN ISO 10075-1 das Modell gemäss Neuner (2019) « (...) als Grundlage für die Beschreibung des Zusammenhangs zwischen psychischer Belastung (Ursache) und Beanspruchung (Wirkung) bei der Arbeit» (S. 13).

Die Begriffsdefinitionen der Belastung und Beanspruchung von Kapitel 3.1 geben bereits einen ersten Überblick, wie das Belastungs-Beanspruchungs-Modell funktioniert: Die psychische Belastung, sprich die Umweltfaktoren, die auf das Individuum einwirken, haben eine Beanspruchung zur Folge, sprich eine individuelle Auswirkung. Wie sich die Beanspruchungen zeigen, hängt dabei stark von den persönlichen Ressourcen des Individuums ab. Denn jedes Individuum hat je nach Situation unterschiedliche Ressourcen oder Bewältigungsstrategien (Neuner, 2019, S. 13-14) (siehe Abbildung 4).

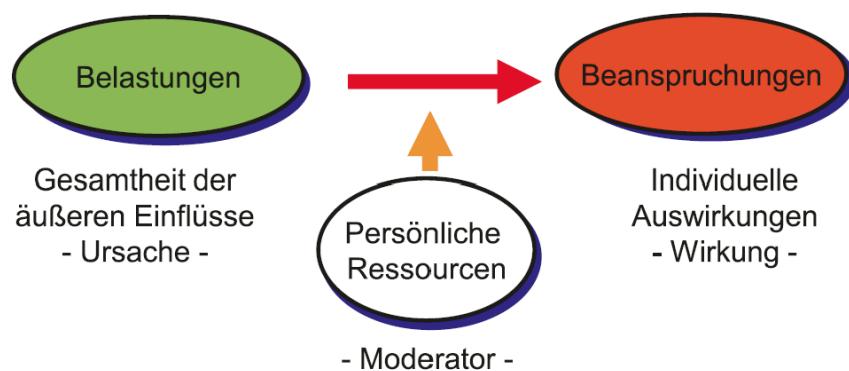


Abbildung 4: Belastungs-Beanspruchungs-Modell (Neuner, 2019, S. 14)

In den nachfolgenden Unterkapiteln wird auf spezifische Punkte des Modells genauer eingegangen.

3.2.1 Psychische Belastung

Die Norm DIN EN ISO 10075-1 hält fest, dass diverse äußere Belastungsfaktoren meist gleichzeitig auf die psychische Belastung des Individuums einwirken. Dabei werden vier Oberkategorien von Belastungsfaktoren unterschieden:

- **Aufgabenanforderungen:** Verantwortung, Arbeitsinhalte, Informationsverarbeitung, Gefahren, Arbeitszeitgestaltung, permanente Aufmerksamkeit
- **Soziale und organisationale Faktoren:** Arbeitsklima, Gruppeneigenschaften, Führung, soziale Kontakte, Organisationstyp
- **Physikalische Bedingungen:** Klimabedingungen, Lärm, Wetter, Düfte, Lichtverhältnisse
- **Gesellschaftliche Faktoren:** wirtschaftliche Lage, Anforderung und Normen der Gesellschaft (DIN, 2018, S. 14-17).

3.2.2 Persönliche Ressourcen

Metz und Rothe (2017) definieren personale Ressourcen als « (...) Eigenschaften, Merkmale und Kompetenzen des Individuums, die eine bessere Bewältigung (fehl-) belastender Arbeitssituationen ermöglichen» (S. 12). Dazu gehören berufliche Kompetenzen, aber bspw. auch Selbstwirksamkeit, Resilienz, Kohärenzgefühl oder Optimismus (Metz & Rothe, 2017, S. 12). Die DIN EN ISO 10075-1 nennt als weitere individuelle Faktoren, welche die Änderung zwischen Belastung und Beanspruchung beeinflussen, bspw. Alter, Motivation, Bewältigungsstrategien, Allgemeinzustand, Gesundheit oder Ernährung (DIN, 2018, S. 16-17).

3.2.3 Beanspruchungen

Gemäss der DIN EN ISO 10075-1 können Folgen aus der psychischen Beanspruchung resultieren. Dabei wird zwischen förderlichen und beeinträchtigenden Auswirkungen unterschieden und anschliessend nochmals nach kurzfristiger und langfristiger/wiederholender Exposition unterteilt (DIN, 2018, S. 10-18). Diese Auswirkungen wurden in der folgenden Tabelle 1 zusammengefasst:

	Förderliche Auswirkungen	Beeinträchtigende Auswirkungen
Kurzfristige Exposition	<ul style="list-style-type: none"> - Aufwärmeffekt - Aktivierung - Lernen 	<ul style="list-style-type: none"> - Psychische Ermüdung - Ermüdungsähnliche Zustände - Monotoniezustand - Herabgesetzte Wachsamkeit - Psychische Sättigung - Stressreaktion
Langfristige/ wiederholende Exposition	<ul style="list-style-type: none"> - Übungseffekt - Kompetenzentwicklung 	<ul style="list-style-type: none"> - Burnout

Tabelle 1: psychische Beanspruchungsfolgen gemäss der DIN EN ISO 10075-1 (eigene Darstellung auf der Basis von DIN, 2018, S. 10-18)

Metz und Rothe (2017) halten weiter fest, wie sich die psychische (Fehl-)Belastung auf den Körper, das Verhalten und auf das Erleben der Individuen auswirkt (S. 12). Dafür beziehen sie sich auf Kaufmann, Pornschlegel und Udris (1982; zit. in Metz & Rothe, 2017, S. 12). Die Auswirkungen können der Tabelle 2 entnommen werden.

	Kurzfristig, aktuelle Reaktionen	Mittel- bis langfristige chronische Reaktionen
Physiologisch, somatisch	Tachykardie, Hypertonie, schlechteres Immunsystem, erhöhte Adrenalinausschüttung und Muskeltonus	Psychosomatische Beschwerden
Erleben	Anspannung, Enttäuschung, Ärger, Angst, Sättigung, Monotonie	Unzufriedenheit, Resignation
Individuelles Verhalten	Fehler, verminderte Konzentration, Leistungsschwankungen, auslassen kontrollierender Arbeitshandlungen	Vermehrter Konsum von Alkohol, Nikotin oder Medikamenten, Absentismus oder Präsentismus
Soziales Verhalten	Konflikte, Aggressionen gegenüber anderen	sozialer Rückzug, innere Kündigung

Tabelle 2: Reaktionen des Individuums auf (Fehl-)Belastungen (eigene Darstellung auf der Basis von Kaufmann, Porschlegel & Udris, 1982; zit. in Metz & Rothe, 2017, S. 12)

3.3 Anforderungs-Tätigkeitsspielraum-Modell

Das Anforderungs-Tätigkeitsspielraum-Modell, in Englisch Job Demand Control Model (JDC) genannt, wurde von Karasek und Theorell (1990; zit. in Metz & Rothe, 2017, S. 17) entwickelt. Zu Beginn beachtete das Modell zwei Aspekte, die Arbeitsanforderung und den Tätigkeitsspielraum der Arbeit. Unter Arbeitsanforderungen werden im Modell bspw. die Intensität oder die Komplexität und Schwierigkeit der Arbeit verstanden. Der Tätigkeitsspielraum beschreibt, ob Qualifizierung genutzt werden kann und ob Entscheidungsspielraum besteht. Daraus wurde eine Matrix erstellt, wie die Abbildung 5 zeigt (Metz & Rothe, 2017, S. 17).

Die zentralen Aussagen des JDCs sind gemäss Metz & Rothe (2017):

- Die psychische Belastung und die Möglichkeit einer Erkrankung sind im Vergleich klein, wenn eine Tätigkeit zwar hohe Arbeitsanforderungen hat, dafür aber einen grossen Tätigkeitsspielraum mit sich bringt, auch active Jobs genannt.
- Ist demgegenüber der Tätigkeitsspielraum klein und die Anforderungen trotzdem hoch, wird die Arbeit als stark belastend eingeschätzt und mit einem erhöhten Erkrankungsrisiko in Verbindung gebracht (S. 17).

Zu einem späteren Zeitpunkt wurde das Modell um die soziale Unterstützung ergänzt. Diese soll eine abschwächende Wirkung gegenüber der hohen Belastung haben (Metz & Rothe, 2017, S. 18).

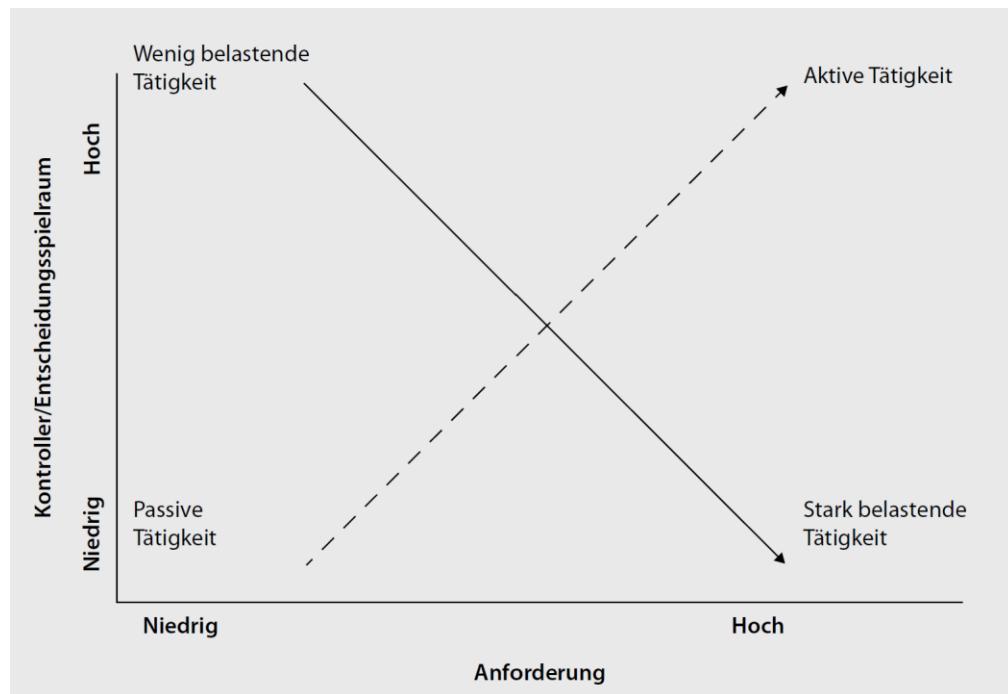


Abbildung 5: Job Demand Control Model (modifiziert nach Karasek, 1979; zit. in Metz & Rothe, 2017, S. 17)

3.4 Schutz vor Beanspruchungsfolgen

Liel (2021) hält fest, dass in der Sozialen Arbeit die Belastungen häufig von einer subjektiven Wahrnehmung abhängen und es nur wenige von aussen beobachtbaren Belastungen, wie Lärm, Wärme oder grosse Lasten heben, gibt (S. 257). Im Gegensatz zum Belastungs-Beanspruchungs-Modell, welches nur von persönlichen Ressourcen ausgeht (siehe Kapitel 3.2.2), sind Bendig et al. (2016; zit. in Liel, 2021) der Meinung, dass neben der personalen Ebene auch die sozialen und organisationalen Ressourcen eine Rolle dabei spielen, inwiefern ein bestimmter Aspekt als belastend empfunden wird. Unter soziale Ressourcen fällt bspw. die soziale Unterstützung durch Arbeitskolleg*innen und zu den organisationalen Ressourcen zählt der Handlungs- und Entscheidungsraum (S. 257), was sich mit dem JDC deckt.

Wie in Kapitel 3.2.2 aufgeführt, gibt es individuelle Ressourcen, die den Umgang mit psychischen Belastungen fördern. Darunter fällt unter anderem die Resilienz (Metz & Rothe, 2017, S. 12). Daher wird diese im nachfolgenden Unterkapitel aufgegriffen und mit Selbstfürsorge ergänzt.

3.4.1 Resilienz

Die englische Bezeichnung «resilience» meint «Spannungskraft, Widerstandsfähigkeit und Elastizität» (Fröhlich-Gildhoff und Rönnau-Böse, 2019, S. 9). Die Resilienzforschung hat sich in der Vergangenheit hauptsächlich mit Kindern und Jugendlichen auseinandergesetzt. Erst später wurde der Blick auf die ganze Lebensspanne erweitert (Rönnau-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2024, S. 136). Dahingehend gilt die nachfolgende Definition: «Unter Resilienz wird die Fähigkeit von Menschen verstanden, Krisen im Lebenszyklus unter Rückgriff auf persönliche und sozial vermittelnde Ressourcen zu meistern und als Anlass für Entwicklung zu nutzen» (Welter-Enderlin & Hildenbrand, 2006; zit. in Rönnau-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2024, S. 19). Fröhlich-Gildhoff und Rönnau-Böse (2019) sprechen von Resilienz «Wenn sich Personen trotz gravierender Belastungen oder widriger Lebensumstände psychisch gesund entwickeln (...)» (S. 9). Sie betonen dabei, dass Resilienz ein veränderbarer und von der Umgebung abhängiger Prozess ist und somit keine angeborene Eigenschaft darstellt (Fröhlich-Gildhoff und Rönnau-Böse, 2019, S. 9).

Das Konzept der Resilienz enthält Persönlichkeitseigenschaften, die Schutzfaktoren abbilden und daher eine Bewältigung von Belastungen unterstützen. Dazu gehören bspw. positive Emotionalität, Selbstwirksamkeit, soziales Netzwerk sowie eine hohe Kontrollüberzeugung. Resilienz kann aber auch auf der Teamebene verbessert werden, indem bspw. Supervisionen oder Teamentwicklungen durchgeführt werden (Poppelreuter & Mierke, 2018, S. 208-209).

3.4.2 Selbstdürsorge

Die Wichtigkeit von Selbstdürsorge hat in den letzten Jahren im Zusammenhang mit der Verbesserung der psychischen Gesundheit und Prävention zugenommen. Eine besondere Relevanz gewinnt sie im Zusammenhang mit der steigenden psychischen Arbeitsbelastung (Dahl und Dlugosch, 2020, S. 27). Groen et al. (2024) halten dazu fest: «Die Selbstdürsorge psychosozialer Fachkräfte trägt dazu bei, den beruflichen Alltag bewusst wahrzunehmen, Belastungen zu erkennen und nach Möglichkeiten zu suchen, mit diesen Belastungen professionell umzugehen» (S. 13).

Dahl und Dlugosch (2020) definieren: «Selbstdürsorge heißt, sich selbst liebevoll und wertschätzend zu begegnen, das eigene Befinden und die eigenen Bedürfnisse ernst zu nehmen und aktiv zum eigenen Wohlergehen beizutragen» (S. 29). Wie Groen et al. (2024)

argumentieren, braucht es Selbstfürsorge, um langfristig der Arbeit nachzukommen und leistungsfähig zu bleiben (S. 15).

Im Zusammenhang mit dem letzten Punkt der oben genannten Definition «aktiv zum eigenen Wohlergehen beizutragen» (Dahl & Dlugosch, 2020, S. 29) macht Dahl (2018) eine Verbindung zum Belastungs-Bearbeitungsmodell (S. 134). Dabei gibt es gemäss Dahl (2018) zwei Möglichkeiten, das eigene Wohlbefinden aktiv zu stärken. Zum einen indem die eigenen Ressourcen gefestigt und diese im Alltag angewendet werden. Zum anderen sich aktiv mit den Belastungsfaktoren auseinanderzusetzen, diese zu erkennen und beurteilen, damit eine Veränderung stattfinden kann (S. 134). Dahl (2018) führt zum präventiven Nutzen für psychosoziale Fachkräfte aus: «Selbstfürsorge kann offensichtlich einen Beitrag dazu leisten, arbeitsbedingten Belastungsfolgen vorzubeugen und die psychische Gesundheit zu fördern» (S.133). Dahl (2018) betont aber, dass dadurch die Arbeitgebenden nicht aus der Pflicht genommen werden, trotzdem für optimale Arbeitsbedingungen zu sorgen (S. 133).

Zito und Martin (2021) halten fest, dass es kein abschliessendes Rezept für eine gelingende Selbstfürsorge gibt. Jede Person ist individuell und braucht andere Methoden (S. 44). Nachfolgend werden in Tabelle 3 einzelne Möglichkeiten der Selbstfürsorge aufgeführt:

Möglichkeiten	Beispiele
Start in den Tag	Meditation, in die Natur gehen oder wohltuende Bewegungen
Arbeitsstart	in Ruhe ankommen bspw. mit einem Kaffee, Rituale zum Start wie bspw. eine Kerze anzünden oder den Arbeitstag mit To-Do-Listen planen
Selbstschutz in Klient*innen Begegnungen	Grenzen und Rollenklarheit schaffen oder Visualisierungen zur inneren Abgrenzung
Unterstützung im Team	falls nötig Hilfe suchen, wohlwollende Teamkultur schaffen, Psychohygienerunden, Supervisionen oder Intervisionen
Im Tagesverlauf	Übergänge bewusst gestalten oder bewusste Pausen, nach Möglichkeit nicht in der Arbeitsumgebung
Feierabend	vor dem Feierabend kurzer gedanklicher Tagesrückblick machen und auswerten, bewusstes Abschliessen bspw. mit Ritualen oder den Arbeitsweg bewusst nutzen, um abzuschalten
Auftanken	Privateleben ausserhalb der Arbeit pflegen, sich um den Körper kümmern bspw. durch körperliche Tätigkeiten oder bewusste kleine und grosse Auszeiten nehmen

Tabelle 3: Möglichkeiten zur Selbstfürsorge (eigene Darstellung auf der Basis von Zito & Martin, 2021, S. 44-119)

Daneben helfen gesunde Ernährung, genügend Schlaf, Bewegung zum Abbau von Stresshormonen aber auch Entspannungstechniken wie Yoga oder autogenes Training, eine persönliche Gesundheitsselbstfürsorge zu praktizieren (Poulsen, 2012, S. 110-111).

3.5 Belastungen in der Sozialen Arbeit

In den nachfolgenden Unterkapiteln werden einzelne Studien und Beiträge aufgegriffen, welche sich mit den Belastungsfaktoren der Sozialen Arbeit beschäftigt haben.

3.5.1 Belastungen Helfer*innen

Fengler (1998) hält fest, welchen Belastungen Helfer*innen ausgesetzt sind und versteht darunter auch Sozialpädagog*innen und Sozialarbeiter*innen (S. 13, 35). Die nachfolgende Tabelle 4 gibt eine Übersicht darüber. Diese Belastungen werden unter anderem aufgeteilt in Selbstbelastungen, Belastungen durch Klient*innen, Belastungen im Team und Belastungen durch die Institution (Fengler, 1998, S. 35-91).

Selbstbelastung	
Ideal des Helfens	<ul style="list-style-type: none"> - Helfer*innen richten sich häufig nach Idealen, welche oft aus Sicht der Helfer*innen in der eigenen Praxis nicht erreicht werden können. Dies führt zu Selbstzweifel und dazu, dass die eigene gute Arbeit, als nutzlos abgetan wird.
Mangelnde Selbstabgrenzung	<ul style="list-style-type: none"> - Übermässiges Bemitleiden kann zu Müdigkeit und Krankheit führen. - Häufig werden über die eigenen Kräfte hinaus Aufgaben angenommen. - «Nein» sagen fällt einigen Helfer*innen schwer.
Belastung durch Klient*innen	
Rollenkonflikte	<ul style="list-style-type: none"> - Die Beziehung zwischen Klient*innen und Helfer*innen ist geprägt von Rollenerwartungen sowie unterschiedlichen Rollenangeboten. - Helfer*innen sind gefordert, wiederholt Rollenwechsel vorzunehmen, was als Herausforderung angesehen werden kann, dabei beständig zu bleiben. Zudem müssen sich Klient*innen immer wieder auf neue Rollen einstellen. - Durch den Befriedigungsversuch sich wechselnder Bedürfnisse von Klient*innen werden immer wieder Grenzen durchbrochen.
Klient*innen – Merkmale	<ul style="list-style-type: none"> - Je nach eigenen Erfahrungen gibt es gewisse Klient*innen-Merkmale, die bei gewissen Helfer*innen Abneigung auslösen oder sie belasten wie bspw. manipulative Klient*innen, psychisch kranke Klient*innen, Abbrecher*innen oder erfolglose Klient*innen.
Belastungen im Team	
Fehlen von Kontakt und Unterstützung	<ul style="list-style-type: none"> - Bedürfnisse sind im Team unterschiedlich, trotzdem ist es für manche ein zentraler Begegnungsort von Austausch und Beziehung. - Loyalität, Zustimmung und Respekt im Team sind wichtige Punkte.
Direktive Führung	<ul style="list-style-type: none"> - Die Führung kann die Leistungsfähigkeit von Helfer*innen herabsetzen. - Besonderes autoritäre, inkompetente und hinterhältige Führung wird nicht gerne gesehen.
Belastungen durch Institution	
Hohe Fallzahlen	<ul style="list-style-type: none"> - Als eine der grössten Belastungen gilt die zu hohe Anzahl an Klient*innen und Terminen pro Tag.
Fehlen von Supervisionen	<ul style="list-style-type: none"> - Das Fehlen von Supervision wird schnell als Achtlosigkeit aufgefasst. - Supervisionen unterstützen beim Kompetenzaufbau und bei der Regulation von Belastungen.

Tabelle 4: Übersicht Belastungen Helfer*innen (eigene Darstellung auf der Basis von Fengler, 1998, S. 35-91)

3.5.2 Belastungsfaktoren in der Jugendhilfe

In einer Studie untersuchte Poulsen (2012) den Stress und die Belastungen von Fachkräften in der Jugendhilfe. Poulsen (2012) hält fest, dass «(...) die Jugendhilfe ein sehr komplexes Tätigkeitsfeld mit hoher Verantwortung» (S. 22-23) ist. In der Kinder- und Jugendhilfe gilt als eine besondere Schwierigkeit auf Kindeswohlgefährdungen, angemessen zu reagieren, vor allem eine Gefährdungseinschätzung vorzunehmen und damit den Schutz der Kinder und Jugendlichen zu gewährleisten (Poulsen, 2012, S. 22-24).

Poulsen (2012) befragte 100 Teilnehmer*innen, davon 63 Sozialarbeiter*innen und Sozialpädagog*innen. Dabei wurden Fachkräfte von unterschiedlichen Tätigkeitsfeldern in der Jugendhilfe befragt, bspw. Mitarbeiter*innen von Jugendämtern, betreute Wohnformen, Schulsozialarbeit und so weiter, sowie vier Fachkräfte der SPFH (S. 32-39). Es wurde untersucht, welche Belastungsfaktoren und Stressoren die Fachkräfte der Jugendhilfe wahrgenommen haben (siehe Abbildung 6). Am häufigsten genannt wurde der Zeit- und Termindruck, gefolgt von zu viel Bürokratie und Personalmangel. Auf Platz vier und fünf wurden die Arbeitsverdichtung sowie zu viele Fälle und multiple Problemlagen der Klient*Innen genannt (Poulsen, 2012, S. 49-68).

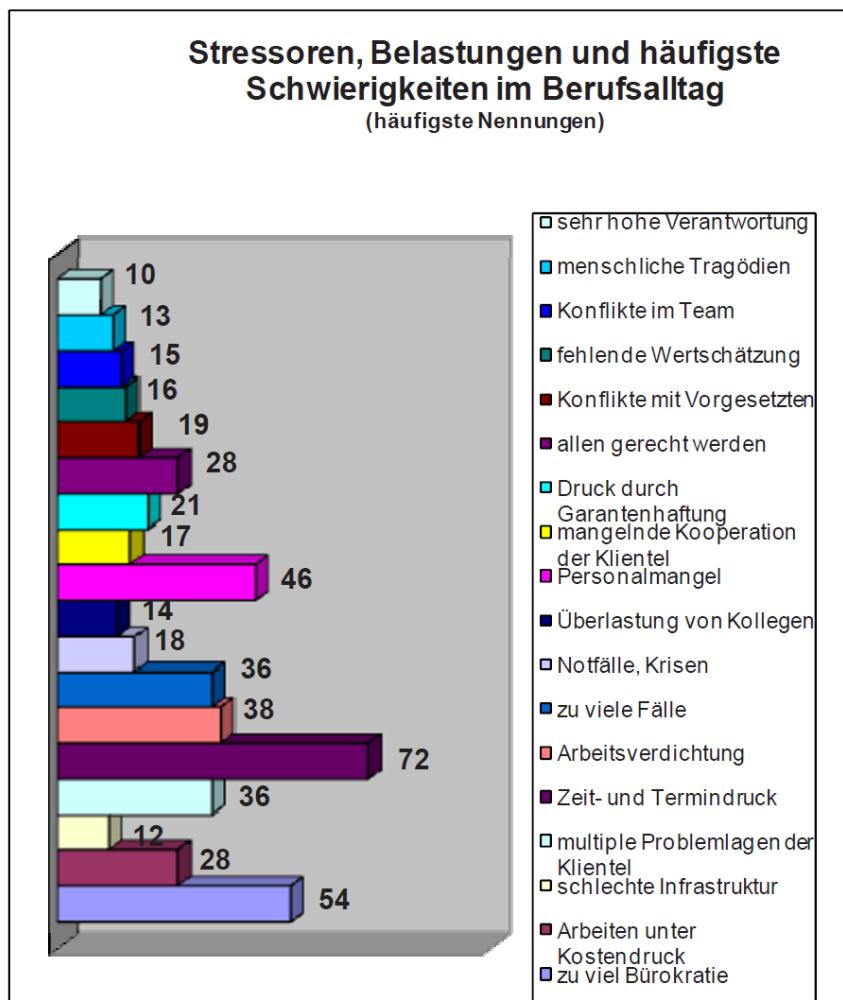


Abbildung 6: Belastungsfaktoren in der Jugendhilfe (Poulsen, 2012, S. 51)

3.5.3 Psychische Belastungen der (Sozial-) Pädagogik

Im Zeitschriftenartikel «psychische Belastungen von Fachkräften in (sozial-) pädagogischen Arbeitsfeldern» von Allroggen et al. (2017) wurden mehrere Studien zusammengefasst (S. 49-53). Fachkräfte im (sozial-) pädagogischen Bereich zählen zu einer der Berufsgruppen, welche am stärksten gesundheitlich bedroht und psychisch belastet sind (Krause, 2013; Matiaske, Olejniczak, Salmon und Schult, 2015; Poulsen, 2014; Klomann, 2014; Rudow, 2004; Keil u. Friedrich, 2004; zit. in Allroggen et al., 2017, S. 49). Dabei sind die Fachkräfte verschiedenen psychischen Belastungen ausgesetzt (Allroggen et al., 2017, S. 49).

In einer Studie vom Kinder- und Jugendring Sachsen-Anhalt (2011; zit. in Allroggen et al., 2017) konnte in Deutschland für die Kinder- und Jugendarbeit belegt werden, dass erfahrene Fachkräfte sich weniger belastet fühlten. Dasselbe konnte auch für ältere Fachkräfte sowie für Personen mit Ausbildungsberufen belegt werden. Das Geschlecht machte beim Belastungserleben in dieser Studie keinen Unterschied (S. 50).

Allroggen et al. (2017) halten fest, dass sowohl auf das Arbeitsfeld bezogene sowie individuelle Faktoren die Entstehung psychischer Belastung beeinflussen (S. 50). Fachkräfte der (Sozial-) Pädagogik zeigen häufig anspruchsvolle Anforderungen an sich selbst. Insbesondere, wenn sie mit herausfordernden Klienten*innen konfrontiert sind, die sich in einer schwierigen und komplexen Lebenslage befinden. Dies kann eine Überforderung der Fachkräfte und sowie die Entstehung von psychischen Belastungen begünstigen (Lloyd et al., 2002; zit. in Allroggen et al., 2017, S. 50). Zudem halten Allroggen et al. (2017) fest, dass das Belastungserleben durch Unterstützung seitens der Organisation, bspw. Supervisionen oder Möglichkeiten zum Ausbau von Qualifizierung, gesenkt werden kann. Zusammenfassend wird gesagt, dass ein Forschungsbedarf zum Thema der Entstehung des Belastungserlebens von (sozial-) pädagogischen Fachkräften besteht (S. 52).

3.6 Belastungen in der SPF

Lengen et al. (2021) merken an, dass bisher nur einzelne Studien den Zusammenhang zwischen psychischen Belastungen und deren Folgen auf die Gesundheit in der ambulanten Jugendhilfe untersucht haben (S. 94). Daher scheint es nicht verwunderlich, dass es in der Literatur keine repräsentativen Studien gibt, welche gezielt die Belastungsfaktoren in der SPF untersucht haben. Deshalb wird in den folgenden Ausführungen auf Literatur zugegriffen, die den Belastungsfaktoren der SPF am nächsten kommen.

In ihrer Studie untersuchten Lengen et al. (2021), welche Ressourcen und Stressoren, sprich psychischen Belastungsfaktoren, eine Auswirkung auf die psychische Gesundheit der Fachkräfte der ambulanten Jugendhilfe haben. Unter ambulanter Jugendhilfe verstehen sie ambulant tätige Fachkräfte in der Jugendhilfe wie bspw. der SPFH, ambulante Hilfe zur Erziehung, Erziehungsberatung sowie die offene Jugendarbeit. Dabei wird davon ausgegangen, dass Stressoren gesundheitsgefährdende und Ressourcen gesundheitsförderliche psychische Belastungsfaktoren sind (S. 86–90). Lengen et al. (2021) haben herausgefunden, dass diverse Stressoren und Ressourcen in Zusammenhang mit der psychischen Gesundheit stehen. Stressoren der Arbeitsbedingungen, die einen signifikanten Zusammenhang aufweisen, sind bspw. das Verhalten und die Charakteristika von Klient*innen, der Rollenstress oder zu grosse Arbeitsmengen. Zu den personenbezogenen Stressfaktoren gehören das Pflichtbewusstsein der Fachkraft und Neurotizismus (S. 86, 90-92).

Als weiterer Belastungsfaktor bei Hilfen im häuslichen Setting wird gemäss Lüngen et al. (2016) die Auseinandersetzung mit traumatischen Erlebnissen seitens der Klient*innen wie bspw. Missbrauch angesehen. Zudem kann das häusliche Setting aufgrund der Abweichung zwischen eigenen biologischen Bedürfnissen der Abgrenzung und erwartetem sozialen Verhalten eine höhere körperliche und gesundheitliche Belastung zur Folge haben (S. 81).

In einer Studie von Beckmann et al. (2009) wurde untersucht, in welchem Ausmass die Fachkräfte der SPFH an einem Burnout erkranken (S. 198). Dabei gehen sie davon aus, dass die Rollenkonflikte aus der Schwierigkeit der Hilfe und Kontrolle sowie das schwierige Nähe- und Distanzverhältnis Belastungsfaktoren in der SPFH darstellen (Helwig et al., 1999; Allert et al., 1994; zit. in Beckmann et al., 2009, S. 198). Die Studie zeigt, dass die Fachpersonen der SPFH im Vergleich zu anderen Fachpersonen der Sozialen Arbeit gleichstark oder teilweise etwas häufiger von einem Burnout betroffen sind. Weiter konnte nachgewiesen werden, dass ein kleiner Handlungsspielraum ein Burnout in der SPFH begünstigt (Beckmann et al., 2009, S. 198-205).

3.7 Fazit

Aus dem dritten Kapitel geht hervor, dass zwischen psychischen Belastungen und Beanspruchungen unterschieden wird. Belastungen wirken von aussen auf das Individuum ein, was eine Beanspruchung zur Folge hat. Wie die Beanspruchung erlebt wird, ist abhängig von den individuellen, sozialen und organisationalen Ressourcen. Zudem sind Belastungen und Beanspruchungen nicht nur negativ (vgl. 3.1, 3.2, 3.4). Wie sich weiter zeigt, sind Fachkräfte der Sozialen Arbeit diversen Belastungsfaktoren ausgesetzt. Die spezifischen Belastungsfaktoren für die SPF sind bislang jedoch unzureichend erforscht (vgl. 3.5, 3.6). Allerdings zeigt eine Studie der ambulanten Jugendhilfe, dass bspw. Rollenstress ein Belastungsfaktor darstellt, der signifikant mit der psychischen Gesundheit in Verbindung steht (Lengen et al., 2021, S. 90- 92). Weiter weisen Beckmann (2009) auf den Belastungsfaktor der Nähe und Distanz in der SPF hin (vgl. 3.6). Gelingt die Balance von Nähe und Distanz nicht, wie im Kapitel 2.3.5 aufgeführt, besteht die Gefahr auszubrennen und die Gesundheit zu riskieren (Poulsen, 2009, S. 14-15). Dadurch wird der Fokus spezifisch auf das Belastungserleben im Spannungsfeld der Nähe und Distanz in der SPF gelegt. Denn genau da liegt eine Forschungslücke. Bislang wurde nicht erforscht, wie Fachkräfte der SPF das Spannungsfeld zwischen Nähe und Distanz in Bezug auf ihr eigenes subjektives Erleben psychischer Belastungen wahrnehmen. Dieser Forschungsfrage wird in den nachfolgenden Kapiteln nachgegangen.

4 Forschungsdesign

Nachfolgend wird das Forschungsdesign der vorliegenden Bachelorarbeit aufgezeigt. Zu Beginn wird die Forschungsfrage aufgegriffen. Anschliessend werden die Forschungsmethode und das Sampling beschrieben. Danach folgt die Interviewdurchführung, Datenaufbereitung und -auswertung. Abschliessend wird die Limitierung der Forschungsanlage aufgegriffen.

4.1 Forschungsfrage

Basierend auf der Einleitung und im Fazit im Kapitel 3.7 dargelegten Forschungslücke, wurde für die vorliegende Bachelorarbeit die Forschungsfrage formuliert:

Wie erleben die Fachkräfte der sozialpädagogischen Familienbegleitung das Spannungsfeld von Nähe und Distanz in Bezug auf ihr subjektives psychisches Belastungserleben?

Diese hat zum Ziel, die subjektiven Sichtweisen der Fachkräfte einzufangen und daraus Schlussfolgerungen für die Praxis der SPF abzuleiten. Das nachfolgende Forschungsdesign sowie das Kapitel 5 und 6 werden angewendet, um die Forschungsfrage zu beantworten.

4.2 Forschungsmethode

Bei der vorliegenden Bachelorarbeit handelt es sich um eine qualitative Forschung. Es wird die Forschungsmethode des problemzentrierten Interviews (PZI) nach Witzel angewendet (Witzel 1982; Witzel 1985; zit. in Witzel, 2000, S. 1). Dabei handelt es sich um ein offenes, halbstrukturiertes Interview. Die interviewende Person fördert einen möglichst offenen Erzählfluss, damit ein möglichst offenes Gespräch entsteht. Allerdings wird das Gespräch immer wieder auf die zentrale Problemstellung gelenkt, die zu Beginn eingeführt wird und vorgängig von der interviewenden Person analysiert wurde (Mayring, 2023, S. 60-61).

Die gewählte Methode ist für die vorliegende Arbeit geeignet, da das subjektive psychische Belastungserleben der Fachkräfte in der SPF im Spannungsfeld von Nähe und Distanz eingefangen werden soll. Denn wie Witzel (2000) betont, zielt das PZI « (...) auf eine möglichst unvoreingenommene Erfassung individueller Handlungen sowie subjektiver Wahrnehmungen und Verarbeitungsweisen gesellschaftlicher Realität» (S. 1) ab.

Im PZI werden die neuen Erkenntnisse durch die Abwechslung zwischen induktivem und deduktivem Vorgehen gewonnen. Das bedeutet für die Datenerhebung einerseits, dass das theoretische Vorwissen eine wichtige Grundlage für die Entwicklung von Leifadenfragen darstellt. Parallel folgt das Interview dem Prinzip der Offenheit, indem die befragte Person durch stimulierte Narrationen Schwerpunkte selbstständig setzen kann (Witzel, 2000, S. 2). Ein Kurzfragebogen, eine Tonaufzeichnung, ein Leitfaden und Postskripte gehören gemäss Witzel (2000) zu den Hilfsmitteln des PZIs (S. 4). Für die vorliegende Bachelorarbeit werden alle, bis auf die Postskripte verwendet. Gemäss Witzel (2000) werden mit dem Kurzfragebogen personenbezogene Daten erhoben. Der Leitfaden fungiert als Gedächtnisstütze und Orientierung. Er beinhaltet die Forschungsthemen und stellt die Vergleichbarkeit zwischen den Interviews sicher. Ausserdem beinhaltet er eine vordefinierte Einstiegsfrage sowie Fragevorschläge zur Eröffnung der festgelegten Themenbereiche. Die Einstiegsfrage ist dabei offen formuliert, allerdings stets mit dem Fokus auf das Problem, damit die befragte Person ihre subjektive Sichtweise darlegen kann (S. 4-5). Wie Mayring (2023) festhält, können durch die interviewende Person auch Ad-hoc-Fragen gestellt werden (S. 62-63). Die Tonaufzeichnung hilft bei der vollständigen Erhebung der Kommunikation, die hinterher transkribiert wird. Zudem unterstützt die Tonaufzeichnung auch die interviewende Person sich gänzlich auf das Interview zu konzentrieren (Witzel, 2000, S. 4).

Aus dem theoretischen Vorwissen werden folgende Themenbereiche für das vorliegende PZI definiert:

- Einstiegsfrage
- Nähe und Distanz/Beziehungsgestaltung
- Subjektive psychische Belastungen
- Strategien und Bewältigung

Dem Anhang B kann der verwendete Leitfaden mit den Themenbereichen sowie den Fragevorschlägen und der Kurzfragebogen für das PZI entnommen werden.

4.3 Sampling

Wie Przyborski und Wohlrab-Sahr (2021) betonen, geht es in der qualitativen Forschung beim Sampling « (...) darum, die Strukturiertheit des Phänomens und das Spektrum seiner Ausprägungen zu erfassen» (S. 230). Dies bestätigt auch Flick (2019), der schreibt, dass durch das Sampling gewährleistet werden soll, dass für die Studie die geeignetsten Fälle ausgesucht werden (S. 96). Przyborski und Wohlrab-Sahr (2021) unterscheiden drei Sampling Formen für die qualitative Forschung. Beim Sampling der vorliegenden Bachelorarbeit wird die Form des Samplings nach bestimmten, vorab festgelegten Kriterien angewendet (S. 231-236). Mayer (2013) schreibt, dass bei dieser Form die Auswahlkriterien für das Sampling aus der Fragestellung der Studie, der theoretischen Annahme aber auch aus früheren Studienerkenntnissen abgeleitet werden (S. 39).

Für das Sampling der vorliegenden Arbeit werden mehrere Institutionen der SPF anhand der nachfolgenden, vorab festgelegten Kriterien angefragt, um Interviewpartner*innen auszuwählen. Wie bereits in der Fragestellung und im Kapitel der Abgrenzung (vgl. 1.4) klar wird, grenzt sich das Sampling in der vorliegenden Bachelorarbeit auf Fachpersonen der Sozialen Arbeit mit einem Abschluss auf Tertiärstufe ein, welche aktuell in der SPF tätig sind. Dies stellt somit das erste Kriterium dar, da AvenirSocial und Fachverband SPF Schweiz (2017) dies als Voraussetzung für die Arbeit in der SPF definieren (S. 6). Folglich kann eine fachliche Perspektive gewonnen werden.

Ein weiteres vorab definitiveres Kriterium stellt die Berufserfahrung und das Alter dar. Grund dafür sind die Ergebnisse der in Kapitel 3.5.3 abgebildeten Studie vom Kinder- und Jugendring Sachsen-Anhalt (2011; zit. in Allroggen et al, 2017), welche zeigte, dass sich erfahrene sowie ältere Fachkräfte in verschiedenen Berufsfeldern der Kinder- und Jungendarbeit weniger belastet fühlen (S. 50). Daher wird darauf geachtet, die beiden Pole, Jung und Alt (Alter) sowie Erfahren und Unerfahren (Berufserfahrung) einzufangen.

Weiter wird darauf geachtet, Familienbegleiter*innen aus unterschiedlichen Institutionen zu befragen, um eine möglichst grosse Vielfalt möglicher institutioneller Unterschiede und Unterstützungsmöglichkeiten in diesem Thema abzubilden. Dies war möglich und es wurden vier Personen aus jeweils unterschiedlichen Institutionen interviewt. Aus der nachfolgenden Tabelle 5 können die wichtigsten Eckdaten des Samplings für die Bachelorarbeit entnommen werden.

Interviewperson	P1	P2	P3	P4
Alter	31	60	38	58
Geschlecht	weiblich	männlich	weiblich	weiblich
Ausbildung	B. Sc. Soziale Arbeit - Sozialpädagogin FH	Sozialpädagoge HF	B. Sc. Soziale Arbeit - Sozialpädagogin FH	Soziokulturelle Animatorin HF
Abschlussjahr Ausbildung	2020	2006	2020	1994
Berufserfahrung SPF	3 Jahre	12 Jahre	fast 3 Jahre	5 Jahre
Zusatzausbildungen	keine	systemischer Therapeut und Berater und weitere	SIT Basiskurs + diverse Fachtagungen	CAS «Beraten und Coachen» und weitere
Arbeitspensum	80%	100%	65%	80 %
Anzahl Kinder	0	0	0	2

Tabelle 5: Sampling Bachelorarbeit (eigene Darstellung)

4.4 Datenerhebung

Die Durchführung aller Interviews fand zwischen dem 05. Juni 2025 und dem 13. Juni 2025 statt. Der Interviewort war meistens im Büro der interviewten Personen. Die Interviews dauerten zwischen 40 - 50 Minuten und wurden auf Schweizerdeutsch durchgeführt. Alle Interviews wurden, mit Zustimmung der interviewten Personen, mithilfe eines Audiogerätes aufgezeichnet. Dazu wurde eine Einwilligungserklärung eingeholt (siehe Anhang A).

4.5 Datenaufbereitung

Für die Datenaufbereitung werden die Interviews transkribiert. Mayring (2023) hält fest, dass die Datenaufbereitung ein wichtiger Schritt zwischen der Datenerhebung sowie der Datenauswertung darstellt. Die Transkription von Interviews ist unvermeidlich für eine gründliche Auswertung und bildet die Grundlage der Dateninterpretation (S. 74-78). Daher wird für die vorliegende Bachelorarbeit für jedes Interview ein Transkript erstellt.

Dresing und Pehl (2018) unterschieden dabei zwischen einfachen und detaillierten Transkripten (S. 17). Für die vorliegende Bachelorarbeit wird die einfache Transkription angewendet, da der Fokus auf dem semantischen Inhalt der Interviews liegt. Dabei ist eine gute Lesbarkeit im Zentrum und es gibt nur geringe Informationen über die para- und nonverbalen Vorkommnisse. Der Text wird dabei häufig von der Umgangssprache und dem Dialekt geglättet (Dresing & Pehl, 2018, S. 17). Damit die Einheitlichkeit der Transkription sichergestellt ist und eine Basis für eine gute Auswertung geschaffen wird, braucht es gemäss Dresing und Pehl (2018)

Transkriptionsregeln (S. 20). Die für die vorliegende Arbeit ausgewählten Regeln können aus der Tabelle 6 entnommen werden, welche in Anlehnung von Dresing und Pehl (2018) übernommen werden (S. 20-22).

Die Anonymisierung von qualitativen Interviews ist ein unabdingbares Erfordernis, da diese oft datenschutzrelevante Inhalte aufweisen (Kuckartz & Rädiker, 2024, S. 204). Dies wird bei den Transkriptionsregeln für die vorliegende Arbeit ergänzt.

Transkriptionsregeln
Kennzeichnung Sprechbeiträge:
I = interviewende Person
P = Familienbegleiter*innen mit zugeordneter Nummer
Eigener Absatz für jeden Sprecher*innenbeitrag
Wörtliche Transkription
Dialekt wird so genau wie möglich ins Schriftdeutsch übertragen und Annäherung von Wortschleifungen ins Schriftdeutsch vorgenommen
(...) für längere Pausen ab 3 Sekunden
Umgangssprachliche Partikel werden beibehalten
Unvollständige Wörter finden keine Beachtung und stotternde Äusserungen werden geglättet
Für die Lesbarkeit wird die Interpunktionsgeglättet
Es werden ausschliesslich Wortdoppelungen verwendet, wenn sie zur Hervorhebung verwendet werden
Nonverbale, emotionale Ausdrucksformen werden in der Klammer notiert z.B. (lacht)
Abgebrochene Sätze werden mit / markiert
Alle identifizierbaren Äusserungen werden anonymisiert und in eckige Klammer gesetzt z.B. [Name der Interviewten Person]

Tabelle 6: Transkriptionsregeln (eigene Darstellung auf der Basis von Dresing & Pehl, 2018, S. 21-22)

4.6 Datenauswertung

Für die Datenauswertung wird in der vorliegenden Bachelorarbeit die inhaltlich strukturierende qualitative Inhaltsanalyse nach Kuckarzt verwendet (vgl. Kuckarzt & Rädiker, 2024, S. 129- 156). Diese Auswertungsmethode wird gewählt, da sie sich auf mehrere Datenarten und Interviews anwenden lässt, unter anderem auf das PZI (Flick, 2007; zit. in Kuckarzt & Rädiker, 2024, S. 130). Außerdem kann zur Unterstützung in der Datenauswertung qualitativer Forschungen die Qualitative Data Analysis- Software f4analyse verwendet werden (Dresing & Pehl, 2018, S. 42), was im Rahmen der vorliegenden Bachelorarbeit umgesetzt wird. Denn wie Pehl und Dresing (2023) festhalten, orientiert sich die Software f4analyse methodisch an der strukturierenden qualitativen Inhaltsanalyse nach Kuckarzt (S. 2).

Wie die nachfolgende Abbildung 7 zeigt, umfasst die inhaltlich strukturierende qualitative Inhaltsanalyse sieben Phasen (Kuckarzt & Rädiker, 2024, S. 132). Wie Kuckarzt und Rädiker (2024) festhalten, werden dabei die Kategorien induktiv sowohl auch deduktiv gebildet (S. 129-130). Die Phasen der inhaltlich strukturierenden qualitativen Inhaltsanalyse werden nachfolgend kurz erläutert.

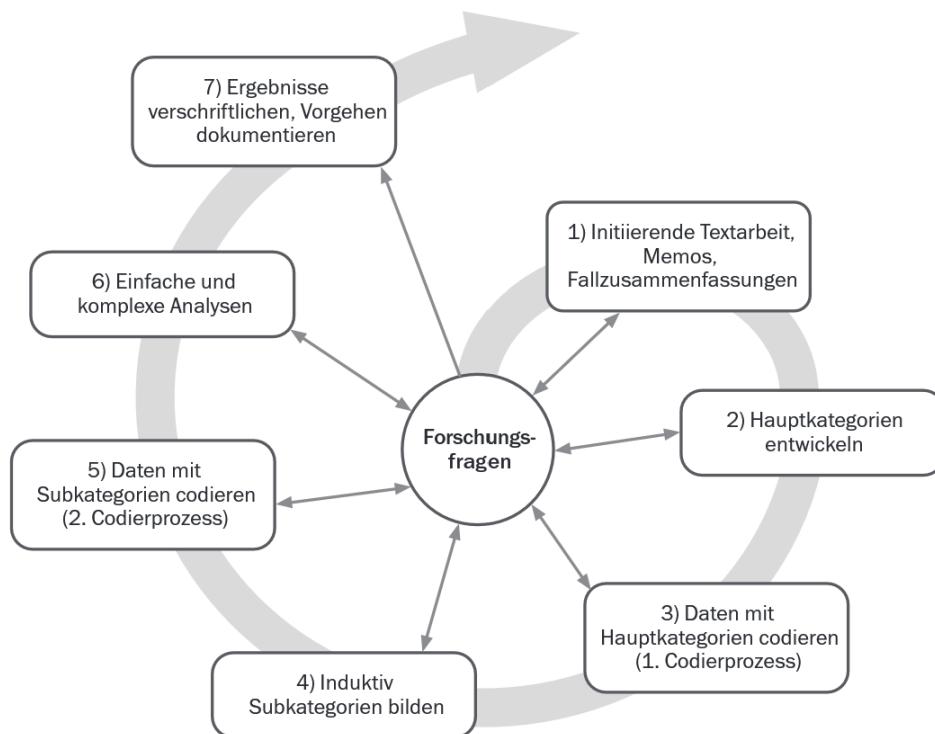


Abbildung 7: Ablauf inhaltlich strukturierende qualitative Inhaltsanalyse (Kuckarzt & Rädiker, 2024, S. 132)

Gemäss Kuckarzt und Rädiker (2024) besteht die erste Phase darin, dass die Transkripte der Interviews genau gelesen werden. Dabei werden wichtige Textstellen markiert, Memos festgehalten und zum Schluss der Phase wird jeweils eine kurze Zusammenfassung des Falles erstellt (S. 132-133). Da es in der vorliegenden Arbeit wenige Interviews sind, wird auf eine Fallzusammenfassung verzichtet. Wie Kuckarzt und Rädiker (2024) festhalten, werden in der zweiten Phase die Hauptkategorien entwickelt. Diese werden mehrheitlich aus der Forschungsfrage und dem Leitfaden abgeleitet. Allerdings können durch die erste Phase bereits auch andere Themen in den Vordergrund rücken. In der dritten Phase werden alle Interviews Zeile für Zeile, durchgegangen und die jeweiligen Textstellen den Hauptkategorien zugeordnet. Dies bildet den ersten Codierungsprozess. Dabei bleiben Textstellen, die für die Forschungsfrage irrelevant sind, uncodiert. Zudem können einzelne Textpassagen oder Sätze auch mehreren Kategorien zugeordnet werden (S. 133-134).

In der vierten Phase werden induktiv Subkategorien gebildet. Dabei werden die vergleichsweise allgemein gehaltenen Kategorien, welche für die Forschung wichtig sind, ausdifferenziert. Als Erstes wird durch das Zusammenstellen aller Textstellen in einer Liste, welche in der gleichen Hauptkategorie codiert wurden, eine Übersicht geschaffen. Dies wird in der vorliegenden Arbeit mit der Software f4analyse automatisch generiert. Danach werden relevante Dimensionen identifiziert sowie am Material induktiv Subkategorien für die jeweilige Hauptkategorie gebildet und definiert (Kuckarzt & Rädiker, 2024, S. 138-152). Die Definitionen der Haupt- und Subkategorien mit Beispielen kann dem Anhang C entnommen werden.

Die Phase fünf bildet den zweiten Codierungsprozess. Dabei wird das ganze codierte Material nochmals systematisch durchgegangen und dabei die Textstellen der Hauptkategorien den in der vierten Phase erstellten Subkategorien zugeordnet (Kuckarzt & Rädiker, 2024, S. 142-143). Kuckarzt & Rädiker (2024) zufolge wird die Datenanalyse in der sechsten Phase vollzogen. In der vorliegenden Bachelorarbeit wird dafür die Form «Kategorienbasierte Analyse entlang der Hauptkategorien» (S. 147-149) angewendet. Die Datenanalyse wird mit der siebten Phase abgeschlossen. In dieser Phase werden die gewonnenen Erkenntnisse für die Beantwortung der Forschungsfrage verschriftlicht (Kuckarzt & Rädiker, 2024, S. 154-156). In Kapitel 5 werden die Forschungsergebnisse der Datenauswertung inklusive der Haupt- und Subkategorien dargestellt und erläutert.

4.7 Limitierung der Forschungsanlage

Eine erste Limitierung stellt das Sampling der vorliegenden Bachelorarbeit dar. Trotz Bemühungen, ein möglichst heterogenes Sampling zu gestalten, sind einige Merkmale, wie das Geschlecht, trotzdem weitestgehend homogen geblieben. Dies kann darauf zurückgeführt werden, dass wenige Personen des männlichen Geschlechts in der SPF tätig sind. Zudem weisen P1 und P3 viele Überschneidungen hinsichtlich Ausbildung, Abschlussjahr und Berufserfahrung auf. Dies kann mit der begrenzten Auswahl, der für die Interviews zur Verfügung stehenden Personen und dem begrenzten Zeitplan der vorliegenden Arbeit begründet werden. Diese Homogenität kann Auswirkungen auf die Vielfalt der Perspektiven haben. Zudem ermöglicht die Datenerhebung anhand von vier Fachkräften der SPF im Spannungsfeld zwischen Nähe und Distanz keine repräsentativen Schlüsse auf die Gesamtheit aller Belastungen von Fachkräften der SPF. Trotzdem können aus den erhobenen Daten Schlussfolgerungen für die Praxis gezogen werden.

Weiter wurde die Auswertung der Interviews nur durch die Autorin der vorliegenden Arbeit vorgenommen. Kuckarzt und Rädiker (2024) weisen jedoch darauf hin, dass für die Qualität des Codierungsprozesses empfohlen wird, mindestens zu zweit zu codieren, da damit an Präzision und Zuverlässigkeit in der Kategorienbildung und Zuordnung der Codes gewonnen wird (S. 136-137). Zudem stellte die eindeutige Zuordnung der Kategorien aufgrund von Überschneidungen und die Verflochtenheit aller Themen eine Herausforderung dar. Daher bildet die Datenauswertung eine Limitierung der Forschungsanlage. Wie sich in der Darstellung zeigen wird, werden vor allem negative Belastungen und Beanspruchungen aufgeführt. Daher muss betont werden, dass gegebenenfalls die Frageformen des Interviews zu diesem Resultat geführt haben.

5 Darstellung der Forschungsergebnisse

Im vorliegenden Kapitel werden die Forschungsergebnisse, welche im Rahmen der vorliegenden Bachelorarbeit erhoben wurden, präsentiert. Jedes nachfolgende Unterkapitel stellt eine Hauptkategorie mit den Subkategorien dar. Zu Beginn der Kapitel geben die Tabellen 7 - 11 einen Überblick über die gebildeten Subkategorien. Dabei werden die Aussagen aller vier Interviewpartner*innen zusammengefasst. Die nachfolgende Abbildung 8 gibt eine Übersicht über die gebildeten Hauptkategorien.



Abbildung 8: Übersicht Forschungsergebnisse Hauptkategorien (eigene Darstellung)

5.1 Nähe und Distanz

Aus den Interviews geht hervor, wie die Fachkräfte der SPF die Nähe und Distanz im Allgemeinen erleben. Dabei wurden unterschiedliche Themen angesprochen, welche in die nachfolgenden Subkategorien gegliedert wurden (siehe Tabelle 7).

Hauptkategorie	Subkategorien
Nähe und Distanz	Erleben von Nähe und Distanz
	Professionalität
	Chancen und Risiken
	Herausforderungen
	Beziehungsgestaltung
	Rollen und Grenzen

Tabelle 7: Übersicht Hauptkategorie «Nähe und Distanz» (eigene Darstellung)

Erleben von Nähe und Distanz

Aus allen Interviews tritt hervor, dass Nähe und Distanz ein Thema der SPF ist, womit die Fachpersonen alltäglich konfrontiert sind: «(...) gut Nähe Distanz ist eigentlich so oder so ein wichtiges Thema, begegnet einem jeden Tag bei der Arbeit (...)» (P2, Abs. 4).

Für drei Personen stellen Nähe und Distanz ein Spannungsfeld dar. Eine Person bezeichnet dieses als Gradwanderung (P4, Abs. 2). Das Spannungsfeld ergibt sich zum einen auf Grund des häuslichen und sehr intimen Umfeldes der Familie, welches eine Person stark in der Abgrenzung fordert (P2, Abs. 12). Zum anderen, weil es eine andere Person in der Positionierung innerhalb der Familie fordert, wie das nachfolgende Zitat zeigt: «Wie nahe steht man zur Familie, wo ist aber auch eine gesunde Distanz nötig» (P1, Abs. 8). P3 sieht dies allerdings als kein Spannungsfeld, da Nähe und Distanz für sie zusammengehören (Abs. 4).

Professionalität

Aus den Interviews resultiert, dass Nähe und Distanz eng mit Professionalität in Verbindung gebracht werden. Professionalität in der Nähe und Distanz bedeutet für die interviewten Personen Bewusstsein über den Auftrag und die Werte der Sozialen Arbeit aber auch, dass Klient*innen auf Augenhöhe begegnet wird. Zudem das Bewusstsein über das eigene Handeln und die klare Trennung von Arbeit und Privatem (P1, Abs. 56; P2, Abs. 28; P3, Abs. 6). Für eine Person zählt zur Professionalität zudem das Kennen der eigenen Grenzen und trotzdem Nähe aufbauen zu können (P3, Abs. 6).

Wie das nachfolgende Zitat zeigt, wird Professionalität für eine Person über Distanz definiert: «Es gibt manchmal schon Leute, die sind dermassen professionell nur aber dann denke ich jeweils manchmal, ihr seid aber einfach auch emotional nicht mehr fassbar» (P4, Abs. 44).

Chancen und Risiken

Die Analyse der Interviews zeigt, dass sowohl Chancen als auch Risiken der Nähe und Distanz in der SPF bestehen. Die lebensweltorientierte Arbeit wird als eine Chance angesehen (P3, Abs. 30). P4 empfindet es zudem als Chance besser an die Themen heranzukommen (Abs. 18).

Dem Gegenüber wurden hauptsächlich Risiken genannt. P3 erwähnt, dass auch das Risiko besteht, selbst Gewalt ausgesetzt zu werden und dabei allein im häuslichen Umfeld zu sein (Abs. 30). Zudem besteht das Risiko, Teil des Systems zu werden, wie dies P3 widerfahren ist (P3, Abs. 18).

P4 sieht folgendes Risiko in übermässiger Nähe:

Du bist nicht mehr so in der Meta-Ebene, wo du das Ganze anschaust, oder. Was ist da wirklich, du bist dann plötzlich ein bisschen so nahe, dass du selbst anfängst, ich weiss nicht, beschönigen oder verharmlosen, also. Es klingt jetzt heftig, aber es kann dann schon ein bisschen sein, dass ich dann plötzlich auch finde «ja, die Mama die kann ja nicht anders, sie hat die Kraft nicht». (Abs. 18)

Weiter wird das Ausbrennen durch übermässige Nähe als Risiko angesehen (P4, Abs. 18). Und die Gefahr vom Unvermögen sich abzugrenzen:

(...) ich glaube, es ist wahnsinnig wichtig, um seine Arbeit gut zu machen, dass man diese Nähe anbieten kann. Aber es ist halt auch eine Gefahr, dass man vielleicht zu viel Nähe anbietet und (...) dann Sachen mit nach Hause nimmt und schlechter abschalten kann. (P3, Abs. 32)

Herausforderungen

Die Interviewpartner*innen begegnen in der SPF im Umgang mit Nähe und Distanz immer wieder Herausforderungen, welche eng mit den Belastungen in der Nähe und Distanz in Verbindung zu stehen scheinen. Dabei sind die Herausforderungen individuell und vielseitig. Wie bspw. der Umgang mit Kindeswohlgefährdungen aber auch Themen wie Sucht und psychische Erkrankungen der Eltern (P1, Abs. 26; P3, Abs. 8). Auch der Umgang mit Kindern, welche ein Problem in Nähe und Distanz haben (P2, Abs. 14). Als eine weitere Herausforderung im Umgang mit Nähe und Distanz beschreibt P1 den Umgang mit der eigenen Emotionalität bei Meinungsverschiedenheiten mit den Familien und die Herausforderung, dabei keine Grenzen zu überschreiten (Abs. 26).

Der Geschlechterunterschied, in Bezug auf Nähe und Distanz, der Fachpersonen wird in der Aussage von P2, welcher männlich ist, deutlich. Er berichtet davon, dass er die Türe nie ganz schliesse, wenn er mit einem Mädchen allein in einem Zimmer sei (Abs. 12). P1 spricht in Zusammenhang mit der Kindeswohlgefährdung auch das Spannungsfeld der Hilfe und Kontrolle als eine Herausforderung an, welche für sie im Zusammenhang mit Nähe und Distanz steht (Abs. 28, 30).

Beziehungsgestaltung

Aus allen Interviews kommt deutlich hervor, dass eine gute Beziehung unabdingbar ist und vor allem am Anfang intensiv daran gearbeitet werden muss. In den Worten von P3: «Elementar (lacht). Ja, es ist die Grundlage von unserer Arbeit. Also wir müssen in der Lage sein, eine Beziehung anzubieten» (Abs. 30). P2 führt aus, aus welchem Grund eine gute Beziehungsgestaltung wichtig ist: «(...) Beziehungsgestaltung, also ohne Beziehung ist eigentlich eine gute Arbeit nicht möglich. Also für mich ist, geht alles über eine gute Beziehungsgestaltung» (Abs. 6).

Ein gutes Passungsverhältnis zwischen der Familie und der Fachperson besteht, gemäss den Fachpersonen, wenn die Familien authentisch werden, andere Themen ansprechen oder auch Tipps umsetzen (P1, Abs. 14). P3 nimmt dies zudem an einer abfallenden angespannten Körpersprache wahr (Abs. 14).

Rollen und Grenzen

Die Analyse der Interviews zeigt, dass die Rollen und Grenzen im Zusammenhang mit Nähe und Distanz in der SPF immer wieder thematisiert werden, welche eng miteinander in Verbindung stehen. Als zentraler Punkt wird das Bewusstsein der eigenen Rolle und der dazugehörigen Grenzen, um im Auftrag zu bleiben, angesprochen:

«Und das ist schon ein wichtiger Aspekt, sich über die eigene Rolle bewusst zu sein. Auch dass man nicht zur Familie gehört, dass man nicht befreundet ist, dass es eine Arbeitsbeziehung ist, ist sicher ein grosser Teil davon» (P3, Abs. 28).

Das mir auch Mütter schon gesagt haben sie fühlen sich einsam und und und oder. Und dass man auch die Rollen wieder klären musste und sagen, ich bin hier um euch zu unterstützen, ich bin hier um dich zu unterstützen, mit deinem Kind und für nicht mehr. (P2, Abs. 16)

Dies scheint für P1 beim Berufseinstieg eine Herausforderung gewesen zu sein, wie das folgende Zitat belegt:

Weil ja man arbeitet mit ihnen zusammen, sie wachsen einem wie auch ans Herz und dann ist es dann ein schmaler Grad oder so mit ja, hier ist man eigentlich die Fachkraft und nicht [Name der Interviewten Person] als Privatperson und das abzugrenzen (...). (Abs. 20)

P4 betont zudem eine Herausforderung im häuslichen Umfeld: «(...) dass man manchmal wie so vom Gegenüber vergessen geht, dass man halt eine professionelle Person ist» (P4, Abs. 2).

Auf der anderen Seite werden auch Grenzen der Fachpersonen angesprochen. P3 betont, dass das Einhalten von eigenen Grenzen beziehungsweise Distanz auch wichtig ist, um sich selbst zu schützen, bspw. in der Konfrontation mit Gewalt (Abs. 30). P2 befasst sich immer wieder mit der Frage: «Wo muss man aber auch die Grenzen sichtbar machen und sagen okay bis hier hin und weiter nicht, oder und wo man sich dann auch abgrenzen muss dann» (Abs. 14). Dazu nennt er Beispiele, wie wenn Kinder ihm auf den Schoss sitzen möchten oder Mütter sich von ihm sexuell angezogen fühlen (P2, Abs. 4, 16).

Zudem werden auch die Grenzen der Familien thematisiert. Es wird betont, dass mit der Macht beziehungsweise Asymmetrie der Beziehungen vorsichtig umgegangen werden muss (P1, Abs. 26). P2 betont dabei die Wichtigkeit für ihn, die Grenzen der Familie zu wahren (Abs. 54).

5.2 Einflussfaktoren auf Nähe und Distanz

In dieser Hauptkategorie konnte ausgemacht werden, welche Faktoren den Umgang mit Nähe und Distanz in der SPF beeinflussen. Die Tabelle 8 gibt einen Überblick über die gebildeten Subkategorien.

Hauptkategorie	Subkategorien
Einflussfaktoren auf Nähe und Distanz	Fachperson
	Berufserfahrung
	Setting
	Kultur
	SPF-Phasen

Tabelle 8: Übersicht Hauptkategorie «Einflussfaktoren auf Nähe und Distanz» (eigene Darstellung)

Fachperson

«(...) ja also die Persönlichkeit spielt sicher immer, die eigene Persönlichkeit, spielt immer mit. Und wir arbeiten eigentlich ja auch mit unseren Persönlichkeiten» (P4, Abs. 8).

«Ja ich glaube in unserer Arbeit oder gerade in der SPF spielt das sehr eine grosse Rolle, auch weil wir wie das Werkzeug sind» (P1, Abs. 22).

Die oben aufgeführten Zitate zeigen, dass die Fachpersonen sich als eigene Werkzeug sehen und viel Persönlichkeit in die Arbeit miteinfliest. Dabei wird die Nähe und Distanz auch durch Sympathie und Antipathie sowie das Menschliche und Authentische beeinflusst (P1, Abs. 26; P4,

Abs. 2, 8). P4 verweist zudem auf den Vorteil ihres Alters, da sie daher mehr Respekt sowie auch keine Beziehungsangebote von Männern mehr erhält (Abs. 42).

Berufserfahrung

Die Analyse der Interviews zeigt, dass die Berufserfahrung die Nähe und Distanz beeinflusst. Durch die zunehmende Erfahrung werden Nähe und Distanz gemäss den Aussagen bewusster eingeordnet und Strategien entwickelt, anders damit umzugehen, bspw. in früherer Rollenklärung (P2, Abs. 26; P3, Abs. 22; P4, Abs. 22).

Ich hatte noch keine Erfahrungen gehabt in diesem Bereich und ja dann ist man vielleicht schneller «rein gerasselt», sagte ich jetzt mal so. Weder jetzt, wo man schon auch einen Beziehungsaufbau macht und in die Nähe geht, aber man stoppt vielleicht eher mal früher (...). (P1, Abs. 18)

Setting

Aus einzelnen Interviews geht hervor, dass das häusliche Setting einen Einfluss auf die Nähe und Distanz in der SPF hat und dadurch auch ein Unterschied zum stationären Setting besteht. P2 äussert dazu:

Oder in einer Institution ist es noch einmal anders, das ist ein gemachtes Setting und zu Hause im häuslichen Umfeld ist es so wie es ist oder. Dann liegt das herum was da ist und es ist so wie es ist und die Zimmer sind so wie sie sind. Genau das hat schon damit zu tun, dass man viel viel näher ist bei der Familie. Es ist sehr viel intimer. (Abs. 36)

Doch ist P3 der Meinung, dass das häusliche Setting für sie nicht mehr Nähe beinhaltet als das stationäre Setting, sondern einfach andere Nähe, auch aufgrund anderer Zeiträume der Beziehungen (Abs. 22). P1 ist weiter der Meinung, dass die Nähe und Distanz je nach Besuch schwanken können. Beispielweise empfindet sie mehr Distanz, wenn es um ein Konfliktgespräch geht, jedoch mehr Nähe, wenn sie die Familie in der Schule vertritt (Abs. 6).

Zudem wird erwähnt, dass Nähe und Distanz auch durch die Auftragsart beeinflusst wird, sprich ob der Auftrag freiwillig oder angeordnet ist: «Als ich glaube, da es meistens Anordnungen sind bei der SPF oder bei unserem Arbeitsfeld, ist es am Anfang eher so ein bisschen, sehr distanziert» (P1, Abs. 10). Gemäss P3 beeinflusst auch die Häufigkeit der Besuche die Nähe und Distanz, im Sinne von, dass eine hohe Anzahl an Besuchen die Intensität des Auftrags erhöhen und es entsprechend schwieriger wird, nicht Teil des Systems zu werden (Abs. 24).

Kultur

Drei der interviewten Personen sind der Meinung, dass in der SPF die Kultur einen Einfluss auf die Nähe und Distanz hat. Dies widerspiegelt sich im folgenden Zitat: «Und dann kommt die Kultur vielleicht auch dazu oder da kann man auch, je nach dem, vielleicht schon auf eine Distanz stossen, wenn man vielleicht kulturell da auch Barrieren hat» (P1, Abs. 6). P1 betont zudem, dass durch die Arbeit mit einer dolmetschenden Person, automatisch eine gewisse Distanz vorhanden ist (Abs. 26), wie auch Sprachbarrieren (P4, Abs. 10).

Eine weitere Herausforderung zeigt sich für P3 in der institutionellen Regel, nicht mit Klient*innen zu essen, was eine Familie vor den Kopf stossen könnte: «Wenn es wie eigentlich zur Kultur gehört, dass wenn jemand nach Hause kommt dort Essen angeboten wird. Und das also wirklich sehr unhöflich ist, wenn man das nicht annimmt und das ist halt, ja, auch eine Gradwanderung» (Abs. 16).

SPF-Phasen

Auch die Phasen haben gemäss den Aussagen einen Einfluss auf die Nähe und Distanz in der SPF. Dabei scheinen Nähe und Distanz je nach Phase zu variieren: «Am Anfang eben ist man distanzierter, nachher vielleicht etwas näher und wenn es gegen den Abschluss geht auch wieder so ein bisschen, ja geht es vielleicht wieder auf eine distanziertere Linie» (P1, Abs. 2). Dies verlangt allerdings gemäss P2 eine gewisse Aufmerksamkeit: «Ich denke, je länger man jemanden kennt, umso vertrauter wird die Beziehung oder und umso mehr muss man sich dann achten auf Nähe und Distanz oder» (Abs. 22).

5.3 Psychische Belastungen in der Nähe und Distanz

Die Interviews zeigen, dass es beim Thema Nähe und Distanz für alle psychische Belastungen gibt. Eine Person äussert dazu: «Also wir sind zum Teil in unserer Arbeit sehr sehr belastenden Situationen ausgesetzt. Und da einen Umgang zu finden, einen guten Umgang zu finden, damit ist recht eine grosse Herausforderung oder» (P2, Abs. 32).

Die nachfolgende Tabelle 9 gibt einen Überblick über die Belastungsfaktoren in der Nähe und Distanz.

Hauptkategorie	Subkategorien
Psychische Belastungen in der Nähe und Distanz	Persönliche Grenzen
	Strukturelle Ohnmacht
	Themen der Familien
	Verantwortung
	Kindeswohlgefährdung

Tabelle 9: Übersicht Hauptkategorie «psychische Belastungen in der Nähe und Distanz» (eigene Darstellung)

Persönliche Grenzen

Familienbegleiter*innen sind im Berufsalltag immer wieder mit persönlichen Grenzen konfrontiert, wie das folgende Zitat zeigt: « (...) wir als sozialpädagogische Familienbegleiter sind sehr sehr sehr einsam. Wir sind sehr allein. Und wir sind sehr vielen Situationen ausgesetzt, welche mich selber sehr an die Grenzen bringen (...)» (P2, Abs. 46).

Deshalb wird das Arbeitssetting bei den Familien zu Hause teilweise zu einer Belastung, wie P2 sagt:

Ja ich bin in vielen Familien drin, so möchte ich nicht Leben so, so könnte ich nicht leben.

Und auch da, akzeptieren müssen, dass diese Person, dass es für diese Person jetzt so gut ist und ausreicht und dass sie gar nicht mehr wollen. (Abs. 36)

Aber auch die eigene Biografie kann durch Triggerpunkte als Belastungsfaktor wahrgenommen werden (P1, Abs. 36).

Strukturelle Ohnmacht

Die Grenzen der eigenen Arbeit und dabei die eigene Hilflosigkeit oder auch die Ungerechtigkeit, die den Familien widerfahren, werden von zwei Interviewpartner*innen als Belastungsfaktoren genannt. Herausfordernd sei dabei, im eigenen Auftrag zu bleiben (P3, Abs. 18, 34; P4, Abs. 22). Das veranschaulicht folgende Aussage von P3, in der sie von einer Familie erzählt, die ihre Wohnung verloren hat:

Und das sind Sachen, die einem auch immer wieder die eigenen Grenzen aufzeigen der Arbeit. Und dann auch ein bisschen hilflos machen. Und dann mit dieser Hilflosigkeit umzugehen und das teilweise akzeptieren zu müssen, zu können und sich wie wieder darauf zu fokussieren innerhalb des Auftrages, wie kann man die Familie dann unterstützen. (Abs. 34)

P3 sieht als zusätzlichen Belastungsfaktor auch eine zu hohe Fallbelastung (P3, Abs. 40). Dazu werden auch die Notfälle von einzelnen als eine Belastung angesehen, da dort häufig sofort

reagiert werden muss (P1, Abs. 36). In Worten von P4: «Wenn an einem Ort ein Notfall ist, dann kommen sicher noch zwei drei andere und dann ist es eigentlich zu viel, schlachtweg zu viel» (Abs. 38).

Themen der Familien

Aus den Interviews geht hervor, dass auch die Geschichten und Themen der Familien als Belastungsfaktoren im Zusammenhang mit Nähe und Distanz angesehen werden. Wie bspw. Schicksalsschläge der Familien aber auch Themen wie Suizidalität, selbstverletzendes Verhalten, Gewalt oder sogar sexuelle Gewalt, Krisen oder Missbrauch (P1, Abs. 20, 36; P2, Abs. 32; P3, Abs. 18; P4, Abs. 20, 22).

Ja also die Geschichten von den Familien, also wenn mir eine Mutter sagt, sie wisse nicht wie lange sie noch leben wolle und so, dann ist das schon, ja dann geht das einem auch nahe. Das ist nicht locker, wie man dies wegstecken kann (...). (P1, Abs. 36)

P4 betont, dass ihr solche Themen der Familie besonders aufgrund der Beziehung nahe gehen (P4, Abs. 14), was auch P3 mit folgendem Zitat betont, in dem sie Teil des Systems geworden ist:

Und auch mit Familien durch Krisen geht ist das intensiv. Und zum Teil sind halt diese Krisen auch etwas, wo ich manchmal zu nahe dran sein kann, wenn ich/ Ich nenne es immer mein Systemkollaps, wenn ich denke es ist doch nicht möglich, dass das jetzt passiert. (Abs. 18)

Verantwortung

Drei Personen betonen den Umstand, dass die Verantwortung allein wahrgenommen wird als ein Belastungsfaktor:

«Ja, ist jetzt das der richtige Entscheid gewesen für die Kinder?» (P4, Abs.30).

«was ist, wenn etwas passiert, wer übernimmt die Verantwortung und und und» (P2, Abs. 32).

(...) Ja, ich glaube, wenn man so eng mit den Familien arbeitet, irgendwann geben sie einem dann gerne die Verantwortung ab, Problem abgeben und dann hat man das Gefühl «Jöses, eben jetzt ist das alles meine Verantwortung und ich muss jetzt schauen». (...) Auch die Probleme, das sind nicht meine, sondern das sind die von der Familie. (P1, Abs. 34)

Da die Fälle zudem häufig allein betreut werden, fehlt eine Stellvertretung. Dadurch fühlt sich P4 teilweise auch am Wochenende verantwortlich (Abs. 40). Das eigenständige Arbeiten bringt auf der einen Seite sehr viel methodische Freiheiten, zieht aber auch die alleinige Verantwortung mit sich: «Man hat viele Freiheiten, aber man trägt die Verantwortung wie allein. Das ist der Preis, der man zahlt, für das Individuelle und das Einzigartige (...» (P4, Abs. 46).

Kindeswohlgefährdung

Als ein weiterer Belastungsfaktor in der Nähe und Distanz berichten drei Personen die Kindeswohlgefährdung, wie die nachfolgenden Zitate verdeutlichen:

Ich glaube, gerade wenn es eben um Kindeswohlgefährdungen geht. Wenn man (...) wenn man mit dem konfrontiert wird, das geht schon auch an die Substanz. Wenn so kleine Kinder, wenn man weiss, die werden, die leiden unter psychischer Gewalt oder körperlicher Gewalt, dass ja geht einem schon nahe. Also ich glaube da würde ich jetzt lügen, wenn ich sagen würde, das lässt mich kalt (lacht). (P1, Abs. 32)

Da komme ich manchmal schon auch an Grenzen. Das ich zum Teil Kinder zurücklassen muss. Ich hatte schon ein Baby auf den Armen gehabt und dem Baby gesagt «Oh mein Gott wo bist du gelandet». Und das ist für mich schon auch ein Nähe-Distanz Thema, welches mich sehr (...) fordert auch. (P2, Abs. 32)

Und mit folgendem Zitat verdeutlicht P1, wieso es für sie zusätzlich noch ein Belastungsfaktor in Bezug auf Nähe und Distanz ist, wenn eine Gefährdungsmeldung gemacht werden muss:

Und gerade manchmal so Familien können dann noch gut wie die Schuld auch an der Fachperson übertragen oder wie so «ja du hast mir jetzt zu wenig gut gegeben». Gerade wenn es darum geht, wenn man eine Meldung machen muss. (...) Man hat eine Vertrauensbasis und man hat eine Beziehung und dann wird man so angegriffen und man will ja eigentlich das Beste für die Familie (...). (Abs. 36)

Zudem beschreibt P1 die Herausforderung, dass durch die Gefährdungsmeldung die Beziehung zur Familie auf dem Spiel steht, obwohl sie sieht, dass diese sich bemühen, es aber nicht ausreicht und als Fachperson einen Auftrag besteht (P1, Abs. 32).

5.4 Beanspruchung

In dieser Hauptkategorie werden die subjektiven Beanspruchungen aufgrund der psychischen Belastungen in der Nähe und Distanz zusammengefasst. Die Hauptkategorie ist in vier Subkategorien unterteilt (siehe Tabelle 10).

Hauptkategorie	Subkategorien
Beanspruchung	Positive Auswirkungen
	Beeinträchtigende Auswirkungen
	Auswirkungen auf Privat- und Berufsleben
	Berufserfahrung

Tabelle 10: Übersicht Hauptkategorie «Beanspruchung» (eigene Darstellung)

Positive Auswirkungen

Aus einzelnen Interviews geht hervor, dass die psychischen Belastungen auch positive Auswirkungen auf die Fachkräfte haben. P3 betont: «Aber also vielleicht auch, dass es nicht nur immer das Negative ist, sondern dass es manchmal auch Sachen sind die einen berühren» (Abs. 36). Beispielsweise die Freude über eine gelungene Begleitung (P3, Abs. 36).

P4 beschreibt einen aktivierenden Effekt: «Ich nehme gewisse Sachen manchmal nach Hause und es schwirrt mir im Kopf und es wirkt weiter, aber manchmal (lacht) entstehen genau dann auch plötzlich so ganz neue Ansätze und Ideen» (Abs. 2).

Beeinträchtigende Auswirkungen

Hauptsächlich wurden jedoch beeinträchtigende Auswirkungen genannt. P4 betont: «Es ist immer auch eine Emotion dabei (...) und für das zahlst du schon einen Preis» (Abs. 2). Aus allen Interviews geht hervor, dass psychische Belastungen sich darin zeigen, dass die Fachpersonen sich zu Hause gedanklich teilweise nicht von ihren Fällen abgrenzen können. Dies zeigt bspw. das Zitat von P3: «Solche Situationen belasten mich, indem dass ich es allenfalls auch mal in Gedanken noch mit nach Hause nehme und mir darüber Gedanken mache und/» (Abs. 34).

Auch zeigt sich bei einigen die Beanspruchung in einer Müdigkeit, starken Erschöpfung beziehungsweise Energiesigkeit am Abend (P1, Abs. 42; P3, Abs. 40). P2 beschreibt, dass dies bei ihm auch langfristiganhält: «Ja (...) ja da kann ich dir jetzt ehrlich sagen, ich merke schon, dass ich müder bin als auch schon, oder» (Abs. 42).

Auch wirkt sich die Arbeit bei einigen auf den Schlaf aus, wie auf nächtliches Erwachen (P2, Abs. 38), oder wie P4 sagt: « (...) das hat mich dann eine Nacht lange schon beschäftigt» (Abs. 30). P4 erwähnt auch, dass sie teilweise von der Arbeit träumt. Dies stellt eine Ausnahmesituation dar und ist für sie ein Zeichen übermässiger Nähe (Abs. 26, 29, 35-36).

Die Belastungen beziehungsweise Anspannungen haben bei einer Person auch körperliche Beanspruchungen zur Folge wie bspw. Bauchschmerzen oder Verspannungen (P1, Abs. 42). Zudem haben die Belastungen oder der Verlust der Distanz auch negative Auswirkungen auf das Erleben und die Emotionen der interviewten Personen. Dies zeigt sich bspw. in Genervtheit oder Wut (P3, Abs. 34; P4, Abs. 22), oder auch durch folgende Aussage: « (...) dann merke ich schon auch, es ist mir halt nicht egal und ich habe auch schon weinen müssen (...)» (P4, Abs. 14). Bei einer Person zeigt sich die Beanspruchung auch im Verhalten:

(...) oder ja, wenn ich vielleicht auch merke, ah jetzt nehme ich es zu nahe und jetzt wird es bei mir zu emotional, dann bin ich vielleicht gerade nicht mehr so neutral unterwegs.
Und kann ich dann vielleicht auch (...) energisch oder beharrlich werden. (P1, Abs. 42)

Auswirkungen auf Privat- und Berufsleben

Die Zitate zeigen, dass die wahrgenommenen Beanspruchungen in der Nähe und Distanz auch Auswirkungen auf das Privat- und Berufsleben zur Folge haben. Alle vier Personen geben an, dass die Belastungen auch Auswirkungen auf ihr Privatleben haben.

Ich glaube schon auch, dass dann mein Umfeld auch merkt, dass ich belastet bin. Das mein Umfeld auch merkt, dass ich gestresst bin, dass ich ungeduldig bin. Da muss man sehr sehr behutsam damit umgehen, dass man dies eben nicht nach Hause trägt, aber das geht eigentlich nicht. Man kann schon sagen, man muss schauen professionell zu bleiben bla bla bla. Das ist eigentlich nicht möglich (...). (P2, Abs. 40)

Es wird beschrieben, dass negative Beeinträchtigungen, wie bspw. Müdigkeit, sich auf das Privatleben auswirken, da nicht mehr gleich viel Energie vorhanden ist und dann auf Freizeitaktivitäten verzichtet wird (P1, Abs. 42; P3, Abs. 42). Eine Person berichtet von sozialem Rückzug, in dem Verabredungen abgelehnt werden, obwohl Zeit vorhanden wäre (P2, Abs. 40). P4 beschreibt die Auswirkung aufs Privatleben aber als eine Ausnahmesituation und P3 sowie P4 eher im Zusammenhang mit hoher Arbeitsbelastung (P3, Abs. 42; P4, Abs. 38).

Demgegenüber beschreiben drei Personen Auswirkungen auf den beruflichen Alltag. P2 und P3 beschreiben einen Einfluss auf ihren sozialen Umgang. Beide erwähnen, dass sie ungeduldig,

hartnäckig, emotional werden, auch gegenüber anderen Fachpersonen oder Behörden (P2, Abs. 38; P4, Abs. 14). P2 beschreibt dies wie folgt: «Dann merke ich, dass ich dann sehr gefordert bin ruhig zu bleiben, professionell zu bleiben» (Abs. 38). P2 erzählt, dass es für ihn teilweise auch schwierig ist, von einer belastenden Familie zur nächsten zu gehen und bei der nachfolgenden Begleitung ganz bei der Sache zu sein (Abs. 50).

Berufserfahrung

Die Berufserfahrung hilft drei der interviewten Personen mit den psychischen Belastungen besser umzugehen, da Situationen anders eingeschätzt werden können (P2, Abs. 44). Laut P2 nur minimal (Abs. 44). P4 führt aus: «Ich glaube man wird trotzdem ein bisschen abgehärtet» (Abs. 42). Dem gegenüber wird betont, dass die emotionale Beteiligung geblieben ist und gewisse Themen Fachpersonen trotzdem noch überrollen können (P3, Abs. 52; P4, Abs. 16). P3 betont die Wichtigkeit davon:

Und finde ich auch wichtig, weil ich glaube ich sonst eben nicht genug Nähe anbieten kann.
Wenn ich ja, wenn ich zu distanziert bin passiert mir dies vielleicht weniger, aber gleichzeitig habe ich zu wenig Nähe angeboten, um eine gute und vertrauensvolle Beziehung aufzubauen zu können. (Abs. 52)

In Zusammenhang mit der Berufserfahrung und psychischer Belastung in der Nähe und Distanz erwähnt P2: «Ich merke, dass unsere Arbeit extrem anspruchsvoll ist und dass ich da vor zehn Jahren noch ganz anders habe damit umgehen können, dass ich da jetzt manchmal die Lust etwas verliere für gewisse Dinge» (Abs. 42).

5.5 Bewältigungsstrategien

In diesem Kapitel werden die Bewältigungsstrategien aufgezeigt, welche die interviewten Personen unterstützen, möglichst gelingend mit der Nähe und Distanz und dem eigenen Belastungserleben umzugehen. Die Tabelle 11 gibt einen Überblick über die Subkategorien.

Hauptkategorie	Subkategorien
Bewältigungsstrategien	Reflexionsräume
	Freizeit/Ausgleich
	Grenzziehung Arbeit - Privat
	Individuelle Strategien und Ressourcen
	Organisationale Ressourcen
	Aushalten
	Verbesserungswünsche

Tabelle 11: Übersicht Hauptkategorie «Bewältigungsstrategien» (eigene Darstellung)

Reflexionsräume

Alle Interviewpartner*innen betonen wiederholt, dass die Reflexion in Zusammenhang mit Nähe und Distanz und dem eigenen Belastungserleben zentral ist. P2 unterstreicht dies mit folgender Aussage: «Also ich finde, dass Reflexion in der Arbeit, finde ich extrem zentral, dass man immer wieder sich reflektiert. In der Supervision, sich reflektiert. In der Intervision, sich reflektiert (...)» (Abs. 14).

Gemäss den Interviews dienen Reflexionsräume der Abgrenzung, der Psychohygiene, dem Einholen anderer Meinungen sowie der Auseinandersetzung mit der eigenen Rolle, Professionalität und dem eigenen professionellen Handeln. Dabei werden unterschiedliche Reflexionsräume genannt, wie der Austausch im Team, mit der vorgesetzten Person oder auch anderen Fachpersonen. Aber auch Intervisionen, Supervisionen oder selbstständige Reflexion frei im Kopf oder bewusst mit Reflexionsmodellen (P1; P2; P3; P4). P4 betont dabei den Nutzen: «(...) wir schauen die Fälle in der Supi an oder Intervision ist auch eine Möglichkeit und dann meistens, kann ich es wieder einordnen» (Abs. 30) oder auch «Was auch sehr hilfreich ist immer Gespräche mir Arbeitskolleginnen, wir sitzen so ein bisschen im gleichen Boot oder» (P4, Abs. 2).

Drei der befragten Personen geben an, regelmässig Supervisionen zu machen. P2 hält dazu fest: «Und ja Supervision, dass man da regelmässig auch Supervision macht. Das ist für mich, für mich ist das selbstverständlich (...)» (Abs. 48). Hingegen bei P1 sind Supervisionen noch nicht institutionalisiert (Abs. 48).

Freizeit/Ausgleich

P2 verdeutlicht die Wichtigkeit der Freizeit als Ausgleich und Bewältigungsstrategie:

(...) ich finde wichtig, dass man sich so Inseln schafft. Oder am Wochenende eben Biken gehen, mit Kollegen ein Bier trinken gehen, wenn man es mag auch. Dass ist auch ganz wichtig, dass man einfach den Ausgleich hat, sonst noch im Alltag eigentlich. (Abs. 46)

Alle der befragten Personen nennen als Bewältigungsstrategie in der Freizeit die Bewegung, sei dies Laufen, Yoga, Sportkurse oder Biken. P2 verdeutlicht: «Ich mache gerne Sport. Ich reagiere mich dort ab (lacht)» (Abs. 46). P3 besucht sogar einmal in der Woche in ihrer Mittagspause einen Sportkurs, um am Nachmittag wieder genügend Energie zu haben (P3, Abs. 46).

Daneben scheint auch der soziale Austausch in der Freizeit eine Bewältigungsstrategie zu sein: «Und der Austausch mit dem Umfeld, einfach so leichte Sachen zu besprechen, so schwerelos das ist glaube ich, schon auch etwas, wo mir auch gut tut» (P1, Abs. 46). Zudem nutzt P1 teilweise ihre Pausen, um mit einer Kollegin ein Kaffee zu trinken (Abs. 46).

Grenzziehung Arbeit - Privat

Eine klare Trennung zwischen Arbeit und Privat scheint unabdingbar, wie das folgende Zitat von P3 zeigt: «Und ja ich glaub auch da dann zu sagen, ich mach das nicht in meiner Freizeit, ist ein ganz wichtiger Aspekt» (Abs. 18). Allerdings erfordert dies von den Fachkräften eine grosse Eigenverantwortung. Auch darauf zu achten, an freien Tagen keinen Termin abzumachen oder zu Hause das Handy und die E-Mails nicht anzuschauen, um die Distanz zu wahren (P3, Abs. 46). P4 erzählt dazu, dass sie das Geschäftshandy jeweils mit nach Hause nimmt. Ist es in den Familien ruhig, fällt es ihr leicht, dieses auf der Ladestation zu lassen. Weiss sie jedoch, dass es in einer Familie kritisch ist, kann es auch sein, dass sie am Wochenende schaut, ob Nachrichten gekommen sind (Abs. 40).

Auch das folgende Zitat zeigt auf, dass die Fachkräfte ständig an der Eigenverantwortung arbeiten müssen: «Und da Work-Life-Balance ist sicher, ja ein grosses Thema, an welchem man immer wieder daran arbeiten muss» (P1, Abs. 32).

Individuelle Strategien und Ressourcen

Weiter stellt sich heraus, dass individuelle Bewältigungsstrategien genutzt werden, wie bspw. der Humor für die Verarbeitung der Themen (P1, Abs. 46). P3 hat eigene Atemübungen, welche sie jeweils im Auto durchführt (Abs. 46). Nicht «Duzis» zu machen, scheint eine individuelle Strategie von P4 zu sein, um das professionelle Setting zu signalisieren. Gemäss dem Interview scheint dies nicht in der Institution geregelt zu sein und um die Klient*innen nicht vor den Kopf zu stossen wird die Regel vorgetäuscht (P4, Abs. 6).

P4 beschreibt als letzten Ausweg die Kündigung und das Handlungsfeld zu wechseln: «Wenn du das nicht mehr kannst, ich bin auch schon an diese Punkt gekommen, dann musst du kündigen, dann muss du gehen» (Abs. 44). Die nachfolgende Aussage lässt allerdings darauf schliessen, dass P4 individuelle Ressourcen besitzt: «Ich kann nicht anders arbeiten, ich bin auch mit Emotionen dabei. Ich mache die Arbeit schon dreissig Jahre und ich, man hat mir immer prophezeit «du brennst aus», aber irgendwie bin ich doch noch nie ausgebrannt» (Abs. 2).

Organisationale Ressourcen

Die Interviews zeigen, dass es auch organisationale Ressourcen gibt. Dabei scheint eine Ressource das Team und die vorgesetzte Person zu sein. Dies zeigt sich in folgenden Aussagen und unterstreicht die Wichtigkeit des Vier-Augen-Prinzips: «Wo ich finde, das ist wichtig, dass wir das Team haben, dass wir ein Vier-Augen-Prinzip haben, um das miteinander wie auszumachen» (P3, Abs. 8). P4 beschreibt ihr Verhältnis zur vorgesetzten Person vertrauensvoll und sagt dazu «(...) sie stärkt einem immer so schön den Rücken und sagt «ja ist okay» oder einfach. Ich merke oder, da habe ich auch Rückendeckung und das hilft natürlich auch sehr» (P4, Abs. 32). Weiter hilft, dass die Verantwortung bei einer Meldung an die nächste höhere vorgesetzte Person weitergegeben werden kann (P1, Abs. 32).

Als Unterstützung wird auch die flexible Arbeitszeitgestaltung angesehen, indem bspw. energiezehrende Gespräche bewusst auf Randzeiten gelegt werden können (P3, Abs. 44) oder die Woche selbstständig so geplant wird, dass Lücken für die Erholung genutzt werden können (P1, Abs. 42). Die Haltungen der Institutionen bezüglich der Arbeitszeitgestaltungen haben Einfluss auf das wahre von Distanz. Laut P3 gilt in ihrer Institution: «Und wir sind kein 24h-Notruf Betrieb» (Abs. 38).

Aushalten

P2 und P4, welche bereits einige Berufserfahrung haben, verweisen darauf, dass sie fehlende Abgrenzung manchmal einfach aushalten müssen:

«Ich glaube manchmal kann man sich einfach gar nicht abgrenzen. Manchmal muss man es einfach auch aushalten» (P2, Abs. 50).

«Und ich meine die SPF bleibt, wie sie ist. Es hat nicht nur Schwieriges aber manchmal. Einfach so zu sagen oder, weil das ist dann doch einfach so belastend. Das kannst du wie nicht wegnehmen, dass ist so ja» (P4, Abs. 32).

Dabei scheint es wichtig, sich dessen bewusst zu sein: «Aber man weiss, man ist sich dann auch bewusst, weil man sich reflektiert, jetzt habe ich gerade keine gute Idee, jetzt muss das einfach aushalten» (P2, Abs. 50).

Verbesserungswünsche

Die berufserfahrenen Personen sind zufrieden und sehen keine Optimierungsbedarf, auch nicht seitens der Institution (P2, Abs. 58; P4, Abs. 32). P3 würde sich allerdings mehr Reflexionsgefässe, sprich monatliche Supervisionen wünschen (Abs. 50). Da es in der Institution von P1 einige strukturelle Veränderungen gegeben hat, sind die Supervisionen nicht institutionalisiert. Aus diesem Grund sieht P1 hier sowie in Weiterbildungen Entwicklungsbedarf (P1, Abs. 48).

Wie bereits in Kapitel 5.3 dargelegt, stellt die hohe Verantwortung ein Belastungsfaktor dar. Darum wünscht sich P1 das Vier-Augen-Prinzip, um die Qualität und die eigene Verantwortung abzusichern (Abs. 54). Dies unterstreicht P1: «Ich glaube, das ist ein Punkt, welcher glaube ich schon noch könnte auch für die psychische Gesundheit unterstützend sein» (Abs. 54).

6 Diskussion der Forschungsergebnisse

Im folgenden Kapitel werden die gewonnenen Erkenntnisse aus der vorliegenden Forschung mit der Theorie von Kapitel zwei und drei verknüpft, diskutiert sowie interpretiert, damit die Forschungsfrage beantwortet werden kann.

6.1 Nähe und Distanz

Die Interviewdaten zeigen, dass die Familienbegleiter*innen in ihrer Arbeit täglich mit Nähe und Distanz konfrontiert sind. Mehrheitlich werden Nähe und Distanz in der SPF als Spannungsfeld wahrgenommen. Es zeigt sich, dass das häusliche Setting und die dadurch entstehende Intimität dieses Spannungsfeld begünstigen. Allerdings eröffnet genau diese Nähe zur Lebenswelt Chancen, da gemäss den Forschungsergebnissen somit Themen besser bearbeitet werden können. Demgegenüber stehen aber auch Risiken, wie allein Gewalt ausgesetzt zu sein, Teil des Familiensystems zu werden, die Arbeit gedanklich mit nach Hause zu nehmen oder auszubrennen (vgl. 5.1). Damit die Familienbegleiter*innen nicht Teil des Systems werden, ist es gemäss Rothe (2017) zentral, die Rolle, welche einem durch die Familien zugeschrieben wird, nicht unreflektiert zu übernehmen (S. 41).

Das Spannungsfeld bringt unweigerlich auch Herausforderungen mit sich, welche individuell wahrgenommen werden. So zieht sich das Spektrum von Kindeswohlgefährdungen über Emotionalität bei Missverständnissen bis hin zu möglichen Grenzüberschreitungen. Auch das Spannungsfeld der Hilfe und Kontrolle wird in diesem Zusammenhang als eine Herausforderung wahrgenommen (vgl. 5.1). Dies erstaunt nicht, da gemäss Euteneuer et al. (2020) die Hilfe und Kontrolle in diesem Zusammenhang als besondere Herausforderung wahrgenommen werden, da die Beziehung im Kontrast zur Kontrolle steht (S. 2). Aus diesem Grund ist eine transparente Kommunikation des Kontrollauftrages unausweichlich (Metzger und Tehrani, 2021, S. 242).

In der Theorie sowie den Interviewdaten werden Nähe und Distanz immer wieder mit Professionalität in Verbindung gebracht (vgl. 2, 5). Für eine Person wird Professionalität über Distanz definiert (vgl. 5.1). Dies steht aber im Widerspruch mit dem zweiten Kapitel, welches aufzeigt, dass für Professionalität beide Pole benötigt werden (vgl. 2).

Die Fachpersonen der SPF berichten, dass die Beziehungsgestaltung und das Zulassen von Nähe für den Erfolg der Begleitungen unabdingbar sind (vgl. 5.1). Auch in der Literatur wird die Passung und eine vertrauensvolle Beziehung zwischen den Familienbegleiter*innen und der

Familie als Wirkfaktor beschrieben (Fröhlich-Gildhoff, 2024, S. 196-198). Die vorliegenden Forschungsergebnisse zeigen weiter auf, dass das Bewusstsein der Rollen und Grenzen zentrale Elemente der Beziehungsgestaltung in der SPF darstellen. Es ist wichtig, sich der Arbeitsbeziehung bewusst zu sein (vgl. 5.1), was im Einklang mit dem Arbeits- und Handlungsprinzip der Beziehungs- und Rollengestaltung von Metzger und Domeniconi Pfister (2016) steht. Dies verlangt Reflexion sowie Kommunikation der eigenen Rolle (S. 14).

Aufgrund des häuslichen Settings stellt dies allerdings eine Herausforderung dar. Da, wie eine Person berichtet, gerne vom Gegenüber vergessen wird, dass es sich um eine professionelle Person handelt (vgl. 5.1), was auch von Wolf (2015) in der Literatur für die SPF bestätigt wird (S. 163). Auch zum Selbstschutz sind klare Grenzen zu setzen. Es gilt sich ständig mit der Frage auseinanderzusetzen, wo eine Grenze benötigt und wie diese sichtbar gemacht wird (vgl. 5.1).

Die Diskussion zeigt, dass Nähe und Distanz zu Spannungen in der SPF beitragen. Aus den Forschungsdaten wird interpretiert, dass die Fachpersonen sich gemäss ihren Aussagen der Wichtigkeit von Rollen und Grenzen bewusst sind. Aus der Datenanalyse geht hervor, dass trotz des Bewusstseins der Rollen und Grenzen im SPF-Alltag, diese nicht immer klar gestaltet wird, die Distanz teilweise verloren geht und eine Herausforderung für die Fachpersonen resultiert. Daraus kann schlussgefolgert werden, dass eine transparente Rollen-, Beziehungs- und Grenzklärung unvermeidlich ist und grosse Aufmerksamkeit bedarf. Dies scheint zentral, um in diesem Spannungsfeld professionell handeln zu können, die Balance zwischen Nähe und Distanz zu finden, damit die Fachpersonen handlungsfähig bleiben und nicht ausbrennen.

6.2 Einflussfaktoren auf Nähe und Distanz

Die Interviews zeigen, dass der Umgang mit Nähe und Distanz in der SPF durch verschiedene Einflussfaktoren geprägt wird, wie durch die Fachperson selbst, die Berufserfahrung, das Setting, die Kultur aber auch die Phasen der SPF. Eine zentrale Bedeutung kann der eigenen Persönlichkeit der Fachkräfte zugeschrieben werden, welche sich als «Werkzeug» sehen und ihre individuelle Person, Sympathie oder Antipathie aktiv in die Beziehungsgestaltung einbringen (vgl. 5.2). Dies steht im Einklang mit Poulsen (2009, S. 13-15) sowie Volmer (2024, S. 66-69), welche die Wichtigkeit davon in der Sozialen Arbeit betonen, da ansonsten eine Schwierigkeit besteht, genügend Nähe aufzubauen. Aus diesem Grund scheint es unausweichlich für die Fachpersonen der SPF, sich mit ihrer Persönlichkeit in die Beziehungsgestaltung einzubringen.

Berufserfahrung wirkt sich gemäss der vorliegenden Forschung positiv auf den Umgang mit Nähe und Distanz aus, da die Fachkräfte dies besser einordnen können und Strategien entwickeln, um bspw. die Rollen klarer zu benennen, um Nähe im richtigen Mass zuzulassen (vgl. 5.2), was wiederum für die Wichtigkeit der Berufserfahrung in der SPF spricht. Wie dies auch von AvenirSocial und Fachverband SPF Schweiz (2017) bestätigt wird (S. 6). Ist die Berufserfahrung nicht gegeben, scheint es deshalb umso wichtiger, wie im Kapitel 2.1.4 ausgeführt, dass Berufseinsteiger*innen umfassend begleitet werden und Supervisionen zur Verfügung haben (Helmig et al., 2004, S. 97; Rothe, 2017, S. 19-20).

In Zusammenhang mit der SPF spielt das aufsuchende Setting ebenfalls eine tragende Rolle. Im häuslichen Setting herrscht eine intimere Atmosphäre als in institutionellen Settings, was den Umgang mit Nähe und Distanz in der SPF erschwert (vgl. 5.2). Das wird durch Rätz et al. (2021) auch als besondere Anforderung in der Nähe und Distanz in der SPF beschrieben (S. 52) und fordert gemäss Euteneuer et al. (2020) die Fachpersonen in der Arbeitsplatzgestaltung besonders (S. 9).

Nicht zuletzt verändern sich Nähe und Distanz im Verlauf der Phasen der SPF. Anfangs wird eher Distanz gewahrt und die Beziehung vorbereitet, mit wachsendem Vertrauen rücken die Familienbegleiter*innen den Familien näher, um zum Schluss wieder Abstand zu schaffen (vgl. 5.2). Dieses Wechselspiel korrespondiert auch mit den Ausführungen von Rätz et al. (2021, S. 43) und Woog (2010, S. 185-186), wonach unterschiedliche Phasen unterschiedliche professionelle Anforderungen mit sich bringen. Daraus lässt sich interpretieren, dass sich auch die Belastungen in einem Wechselspiel befinden, je nach dem in welcher Phase sich die SPF befindet.

Die Diskussion zeigt, dass Fachkräfte mit diversen Einflussfaktoren der Nähe und Distanz in der SPF konfrontiert sind. Eine besondere Rolle spielt dabei das aufsuchende Setting und das Einbringen der eigenen Persönlichkeit in die Beziehung.

6.3 Psychische Belastungen in der Nähe und Distanz

Die Forschung zeigt, dass es beim Thema der Nähe und Distanz für die Fachpersonen der SPF psychische Belastungen gibt (vgl. 5.3). Dabei werden vor allem negative Belastungen benannt, was unter Bezugnahme auf das Kapitel 3.1 gemäss Metz und Rothe (2017) auf eine Fehlbelastung hindeutet (S.7).

Dabei wurden die persönlichen Grenzen, die strukturelle Ohnmacht, die Themen der Familie, die Verantwortung aber auch die Kindeswohlgefährdungen als Belastungsfaktoren genannt (vgl. 5.3). In Bezug auf das Kapitel 2.3.4 weisen gemäss Helmig et al. (2004) die Beschreibungen dieser Belastungsfaktoren der Fachkräfte (vgl. 5.3) auf den immer wiederkehrenden Verlust von Distanz hin (S. 117). Zudem zeigt es auf, dass die Fachkräfte der SPF, wie es auch in der DIN EN ISO 10075-1 beschrieben wird, mit unterschiedlichen Belastungsfaktoren konfrontiert sind, wie mit der Aufgabenanforderungen, sozialen Faktoren, physikalischen Bedingungen aber auch mit gesellschaftlichen Faktoren (DIN, 2018, S. 17; vgl. 5.3).

Liel (2021) weist darauf hin, dass die Fachkräfte in der Sozialen Arbeit nur mit wenig beobachtbaren Belastungen, wie bspw. Lärm, konfrontiert sind (S. 257). Wie die Forschungsergebnisse darlegen, scheint dies mit der SPF nicht übereinzustimmen. Dies aufgrund der Tatsache, dass die SPF ein aufsuchendes Angebot ist und persönliche Grenzen der Fachkräfte immer wieder überschritten werden (z.B. hinsichtlich der Hygiene) (vgl. 5.3). Auch Euteneuer et al. (2020) bestätigen dies (S.9). Dies deckt sich mit den Ausführungen von Lüngen et al. (2016), die festhalten, dass durch das häusliche Setting erhöhte körperliche und gesundheitliche Belastungen entstehen, aufgrund der Abweichung zwischen eigenen biologischen Bedürfnissen der Abgrenzung und erwartetem sozialen Verhalten (S. 81). Aber auch die alleinige Arbeit wird als Belastungsfaktor angesehen (vgl. 5.3). Helmig et al. (2004) machen auf die grosse Anforderung allein in der Lebenswelt unterwegs zu sein, aufmerksam (S. 117).

Lüngen et al. (2016) schauen als Belastungsfaktor im aufsuchenden Setting auch die Auseinandersetzung mit traumatischen Erlebnissen seitens des Klient*innen an (S.81). Auch Poulsen (2009) bestätigt, dass Fachpersonen der Sozialen Arbeit häufig einen tiefen Einblick in die Lebenswelt der Klient*innen erhalten und mit deren Schicksalen konfrontiert sind. Deshalb ist es unabdingbar, die Balance zwischen Nähe und Distanz zu finden und sich immer wieder emotional abzugrenzen (S. 13-15). Somit ist es nicht überraschend, dass die Themen der Familien von allen interviewten Personen als Belastungsfaktor beschrieben werden, da die SPF nahe an der Lebenswelt dran ist. Weiter zeigen die Forschungsdaten, dass Kindeswohlgefährdungen ein weiterer Belastungsfaktor in Zusammenhang mit der Nähe und Distanz darstellt. Kindeswohlgefährdungen berühren die Fachpersonen emotional stark und fordern sie in ihrer emotionalen Abgrenzung (vgl. 5.3).

Wie die Kapitel 3.5.1 und 3.6 aufzeigen, halten Lengen et al. (2021, S. 90-92) in ihrer Studie der ambulanten Jugendhilfe fest, dass der Rollenstress als Belastungsfaktor wahrgenommen wird, was auch Fengler (1998, S. 35-91) bestätigt. Zudem zeigt die vorliegende Forschung, dass die

Rollen und Grenzen grosse Themen in der SPF darstellen (vgl. 5.1, 6.1). Dennoch wurde dies in der vorliegenden Forschung nicht als Belastungsfaktoren benannt. Das lässt vermuten, dass sich die Fachkräfte der SPF den Themen bewusst sind, wie auch das Kapitel 6.1 zeigt. Trotzdem verlangen dies grosse Aufmerksamkeit, da die Familienbegleiter*innen dennoch unbewusst Teil des Systems werden können (P3, Abs. 18) und immer wieder die Distanz verlieren, wie das vorliegende Kapitel aufzeigt.

Die Interviewdaten zeigen, dass das Tragen alleiniger Verantwortung ein weiterer grosser Belastungsfaktor darstellt. Fehlende Regelungen von Stellvertretungen und Entscheidungen im Sinne des Kindeswohl stehen sinnbildlich für die grosse Verantwortung, welche Familienbegleiter*innen tragen müssen (vgl. 5.3). Gemäss dem JDC und den Aussagen in den Interviews, kann daraus geschlossen werden, dass die SPF unter einen activ Job fällt, da ein grosser Handlungsspielraum besteht und die Arbeitsanforderungen gleichzeitig hoch sind. Gemäss dem JDC führt dies dazu, dass die psychischen Belastungen klein sind (Metz & Rothe, 2017, S. 17-18; vgl. 5.3). Dies bestätigen auch Beckmann et al. (2009) die festhalten, dass ein grosser Handlungsspielraum in der SPF das Burnout-Risiko senkt (S. 198-205). Dies scheint jedoch in einem Widerspruch mit den Forschungsergebnissen zu stehen, wie das folgende Zitat von P4 aufzeigt: «Man hat viele Freiheiten, aber man trägt die Verantwortung wie allein. Das ist der Preis, der man zahlt, für das Individuelle und das Einzigartige (...)» (Abs. 46). Aus diesem Grund scheint es wichtig, Lösungen zu finden, wie die Verantwortung aufgeteilt werden kann, um die Belastungen zu reduzieren.

Grundsätzlich kann aus allen Belastungsfaktoren herausgelesen werden, dass diese in engem Zusammenhang mit der Nähe und Distanz stehen, da aufgrund des aufsuchenden Settings dichte, emotionale Beziehungen bestehen. Gemäss dem Theoriteil des Kapitels 2.3 kommt dieser Zusammenhang nicht überraschend. Es scheint die Fachkräfte der SPF zu fordern, gute Beziehungen herzustellen, aber gleichzeitig immer wieder Distanz zu wahren und sich emotional abzugrenzen (vgl. 5.3).

6.4 Beanspruchung

Fachkräfte der SPF erleben die Beanspruchung als individuell und verschieden (vgl. 5.4). Dies ist nicht verwunderlich, da gemäss dem Belastungs-Beanspruchungs-Modell die persönlichen Ressourcen entscheiden, welche Auswirkungen die Belastungen auf die individuelle Beanspruchung haben (Neuner, 2019, S. 13-14).

In den Interviews werden sowohl positive Auswirkungen wie bspw. Aktivierung, als auch beeinträchtigende Auswirkungen sowie Auswirkungen aufs Berufs- und Privatleben genannt. Es geht dabei hervor, dass die letzteren beiden überwiegen (vgl. 5.4). Dies lässt gemäss Kapitel 3.1 auf eine Fehlbeanspruchung schliessen, wie Metz und Rothe (2017) festhalten (S. 11). Die Aussagen sind dabei heterogen und reichen von kurzfristigen, physiologischen Reaktionen wie Verspannungen oder Erschöpfung, bis hin zu langfristigen beeinträchtigenden Reaktionen im sozialen Verhalten wie bspw. sozialer Rückzug (vgl. 5.4; DIN, 2018, S. 10-18; Kaufmann, Pörschlegel & Udris, 1982; zit. in Metz & Rothe, 2017, S. 12). Eine Übereinstimmung zeigt sich vor allem darin, dass alle Fachkräfte die Fälle in Gedanken nach Hause nehmen und die Beanspruchungen Auswirkungen aufs Privatleben haben. Die Auswirkungen sind jedoch nicht immer nur auf Belastungsfaktoren in der Nähe und Distanz zurückzuführen, sondern auch auf allgemeine Belastungsfaktoren wie bspw. hohe Fallbelastungen (vgl. 5.4).

Die Subkategorie Berufserfahrung zeigt ein inkonsistentes Antwortverhalten, da einige Fachkräfte die Berufserfahrung im Zusammenhang mit dem Belastungserleben als Unterstützung erleben. Dem hingegen wird in Zusammenhang mit Nähe und Distanz betont, dass die emotionale Beteiligung über die Jahre geblieben ist und sich trotz Berufserfahrung nicht verändert hat. Die Wichtigkeit der Beziehung wird stets betont. Die berufserfahrenste Person erwähnt, dass sie aufgrund der lang andauernden Belastungen müder sei (vgl. 5.4). Dies steht zum Teil im Widerspruch zur Studie vom Kinder- und Jugendring Sachsen-Anhalt (2011; zit. in Allroggen et al., 2017), da in dieser herausgefunden wurde, dass erfahrene Fachkräfte sich weniger belastet fühlen (S. 50). Dieser Unterschied könnte darauf zurückzuführen sein, dass in der vorliegenden Forschung das Belastungserleben in Zusammenhang mit Nähe und Distanz beleuchtet wurde. Wird zu wenig Nähe angeboten, kann dies gemäss Rätz et al. (2021) die Beziehungsgestaltung behindern (S. 41). Deshalb erstaunt es nicht, dass auch Personen mit Berufserfahrung mit Beanspruchungen in der Nähe und Distanz konfrontiert sind, auch wenn ihre Erfahrung dazu beiträgt, die Beanspruchungen gewisser Massen zu reduzieren.

6.5 Bewältigungsstrategien

Aus den Interviews kann abgeleitet werden, dass alle Fachkräfte bereits einige Bewältigungsstrategien haben, um mit den Belastungen von Nähe und Distanz umzugehen. Wie die Familienbegleiter*innen erzählen, scheinen Reflexionsräume in Zusammenhang mit Nähe und Distanz und dem eigenen Belastungserleben zu einer der zentralsten Bewältigungsstrategien zu gehören. Darunter fallen zum Beispiel Supervisionen, Intervisionen, Selbstreflexionen, Austausche im Team oder mit der vorgesetzten Person (vgl. 5.5).

Volmer (2024) bestätigt mit seinen Ausführungen die Wichtigkeit solcher Reflexionsräume, damit sich Fachkräfte immer wieder aus der unausweichlichen Nähe lösen können (S. 275). Allerdings sind in einer Institution die Supervisionen noch nicht institutionalisiert (vgl. 5.5). Wie aus den Kapiteln zwei und drei ersichtlich, sind Supervisionen jedoch zentral, sei dies für die Wirkung und Qualität der SPF (AvenirSocial und Fachverband SPF Schweiz, 2017, S. 4; Blüml et al., 1994; zit. in Messmer et al., 2021, S. 23), für die Balance von Nähe und Distanz, Professionalität (Helmig et al., 2004, S. 119-120) oder für den Umgang mit Belastungen. Supervisionen helfen bei der Regulation von Belastungen und Senkung des Belastungserlebens (Allroggen et al., 2017, S. 52; Fengler, 1998, S. 88-89). Zudem unterstützen sie die Resilienz auf der Teamebene (Poppelreuter & Mierke, 2018, S. 208-209). Dies verdeutlicht die Wichtigkeit solcher Reflexionsräume. Die fehlende Institutionalisierung dieser ist als äusserst kritisch zu betrachten.

Deutlich wird die Relevanz des Ausgleichs in der Freizeit und die klare Trennung zwischen Arbeit und Privat. Besonders Bewegung scheint eine bewährte Strategie zu sein (vgl. 5.5). Dies lässt sich wohl damit erklären, da laut Poulsen (2012) die Bewegung beim Abbau von Stresshormonen hilft (S. 110-111). Ein Ausgleich hat viel mit Selbstfürsorge zu tun und umfasst bspw. auch bewusste Pausen oder das Treffen von Freunden (vgl. 5.5; Zito & Martin, 2021, S. 44-119). Bei der Grenzziehung zwischen Privat und Arbeit ist gemäss den Familienbegleiter*innen grosse Eigenverantwortung der Fachpersonen gefordert. Demgegenüber wird deutlich, dass auch die organisationalen Rahmenbedingungen, wie die Unterstützung durch das Team und die vorgesetzte Person, aber auch das Vier-Augen-Prinzip und eine klare Haltung, dass die SPF kein 24h-Notruf Betrieb ist, zentrale Ressourcen bei der Bewältigung der Belastungen sind (vgl. 5.5). Dies ist wichtig, da gemäss Dahl (2018) Selbstfürsorge Belastungsfaktoren reduziert und trotzdem die Organisationen nicht aus der Pflicht genommen werden dürfen (S. 133).

Als weitere Strategie wird das Aushalten von Belastungen beschrieben (vgl. 5.5). Daraus lässt sich interpretieren, dass teilweise keine Bewältigungsstrategien funktionieren und die Fachkräfte Resilienz aufzeigen müssen. Dies scheint auch die Aussage von P4 zu bestätigen «Ich mache die Arbeit schon dreissig Jahre und ich, man hat mir immer prophezeit «du brennst aus» aber irgendwie bin ich doch noch nie ausgebrannt» (Abs. 2). Aber wie die Ausführen zeigen, sind für die Fachpersonen sowohl individuelle Ressourcen als auch soziale und organisationale Ressourcen wichtig, um mit Belastungsfaktoren in der Nähe und Distanz umzugehen (vgl. 5.5), was sich mit dem Beanspruchungs-Belastungs-Modell (Neuner, 2019, S. 13-14) und Bendig et al. (2016; zit. in Liel, 2021, S. 257) deckt.

Aus den Forschungsergebnissen kommt weiter hervor, dass von einigen Sozialpädagog*innen Verbesserungswünsche angebracht wurden. Die Sozialpädagog*innen, die mehr Berufserfahrung ausweisen, haben keine Verbesserungsvorschläge. Allerdings weisen die Verbesserungswünsche, wie Supervisionen und das Vier-Augen-Prinzip auf wichtige Aspekte hin. Zudem werden dabei die institutionellen Unterschiede deutlich (vgl. 5.5).

Die Diskussion zeigt, dass viele unterschiedliche Bewältigungsstrategien vorhanden sind und jede*r eigene Bewältigungsstrategien finden muss, um sich immer wieder abzugrenzen und Distanz zu gewinnen. Es wird deutlich, dass individuelle Bewältigungsstrategien genauso relevant sind, wie auch die Unterstützung der Institution. Reflexionsräume, Selbstfürsorge, Ausgleiche in der Freizeit sowie eine klare Trennung zwischen Arbeit und Privat bilden dabei den Kern, um gelingend mit Belastungen in der Nähe und Distanz umzugehen (vgl. 5.5, 6.5).

7 Schlussfolgerung

Im vorliegenden Kapitel werden als erstes die Fragestellungen beantwortet. Anschliessend wird die vierte Frage, die Praxisfrage aufgegriffen und beantwortet. Zum Abschluss der Arbeit wird der Ausblick aufgegriffen.

7.1 Fazit – Beantwortung der Fragestellungen

Nachfolgend werden die Fragestellungen, welche im Rahmen der vorliegenden Bachelorarbeit bearbeitet wurden, zusammenfassend beantwortet.

Was für eine Bedeutung haben Nähe und Distanz in der sozialpädagogischen Familienbegleitung?

Nähe und Distanz sind in der Sozialen Arbeit omnipräsent (Thiersch, 2019, S. 42). Dabei ist sowohl Nähe als auch Distanz zentral und können nicht unabhängig betrachtet werden (vgl. 2.2.1). Allerdings stellen Nähe und Distanz in der SPF eine besondere Herausforderung dar, besonders aufgrund des aufsuchenden Settings (Rätz et al., 2021, S. 52). Es entstehen dadurch häufig enge und intensive Beziehungen, was die Familienbegleiter*innen stark in der Beziehungs- und Rollengestaltung fordert, da diese zum Beispiel schnell als Teil der Familie wahrgenommen werden (vgl. 2.3.3). Weiter müssen Fachkräfte der Sozialen Arbeit ihre Persönlichkeit als Arbeitsinstrument in die Beziehung miteinbringen (vgl. 2.2.2; Poulsen, 2009). Studien zur Wirkung und den Wirkfaktoren in der SPF zeigen, dass die Beziehung und die Passung zwischen der Fachkraft sowie der Familie ein entscheidender Faktor für das Gelingen der SPF darstellt (vgl. 2.1.4; Fröhlich-Gildhoff, 2024; Messmer et al., 2019). Dabei kann das Spannungsfeld der Hilfe und Kontrolle in der SPF die Beziehungsgestaltung erschweren (vgl. 2.1.5). Zu wenig Nähe kann die Arbeit in der Familie behindern und als Desinteresse und Ablehnung wahrgenommen werden. Dem hingegen birgt der Verlust von Distanz die Gefahr, dass die Fachkräfte handlungsunfähig und Teil des Familiensystems werden (vgl. 2.3.3, 2.3.4). Daher sollte klar geworden sein, dass professionelle Nähe zentral ist, die Fachkräfte aber gleichzeitig fordert, klare Grenzen zu setzen, sich emotional abzugrenzen und immer wieder in die Distanz zu gehen, um Fehlbelastungen zu vermeiden. Aus diesem Grund müssen die Fachkräfte die Balance von Nähe und Distanz meistern (vgl. 2.2.1, 2.3.5). In den Worten von Poulsen (2009): «Sich einlassen und abgrenzen können – ein täglicher Spagat, den Fachkräfte durchzuführen haben» (S. 14). Abschliessend kann festgehalten werden, dass Nähe und Distanz in der SPF eine zentrale Bedeutung haben.

Welche Faktoren beeinflussen das psychische Belastungserleben der Fachkräfte der Sozialen Arbeit und spezifisch in der sozialpädagogischen Familienbegleitung?

In der Literatur wird zwischen psychischen Belastungen und Beanspruchungen unterschieden. Belastungen wirken von aussen auf das Individuum ein und haben einen Einfluss auf die Psyche. Die psychische Beanspruchung meint dabei die Auswirkung, welche aufgrund der psychischen Belastung entsteht. Belastungen und Beanspruchungen sind hierbei als neutral zu betrachten (vgl. 3.1, 3.2). Dabei spielen die individuellen, sozialen und organisationalen Ressourcen eine wichtige Rolle, da diese beeinflussen, wie die Beanspruchung vom Individuum erlebt wird. Zu den individuellen Ressourcen gehören bspw. Resilienz, Selbstfürsorge, aber auch das Alter oder die Gesundheit. Ein grosser Tätigkeitsspielraum sowie soziale Unterstützung zählen zu den sozialen und organisationalen Ressourcen (vgl. 3.2.2, 3.3, 3.4). Dies macht deutlich, dass kein einfacher Ursachen-/Wirkungszusammenhang besteht und die Individuen psychische Belastungen und Beanspruchungen subjektiv und individuell anders wahrnehmen.

Wie in Kapitel 3.5 ausgeführt, lassen sich aber durchaus aus unterschiedlichen Studien einige Belastungsfaktoren in der Sozialen Arbeit eruieren, die zu einer Fehlbelastung der Fachkräfte führen können. Dazu zählen bspw. mangelnde Selbstabgrenzung, Rollenkonflikte, fehlende Unterstützung im Team, hohe Fallzahlen, fehlende Supervisionen, Zeit- und Termindruck, Kindeswohlgefährdungen, Personalmangel, wenig Berufserfahrung sowie herausfordernde Klient*innen (Fengler, 1998; Poulsen 2012; Allroggen et al. 2017). Dies zeigt auf, dass die Fachkräfte der Sozialen Arbeit diversen Belastungsfaktoren ausgesetzt sind. Spezifisch für die SPF sind die Belastungsfaktoren bislang unzureichend erforscht (vgl. 3.6). Eine Studie von Lengen et al. (2021) der ambulanten Jugendhilfe zeigt allerdings, dass das Verhalten von Klient*innen, Rollenstress, grosse Arbeitsmengen, aber auch Pflichtbewusstsein und Neurotizismus der Fachkräfte Belastungsfaktoren darstellen (S. 90-92). Zudem bilden in der aufsuchenden Arbeit die traumatischen Erlebnisse der Klient*innen einen Belastungsfaktor ab (Lüngen et al., 2016, S. 81). Spezifisch für die SPFH wurde herausgefunden, dass die Spannungsfelder der Hilfe und Kontrolle sowie der Nähe und Distanz einen Belastungsfaktor abbilden (Helwig et al., 1999; Allert et al., 1994; zit. in Beckmann et al., 2009, S. 198). Darüber hinaus wird ein Burnout durch einen kleinen Handlungsspielraum begünstigt (Beckmann et al., 2009, S. 198-205). Dies lässt darauf schliessen, dass die Belastungsfaktoren in der SPF noch zu wenig erforscht sind.

Wie erleben die Fachkräfte der sozialpädagogischen Familienbegleitung das Spannungsfeld von Nähe und Distanz in Bezug auf ihr subjektives psychisches Belastungserleben?

Nähe und Distanz sind für die Fachkräfte der SPF ein Thema, mit dem sie alltäglich konfrontiert sind. Die Fachpersonen erzählen, dass eine gelingende Beziehungsgestaltung und Nähe unabdingbar sind, damit sie arbeiten können. Dabei ist das Bewusstsein der eigenen Rolle und Grenzen ein wichtiger Punkt, welcher im Alltag allerdings immer wieder eine Herausforderung darstellt. Das alleinige Arbeiten und das aufsuchende Setting tragen gemäss den Erzählungen der Fachpersonen zum Spannungsfeld der Nähe und Distanz in der SPF bei. Dies, da Fachkräfte von ihren Klient*innen teilweise nicht mehr in der professionellen Rolle wahrgenommen werden. Zudem nehmen die Fachpersonen diverse Einflussfaktoren wahr, welche die Nähe und Distanz in der SPF beeinflussen. Diese können in ihrer Rolle als Fachperson liegen, welche sich selbst als «Werkzeug» sieht und ihre Persönlichkeit in die Beziehung zur Klientel einbringen muss. Wiederum kommt auch dem aufsuchenden Setting eine tragende Rolle zu, da es die Balance von Nähe und Distanz für die Fachkräfte erschwert. Zudem werden die Nähe und Distanz in der SPF gemäss den Fachkräften auch durch die Kultur der Familie sowie durch die SPF-Phasen beeinflusst (vgl. 5 und 6).

Wie die Interviews zeigen, erleben die Fachkräfte der SPF im Thema Nähe und Distanz die psychischen Belastungen als divers. Die persönlichen Grenzen, strukturelle Ohnmacht, Themen der Familien, alleinige Verantwortung und Kindeswohlgefährdungen konnten jedoch als übergeordnete Belastungsfaktoren eruiert werden. Allen Belastungsfaktoren ist gemein, dass sie aufgrund des aufsuchenden Settings und der emotionalen, dichten Beziehungen entstehen sowie die Fachkräfte oft emotional berühren. Aber auch das alleinige Arbeiten spielt dabei eine Rolle. Dies fordert die Fachpersonen stark in der emotionalen Abgrenzung und in der wiederholten Einnahme von Distanz, obschon eine gute Beziehung essenziell ist. Die daraus resultierende Beanspruchung wird dabei individuell und heterogen wahrgenommen. Die Auswirkungen können positiv sowie beeinträchtigend sein und auf das Berufs- und Privatleben zurückfallen. Einige Beispiele dafür sind kurzfristige, physiologische Reaktionen, wie Verspannungen oder Erschöpfung, bis hin zu langfristigen, beeinträchtigenden Reaktionen, wie sozialer Rückzug. Die Berufserfahrung hilft dabei nur bedingt, da immer wieder Nähe zugelassen werden muss. Wie die Diskussion der Ergebnisse zeigt, wurden hauptsächlich negative Belastungen und Beanspruchungen genannt, was auf Fehlbelastung und -beanspruchungen der Fachkräfte der SPF schliessen lässt (vgl. 5 und 6).

Die Fachkräfte haben sich unterschiedliche Bewältigungsstrategien angeeignet, um möglichst gelingend mit den Belastungen in der Nähe und Distanz umzugehen, sprich um immer wieder Distanz zu erlangen und sich abzugrenzen. Aus den Interviews wird deutlich, dass sowohl individuelle Strategien und Ressourcen wie Selbstfürsorge, Resilienz, Ausgleiche in der Freizeit und eine klare Trennung zwischen Privatem und Arbeit wichtig sind. Dazu sind aber organisationale Ressourcen notwendig wie soziale Unterstützung, Reflexionsräume, eine klare Haltung der Organisation, aber auch das Vier-Augen-Prinzip. Eine der zentralsten Bewältigungsstrategien stellen die Reflexionsräume wie Supervisionen, Intervisionen, Selbstreflexion, aber auch Austausch im Team und mit den vorgesetzten Personen dar. Optimierungswünsche wie (mehr) Supervisionen und das Einführen des Vier-Augen-Prinzips wurden genannt (vgl. 5 und 6).

7.2 Schlussfolgerungen für die SPF Praxis

Aus den gewonnenen Erkenntnissen des Theorie- und Forschungsteils lassen sich Schlussfolgerungen und Handlungsempfehlungen für Praxis der SPF ableiten, welche im vorliegenden Kapitel aufgezeigt werden. Damit wird die Praxisfrage beantwortet:

Welche Schlussfolgerungen lassen sich daraus für die Praxis der Sozialen Arbeit in der sozialpädagogischen Familienbegleitung ableiten?

Da eine gelingende Beziehung als Wirkfaktor für die SPF genannt wird, ist eine emotionale Beteiligung und Nähe unabdingbar (vgl. 2.1.4). Da aber von einer Fehlbelastung und -beanspruchung ausgegangen wird, besteht ein Handlungsbedarf für die Praxis. Dabei ist zu berücksichtigen, dass die Belastungen nicht komplett vermieden werden sollen, da diese auch positive Effekte auf die Entwicklung der Fachpersonen haben (vgl. 3.1). Obwohl die Belastungen und Beanspruchungen subjektiv wahrgenommen werden, ist es dennoch zentral, dass die beeinflussbaren äusseren Belastungsfaktoren, die persönlichen aber auch die institutionellen Ressourcen in der SPF so weit gestärkt werden, damit eine Fehlbelastung und -beanspruchung möglichst vermieden werden können. Die folgenden Schlussfolgerungen und Handlungsempfehlungen zielen genau darauf ab. Zudem soll aufgezeigt werden, was für die Fachpersonen wichtig ist, damit sie sich immer wieder aus der Nähe lösen, sich abgrenzen und Distanz einnehmen können. Dies ist wichtig, damit die Fachkräfte handlungsfähig bleiben.

Reflexionsräume: Wie die Kapitel 2 und 3 zeigen, sind regelmässige Besprechungen im Team, Interviewen, Supervisionen, aber auch Selbstreflexionen zentral, um gelingend mit Nähe und Distanz und den eigenen Belastungen umzugehen (vgl. 2, 3). Supervisionen helfen, wie bereits in Kapitel 6.5 ausgeführt, bspw. die Wirksamkeit und Qualität der SPF zu erhöhen, die Balance von Nähe und Distanz sowie Professionalität zu unterstützen aber auch Belastungen zu reduzieren und das Belastungserleben zu senken (vgl. 6.5). Die Forschungsergebnisse zeigen, dass nicht alle Institutionen Supervisionen zur Verfügung stellen und der Wunsch von Einzelnen nach mehr Supervisionen besteht (vgl. 5.5, 6.5). Daraus lässt sich eine klare Handlungsempfehlung ableiten. Es ist unabdingbar, dass die Institutionen den Familienbegleiter*innen eben diese Räume ausreichend zur Verfügung stellen und institutionalisieren.

Selbstfürsorge: Weiter benötigen die Fachpersonen in der SPF bewusste Strategien zur Selbstfürsorge und den Ausgleich in der Freizeit, um langfristig gesund zu bleiben, sich immer wieder abzugrenzen und die individuellen Ressourcen zu stärken. Eine besonders bewährte Strategie, wie dies die Forschung und Theorie bestätigt, ist dabei die Bewegung (vgl. 5.5, 6.5). Dennoch muss jede Fachperson eigene Strategien der Selbstfürsorge entwickeln (Zito & Martin, 2021, S. 44) und sich eigenverantwortlich um die Selbstfürsorge kümmern. Trotzdem lässt sich schlussfolgern, dass bereits im Studium eine Sensibilisierung des Themas und Aufzeigen von Möglichkeiten stattfinden muss, damit die Fachkräfte darauf zurückgreifen können. Zudem sind die Institutionen angehalten dies zu unterstützen, indem dies bspw. in den Reflexionsräumen thematisiert wird.

Bewusste Rollen- und Beziehungsgestaltung: Um nicht Teil des Systems zu werden, sich immer wieder aus der unabdingbaren Nähe zu lösen und emotional abzugrenzen zu können, müssen die Fachpersonen der SPF sich mit der eigenen Rolle in der Familie immer wieder auseinandersetzen und diese reflektieren. Damit dies gelingt, ist eine transparente Kommunikation gegenüber der Familie und das eigene Bewusstsein unabdingbar, sei dies über die eigene Rolle, die eigenen Grenzen aber auch in der Beziehungsgestaltung. Da zudem die Hilfe und Kontrolle teilweise die Beziehungsgestaltung erschweren, ist auch hier eine transparente Kommunikation der Rollen zentral (vgl. 5, 6). Dies entspricht dem Handlungsprinzip von Metzger und Domeniconi Pfister (2016) und verlangt Reflexion (S. 14) sowie konsequente Umsetzung in der Praxis.

Soziale Unterstützung: Wie in Kapitel 3.3 und 3.4 gesehen wurde, senkt die soziale Unterstützung das Belastungserleben. Da gerade in der SPF allein in den Familien gearbeitet wird, scheint es umso wichtiger, dass die sozialpädagogischen Familienbegleiter*innen neben der Arbeit in der Familie, vom Team und den vorgesetzten Personen genügend soziale Unterstützung erhalten. Wie die Forschungsergebnisse zeigen, ist dies bei den meisten bereits gegeben (vgl. 5.5). Dies muss unbedingt beibehalten werden. Zudem muss beim Berufseinstieg genügend Unterstützung geboten werden, da die Balance von Nähe und Distanz zu Beginn schwerfällt (vgl. 2.1.4, 6.2).

Klare Trennung Privat/Beruf: Letztlich scheint es zentral, dass das Privat- und Berufsleben, wenn immer möglich, klar getrennt wird (vgl. 2.3.5, 5.5, 6.5). Die Institutionen müssen dabei die Fachpersonen dahingehend unterstützen, die Eigenverantwortung wahrzunehmen. Dazu wird eine klare Haltung der Institutionen empfohlen, dass die SPF kein 24h-Notruf Betrieb darstellt und eine Sensibilisierung der Mitarbeiter*innen im Umgang mit dem Geschäftshandy nahegelegt (vgl. 5.5, 6.5).

Verantwortungsteilung: Wie die Ergebnisse zeigen, ist durch das alleinige Arbeiten in den Familien die Verantwortung ein grosser Belastungsfaktor in der Nähe und Distanz (vgl. 5.3, 6.3). Um dieser Belastung entgegenzuwirken, ist die Einführung des Vier-Augen-Prinzips und das Einführen von Stellvertreter*innen-Regelungen in allen Institutionen klar zu empfehlen. Mit diesen Massnahmen können die Verantwortung geteilt und wichtige Entscheidungen abgesichert werden, was die Fachpersonen bei der Abgrenzung unterstützen kann. Zudem wird das Vier-Augen-Prinzip gemäss SPF Leitbild als notwendig angesehen (vgl. 2.1.3). Trotzdem ist der Tätigkeitsspielraum der SPF-Fachpersonen durch die Institutionen gross zu halten, da gemäss dem JDC, dadurch die Belastungen reduziert werden (Metz & Rothe, 2017, 17-18) und Beckmann et al. (2009) darauf hinweisen, dass dieser das Burnout-Risiko in der SPF senkt (S. 198-205).

Zusammenfassend lässt sich sagen: Die professionelle Gestaltung von Nähe und Distanz und der Umgang mit psychischen Belastungen darin ist keine Frage individueller Stärke allein. Sie ist das Ergebnis eines komplexen Zusammenspiels zwischen eigenen Bewältigungsstrategien und Ressourcen, institutionellen Rahmenbedingungen und privatem Ausgleich. Die Praxis der Sozialen Arbeit ist deshalb gefordert, Fachpersonen nicht nur individuell zu stärken, sondern ihnen auch strukturell einen tragfähigen Rahmen zur Verfügung zu stellen. Nur so kann eine gesunde und langfristig gelingende SPF sichergestellt werden.

7.3 Ausblick

Die vorliegende Bachelorarbeit hat sich mit dem Erleben der Fachkräfte von Nähe und Distanz in der SPF in Bezug auf ihr subjektives psychischen Belastungserleben befasst. Durch die Bearbeitung der Thematik sind weitere Themen aufgekommen, die Anknüpfungspunkte für zukünftige Arbeiten bieten. Besonders zentral scheint, dass weitere Forschungen die Belastungsfaktoren von Sozialpädagog*innen, deren Entstehung und Auswirkungen auf die Fachkräfte, aufgreifen. Insbesondere für die Fachkräfte der SPF. Da aktuell keine repräsentativen Studien vorhanden sind, welche spezifisch die Belastungsfaktoren in der SPF untersucht haben.

Weiter zeigt die Arbeit, dass die Institutionen ein wichtiger Faktor sind, wie das Belastungserleben der Fachkräfte der SPF wahrgenommen wird und welche Beanspruchungsfolgen daraus entstehen. Die Sichtweise der anbietenden Institutionen von SPF wurde in der vorliegenden Arbeit nicht berücksichtigt und könnte in weiteren Arbeiten für eine umfassende Betrachtung aufgegriffen werden. Außerdem gewährt die vorliegende Arbeit spannende Einblicke, wie Fachpersonen der SPF das Spannungsfeld von Nähe und Distanz auch nebst den Belastungen erleben. Es bleibt aber unbeleuchtet, wie die Familien die Nähe und Distanz in der SPF wahrnehmen, wie dies aus ihrer Sichtweise die Beziehungsgestaltung beeinflusst und welchen Herausforderungen sie dabei begegnen.

Insgesamt bieten diese Überlegungen ein breites Forschungsfeld für künftige Arbeiten, deren Ergebnisse ebenfalls Einfluss auf die Gesundheit der Fachkräfte der SPF haben könnten. Beispielsweise könnten sie darauf abzielen die Qualität der SPF und das Bewusstsein für Belastungsfaktoren der SPF zu stärken sowie die negativen Beanspruchungsfolgen langfristig zu senken.

8 Literaturverzeichnis

- Allroggen, M., Fegert, J. M. & Rau, T. (2017). Psychische Belastung von Fachkräften in (sozial-) pädagogischen Arbeitsfeldern: Eine Übersichtsarbeit über Prävalenz, Entstehungsbedingungen, Folgen und Unterstützungsmöglichkeiten. *Sozial Extra*, 41(5), 49–53. <https://doi.org/10.1007/s12054-017-0086-8>
- Amberg, H., Rickenbacher, J., Müller, F., Mariéthoz, S. & Brun, N. (2025). *Fachkräftestudie im Sozialbereich: Bericht zuhanden des Schweizerischen Dachverbands für die Berufsbildung im Sozialbereich SAVOIRSOCIAL und der Konferenz der Fachhochschulen für Soziale Arbeit Schweiz SASSA.*
https://www.savoirsocial.ch/s01/Dokumente/Organisation/Studien/Fachkraeftestudie_2024/Schlussbericht-Fachkraeftestudie-Sozialbereich-2024-d.pdf
- AvenirSocial (Hrsg.). (2010). *Berufskodex Soziale Arbeit Schweiz: Ein Argumentarium für die Praxis* [Broschüre].
- AvenirSocial & Fachverband Sozialpädagogische Familienbegleitung Schweiz (Hrsg.). (2017). *Leitbild Sozialpädagogische Familienbegleitung SPF* [Flyer].
- Beckmann, C., Maar, K., Otto, H. U., Schaarschuch, A. & Schrödter, M. (2009). Burnout als Folge restringierender Arbeitsbedingungen?: Ergebnisse einer Studie aus der Sozialpädagogischen Familienhilfe. *neue praxis Sonderheft: Zeitschrift für Sozialarbeit, Sozialpädagogik und Sozialpolitik*, (9), 194-208.
- Best, L. (2020). *Nähe und Distanz in der Beratung: Das Erleben der Beziehungsgestaltung aus der Perspektive der Adressaten*. Springer VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-29169-3>
- Best, L. (2023). *Professionelle Beziehungsgestaltung in der Sozialen Arbeit*. W. Kohlhammer Verlag. <https://doi.org/10.17433/978-3-17-042404-3>
- Conen, M.-L. (1992). Supervision in der Sozialpädagogischen Familienhilfe. *Supervision: Zeitschrift für berufsbezogene Beratung in sozialen, pädagogischen und therapeutischen Arbeitsfeldern*, 21(1), 51–63.

Dahl, C. (2018). Ein Plädoyer für mehr Selbstfürsorge: Über den präventiven Nutzen der Selbstfürsorge am Beispiel psychosozialer Fachkräfte. *Prävention und Gesundheitsförderung*, 13(2), 131–137. <https://doi.org/10.1007/s11553-017-0626-x>

Dahl, C., & Dlugosch, G. E. (2020). Besser leben! Ein Seminar zur Stärkung der Selbstfürsorge von psychosozialen Fachkräften. *Prävention und Gesundheitsförderung*, 15(1), 27–35. <https://doi.org/10.1007/s11553-019-00735-2>

Deutsches Institut für Normung e.V. (2018). *Ergonomische Grundlagen bezüglich psychischer Arbeitsbelastung—Teil 1: Allgemeine Aspekte und Konzepte und Begriffe (ISO_10075-1:2017); Deutsche Fassung EN ISO 10075-1:2017* (No. DIN EN ISO 10075-1:2018-01).

Dörr, M. & Müller, B. (2019). Einleitung: Nähe und Distanz als Strukturen der Professionalität pädagogischer Arbeitsfelder. In M. Dörr (Hrsg.), *Nähe und Distanz: Ein Spannungsfeld pädagogischer Professionalität* (4., aktual. und erw. Aufl., S. 14–39). Beltz Juventa.

Dresing, T. & Pehl, T. (2018). *Praxisbuch: Interview, Transkription & Analyse: Anleitungen und Regelsysteme für qualitativ Forschende* (8. Aufl.). Eigenverlag.

Euteneuer, M., Sabla, K.-P., & Uhlendorff, U. (2020). Aufsuchende Hilfen für Familien. In J. Ecarius & A. Schierbaum (Hrsg.), *Handbuch Familie* (S. 1–18). Springer VS. https://doi.org/10.1007/978-3-658-19861-9_30-1

Fachverband Sozialpädagogische Familienbegleitung Schweiz. (o. J.-a). *Auswertung SPF Statistik 2023*. https://www.spf-fachverband.ch/fileadmin/media/Auswertung_Statistik_SPF_Fachverband_Schweiz_2023.pdf

Fachverband Sozialpädagogische Familienbegleitung Schweiz. (o. J.-b). *Wissenswertes: Statistiken*. <https://www.spf-fachverband.ch/wissenswertes>

Fengler, J. (1998). *Helfen macht müde: Zur Analyse und Bewältigung von Burnout und beruflicher Deformation* (5., überarb. und erw. Aufl.). J. Pfeiffer Verlag.

Flick, U. (2019). *Sozialforschung: Methoden und Anwendungen: Ein Überblick für die BA-Studiengänge* (4. Aufl.). Rowohlt Taschenbuch Verlag.

Fröhlich-Gildhoff, K. & Rönnau-Böse, M. (2019). *Resilienz* (5., aktual. Aufl.). Ernst Reinhardt Verlag. <https://doi.org/10.36198/9783838552064>

Fröhlich-Gildhoff, K. (2024). § 31 SGB VIII: Sozialpädagogische Familienhilfe. In M. Macsenaere, K. Esser, E. Knab, S. Hiller & D. Kieslinger (Hrsg.), *Handbuch der Hilfen zur Erziehung* (2. Aufl., S. 194–199). Lambertus-Verlag.

Groen, G., Weidtmann, K., Vaudt, S. & Ansen, H. (2024). *Selbstfürsorge in psychosozialen Berufen*. Psychiatrie Verlag. <https://doi.org/10.36198/9783838562216>

Heiner, M. (2010). *Soziale Arbeit als Beruf: Fälle - Felder - Fähigkeiten* (2., durchgesehene Aufl.). Ernst Reinhardt Verlag.

Heiner, M. (2018). *Kompetent handeln in der Sozialen Arbeit* (3. Aufl.). Ernst Reinhardt Verlag.

Helwig, E., Blüml, H., & Schattner, H. (2004). *Handbuch Sozialpädagogische Familienhilfe*. Kohlhammer.
<https://www.bmbfsfj.bund.de/resource/blob/95350/956842b20540cd9b89cf5c8bea32200e/srband-182-sozialpaedagogische-fh-data.pdf>

Kuckartz, U. & Rädiker, S. (2024). *Qualitative Inhaltsanalyse. Methoden, Praxis, Umsetzung mit Software und künstlicher Intelligenz* (6., überarb. und erw. Aufl.). Beltz Juventa.

Lengen, J. C., Kersten, M. & Gregersen, S. (2021). Ambulante Jugendhilfe: Ein systematisches Literatur-Review zur Arbeits- und Gesundheitssituation. *Zeitschrift für Arbeitswissenschaft*, 75, 86–104. <https://doi.org/10.1007/s41449-020-00239-2>

Liel, K. (2021). Die Gesundheit von SozialarbeiterInnen—Zwischen Selbstfürsorge und gesunden Organisationen. In S. Dettmers & J. Bischkopf (Hrsg.), *Handbuch gesundheitsbezogene Soziale Arbeit* (2., aktual. Aufl., S. 256–262). Ernst Reinhardt Verlag.

Lüngen, S., Müller, M. & Bräutigam, B. (2016). Kaffee, Kekse, Katzenallergie. *neue praxis: Zeitschrift für Sozialarbeit, Sozialpädagogik und Sozialpolitik*, 46(1), 67–82.

Mayer, H. O. (2013). *Interview und schriftliche Befragung: Grundlagen und Methoden empirischer Sozialforschung* (6., überarb. Aufl.). Oldenbourg Verlag.

Mayring, P. (2023). *Einführung in die qualitative Sozialforschung: Eine Anleitung zu qualitativem Denken* (7., überarb. Aufl.). Beltz.

Messmer, H., Fellmann, L., Wetzel, M. & Käch, O. (2019). Sozialpädagogische Familienhilfe im Spiegel der Forschung: Bestandesaufnahme und Ausblick. *neue praxis: Zeitschrift für Sozialarbeit, Sozialpädagogik und Sozialpolitik*, 49(1), 37–53.

Messmer, H., Wetzel, M., Fellmann, L. & Käch, O. (2021). *Sozialpädagogische Familienbegleitung: Ausgangsbedingungen – Praxis – Wirkungen*. Beltz Juventa.

Metz, A.-M. & Rothe, H.-J. (2017). *Screening psychischer Arbeitsbelastung: Ein Verfahren zur Gefährdungsbeurteilung*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-12572-1>

Metzger, M. & Domeniconi Pfister, S. (2016). *Arbeits- und Handlungsprinzipien Sozialpädagogischer Familienhilfe und Familienbegleitung: Bericht des Institutes für Sozialpädagogik und Bildung sowie des Institutes für Sozialarbeit und Recht der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit*. https://www.spf-fachverband.ch/fileadmin/media/downloads/Schlussbericht_Arbeits-und_Handlungsprinzipien_SPF_1606.pdf

Metzger, M. (2019, 9. September). *Sozialpädagogische Familienhilfe*.
<https://www.socialnet.de/lexikon/Sozialpaedagogische-Familienhilfe>

Metzger, M. & Tehrani, A. M. (2021). Indikation für die Sozialpädagogischen Familienhilfe und Familienbegleitung. *Zeitschrift für Sozialpädagogik*, 19(3), 233–251.

Müller, B. (2019). Nähe, Distanz, Professionalität: Zur Handlungslogik von Heimerziehung als Arbeitsfeld. In M. Dörr (Hrsg.), *Nähe und Distanz: Ein Spannungsfeld pädagogischer Professionalität* (4. aktual. und erw. Aufl., S. 171–188). Beltz Juventa.

Neuner, R. (2019). *Psychische Gesundheit bei der Arbeit: Gefährdungsbeurteilung und Betriebliches Gesundheitsmanagement* (3., überarb. und erw. Aufl.). Springer Gabler.
<https://doi.org/10.1007/978-3-658-23961-9>

Open AI. (2025). ChatGPT Januar Version 4.0. <https://chat.openai.com/>

Pehl, T. & Dresing, T. (2023). Qualitative Inhaltsanalyse: Qualitative Auswertungsstrategien in f4analyse umsetzen: Schritt- für Schritt Erläuterung mit pragmatischen Arbeitsvorschlägen. https://www.audiotranskription.de/wp-content/uploads/2024/05/audiotranskription_Methodenbeispiel_Band3_QualitativeInhaltsanalyse_Ansicht.pdf

Petko, D. (2004). *Gesprächsformen und Gesprächsstrategien im Alltag der Sozialpädagogischen Familienhilfe*. Cuvillier Verlag.

Petko, D. (2019). Nähe und Distanz in der Sozialpädagogischen Familienhilfe. In M. Dörr (Hrsg.), *Nähe und Distanz: Ein Spannungsfeld pädagogischer Professionalität* (4., aktual. und erw. Aufl., S. 189–203). Beltz Juventa.

Poppelreuter, S. & Mierke, K. (2018). *Psychische Belastungen in der Arbeitswelt 4.0: Entstehung - Vorbeugung - Maßnahmen*. Erich Schmidt Verlag.

Poulsen, I. (2009). *Burnoutprävention im Berufsfeld Soziale Arbeit: Perspektiven zur Selbstfürsorge von Fachkräften*. VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Poulsen, I. (2012). *Stress und Belastung bei Fachkräften der Jugendhilfe: Ein Beitrag zur Burnoutprävention*. Springer VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-531-19588-9>

Przyborski, A. & Wohlrab-Sahr, M. (2021). *Qualitative Sozialforschung: Ein Arbeitsbuch* (5., überarb. und erw. Aufl.). De Gruyter Oldenbourg.

Rätz, R., Biere, A., Reichmann, U., Krause, H.-U. & Ramin, S. (2021). *Sozialpädagogische Familienhilfe: Ein Lehr- und Praxisbuch*. W. Kohlhammer Verlag.
<https://doi.org/10.17433/978-3-17-032736-8>

Rönnau-Böse, M. & Fröhlich-Gildhoff, K. (2024). *Resilienz und Resilienzförderung über die Lebensspanne* (3., erw. und aktual. Aufl.). W. Kohlhammer Verlag.

Rothe, M. (2017). *Sozialpädagogische Familien- und Erziehungshilfe: Eine Handlungsanleitung* (8. Aufl.). W. Kohlhammer Verlag.

Schäfter, C. (2010). *Die Beratungsbeziehung in der Sozialen Arbeit: Eine theoretische und empirische Annäherung*. VS Verlag für Sozialwissenschaften.
<https://doi.org/10.1007/978-3-531-91928-7>

Thiersch, H. (2019). Nähe und Distanz in der Sozialen Arbeit. In M. Dörr (Hrsg.), *Nähe und Distanz: Ein Spannungsfeld pädagogischer Professionalität* (4., aktual. und erw. Aufl., S. 42–59). Beltz Juventa.

Volmer, J. (2024). *Taktvolle Nähe: Vom Finden des angemessenen Abstands in pädagogischen Beziehungen* (2. Aufl.). Psychosozial-Verlag.

Witzel, A. (2000). Das problemzentrierte Interview. *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research*, 1(1), Art. 22. <https://doi.org/10.17169/fqs-1.1.1132>

Wolf, K. (2015). *Sozialpädagogische Interventionen in Familien* (2., überarb. Aufl.). Beltz Juventa.

Woog, A. (2010). *Soziale Arbeit in Familien: Theoretische und empirische Ansätze zur Entwicklung einer pädagogischen Handlungslehre* (4. Aufl.). Juventa Verlag.

Zito, D. & Martin, E. (2021). *Selbstfürsorge und Schutz vor eigenen Belastungen für Soziale Berufe: Mit Online-Materialien*. Beltz Juventa.

9 Anhang

A. Einwilligungserklärung Interview



Einwilligungserklärung zur Erhebung und Verarbeitung personenbezogener Interviewdaten

Titel Bachelorarbeit: Voraussichtlich: Im Spannungsverhältnis von Nähe und Distanz – Zur Auswirkung auf das psychische Belastungserleben der Fachkräfte in der sozialpädagogischen Familienbegleitung

Durchführende Studierende: Lara Gamma – lara.gamma@stud.hslu.ch

Begleitperson: Prof. Dr. Sven Huber

Interviewerin/Interviewer: Lara Gamma

Interviewdatum: _____

Beschreibung des Vorgehens (zutreffendes bitte ankreuzen):

- mündliche Erläuterung
- schriftliche Erläuterung

Die Interviews werden mit einem Aufnahmegerät aufgezeichnet und sodann von den Studierenden in Schriftform gebracht. Für die weitere wissenschaftliche Auswertung der Interviewtexte werden alle Angaben, die zu einer Identifizierung der Person führen könnten, verändert oder aus dem Text entfernt. Für die Auswertung werden ausschliesslich Tools und Verfahren angewendet, die den datenschutzrechtlichen Vorgaben entsprechen.

In wissenschaftlichen Veröffentlichungen werden Interviewinhalte nur in Ausschnitten zitiert, um gegenüber Dritten sicherzustellen, dass der entstehende Gesamtzusammenhang von Ereignissen nicht zu einer Identifizierung der Person führen kann.

Personenbezogene Kontaktdataen werden von Interviewdaten getrennt für Dritte unzugänglich gespeichert. Nach Beendigung des Forschungsprojekts bzw. Publikation der Bachelorarbeit werden Ihre Kontaktdataen automatisch gelöscht.

Die Teilnahme an den Interviews ist freiwillig. Sie haben zu jeder Zeit die Möglichkeit, ein Interview abzubrechen, weitere Interviews abzulehnen und Ihr Einverständnis in eine Aufzeichnung und Niederschrift des Interviews zurückziehen, ohne dass Ihnen dadurch irgendwelche Nachteile entstehen.

Ich bin damit einverstanden, im Rahmen des genannten Forschungsprojekts an einem Interview teilzunehmen.

ja nein

Ich bin damit einverstanden, für zukünftige themenverwandte Forschungsprojekte kontaktiert zu werden. Hierzu bleiben meine Kontaktdataen über das Ende des Forschungsprojektes hinaus gespeichert.

ja nein

Vorname; Nachname in Druckschrift

Ort, Datum / Unterschrift

B. Leitfaden Problemzentriertes Interview

Problemzentriertes Interview - Bachelorarbeit – Im Spannungsverhältnis zwischen Nähe und Distanz – zur Auswirkung auf das psychische Belastungserleben der Fachkräfte in der sozialpädagogischen Familienbegleitung

Einstieg:

- Dank für die Bereitschaft
- Darstellung der Thematik und Ziel der Befragung
- Anonymität, Datenschutz ausführen, Tonband erwähnen
- Einverständniserklärung unterzeichnen lassen
- Geplante Dauer des Interviews erwähnen, ca. 45- 60 Minuten

Forschungsfrage: Wie erleben die Fachkräfte der sozialpädagogischen Familienbegleitung das Spannungsfeld von Nähe und Distanz in Bezug auf ihr subjektives psychisches Belastungserleben?

Themen	Fragen	Stichworte / ad hoc
Sondierungsfrage/ Einstiegsfrage	Mich interessiert das Thema Nähe und Distanz in der SPF. Können Sie mir dazu aus Ihrem Arbeitsalltag erzählen?	
Leitfadenfragen/ Themenblöcke	Frageideen zur Eröffnung der Themenbereiche	
	Nähe und Distanz/Beziehungsgestaltung	
	Stellt das Thema Nähe und Distanz für Sie ein Spannungsfeld in der SPF dar und wieso?	
	Können Sie mir aus Ihrem Berufsalltag erzählen, in welchen Situationen Sie das Thema Nähe und Distanz zu den Klient*innen besonders wahrnehmen und wie erleben Sie das?	Kindeswohlgefährdungen Hilfe/Kontrolle Alleinige Hausbesuche
	Was denken Sie, was beeinflusst den Umgang mit Nähe und Distanz in ihrem Arbeitsalltag in der SPF?	Geschlecht Stadt/Land Berufserfahrung

		SPF-Phasen Beziehung zu den Klient*innen Rolle in der Familie/Rollengestaltung Duzen – Siezen Arbeits- und Handlungsprinzipien
	Welche Herausforderungen ergeben sich für Sie in ihrem beruflichen Alltag beim Umgang mit Nähe und Distanz, und wie gehen Sie damit um?	Chancen und Risiken Professionalität
	Hat sich Ihr Umgang mit Nähe und Distanz im Laufe der Zeit verändert?	
	Woran merken Sie, ob ein Passungsverhältnis zwischen Ihnen und den Klient*innen gegeben ist? Für wie wichtig halten Sie die Beziehungsgestaltung für den Erfolg ihrer Arbeit?	
	Welche Auswirkung hat für Sie die Beziehungsgestaltung und ihre eigene Rolle in der Familie auf das Nähe und Distanz Verhältnis?	
	Subjektive psychische Belastungen Gibt es in der SPF im Bereich der Nähe und Distanz für Sie Situationen, die für Sie psychisch belastend sind? Können Sie dies an konkreten Beispielen erzählen?	Beispiel von Situationen, konkrete Beispiele Lebensumstände der Klient*innen Kindeswohlgefährdung Persönliche Gründe Anforderung an die eigene Person
	Wie zeigen sich diese psychischen Belastungen bei Ihnen konkret und wie erleben Sie diese?	Körperliche Symptome z.B. Schlafstörungen, Stress Psychische Symptome z.B. Frustration, Zynismus
	Wie wirkt sich diese Belastung der Nähe und Distanz auf Ihren privaten oder beruflichen Alltag aus?	Soziale Auswirkungen Beziehungsgestaltung zu Klient*innen
	Würden Sie sagen, dass Ihr Erleben von psychischen Belastungen von Nähe und Distanz beim Berufseinstieg anders war als nach ein paar Jahren Berufserfahrung?	Kompetenzen und Aus- & Weiterbildungen Überforderung

	<p>Strategien und Bewältigung</p> <p>Haben Sie für sich Strategien entwickelt, um mit diesen psychischen Belastungen im Thema Nähe und Distanz gelingend umgehen zu können? Wenn ja, welche sind das?</p> <p>Was hilft Ihnen sich abzugrenzen?</p> <p>Was würden Sie zusätzlich noch hilfreich empfinden oder was würden Sie sich wünschen, damit Sie möglichst gelingend damit umgehen können?</p>	<p>Konkrete Beispiele Selbstfürsorge Kohärenzgefühl Persönliche Ebene (Selbstwertgefühl) Unterstützung der Vorgesetzten/Person Unterstützung Institution Supervision/Intervision - Institutionalisierung gegeben? Fachwissen</p>
Abschluss	<p>Nun haben wir lange über Nähe und Distanz und das Belastungserleben gesprochen und kommen langsam zum Schluss. Haben Sie noch etwas zum Thema zu sagen, was ich jetzt nicht gefragt oder woran ich nicht gedacht habe?</p> <p>Gibt es etwas, dass Sie zum Schluss noch ansprechen möchten?</p>	

(Open AI, 2025)

Während dem Interview Notizen machen - am Schluss Nachfragen: Was habe ich nicht verstanden, und Zusammenhänge erfragen.

Demografische Daten zur interviewten Person:

Interviewte Person:	Datum und Ort:
Alter	
Geschlecht	
Ausbildung	
Abschlussjahr Ausbildung	
Zusatzausbildungen	
Berufserfahrung SPF	
Arbeitspensum	
Anzahl eigene Kinder	

Nochmals bedanken.

C. Definition Kategorien und Codes

Hauptkategorie Nähe und Distanz		
Definition Hauptkategorie: Diese Hauptkategorie umfasst alle Textpassagen, die sich mit Nähe und Distanz in der SPF im Allgemeinen befassen.		
Subkategorien	Kurze Definition	Beispiel
Erleben von Nähe und Distanz	Textpassagen, die beschreiben, wie die Fachkräfte die Nähe und Distanz in der SPF erleben und ob sie die Nähe und Distanz als ein Spannungsfeld wahrnehmen.	«Also man ist im Arbeitsalltag immer wieder konfrontiert mit Nähe und Distanz» (P1, Abs. 2).
Professionalität	Alle Textpassagen, die im Zusammenhang mit Nähe und Distanz und Professionalität genannt wurden.	«Das ist Professionalität eigentlich, dass ich sie ernstnehme und dass ich mich auf Augenhöhe stelle und nicht über sie stelle» (P2, Abs. 28).
Chancen und Risiken	Alle Chancen und Risiken, die durch die Nähe und die Distanz im Arbeitsalltag in der SPF entstehen.	«Ja ich glaube die Chance ist, dass wir sehr lebensweltorientiert arbeiten können indem dass wir bei den Familien zuhause sind (...)» (P3, Abs. 30).
Herausforderungen	Hier werden Herausforderungen benannt, die im Zusammenhang mit der Nähe und Distanz in der SPF durch die Fachkräfte wahrgenommen werden.	«Ja ich glaube, wenn man wie Meinungsverschiedenheiten auch hat und wenn es dann vielleicht auch mal, ja wenn die, wenn man nicht gleicher Meinung ist und man kommt dann auch in eine solche (...) in Emotionen hinein, in welchen man dann manchmal auch mal auf den Tisch klopft und dann kann man dann vielleicht auch zu nahe gehen» (P1, Abs. 26).
Beziehungsgestaltung	Alle Textpassagen, die die Beziehung und das Passungsverhältnis zwischen den Fachkräften und der Familien in der SPF beschreiben.	«(...) Beziehungsgestaltung, also ohne Beziehung ist eigentlich eine gute Arbeit nicht möglich» (P2, Abs. 6).
Rollen und Grenzen	Alle Textpassagen, die im Zusammenhang mit der Rolle und den Grenzen der Fachkräfte, aber auch der Familie in Verbindung stehen und diese beschreiben.	«Man muss sich schon sehr bewusst sein über die eigene Rolle (...)» (P3, Abs. 28).

Hauptkategorie Einflussfaktoren auf Nähe und Distanz		
Definition Hauptkategorie: In diese Hauptkategorie kommen alle Textpassagen, die beschreiben, was den Umgang mit Nähe und Distanz im Arbeitsalltag in der SPF beeinflusst.		
Subkategorien	Kurze Definition	Beispiel
Fachperson	Alle Textpassagen, die beschreiben, welchen Einfluss die Fachperson auf die Nähe und Distanz in der SPF hat.	«Und dann gibt es einfach vielleicht auch, darf man glaube ich schon auch sagen, Familien welche man gerade eng und nahe ist, weil sie einfach von den Charakteren vielleicht so unterwegs sind und Sympathie vielleicht auch eher da ist» (P1, Abs. 26).
Berufserfahrung	Alle Textpassagen, die den Einfluss der Berufserfahrung der Fachkräfte auf die Nähe und Distanz beschreiben.	«Ja ich glaube, ich bin schon ein bisschen mehr, also mehr im Kopf bewusst, es ist professionell, das ist nicht eine, mehr. Ich glaube, es ist schon stärker geworden (...)» (P4, Abs. 16).
Setting	In diese Unterkategorie gehören alle Textpassagen, die beschreiben, wie sich das Setting auf die Nähe und Distanz auswirkt. z.B. Auftragsart oder häusliches Umfeld.	«Ja, sicherlich auch, ob die Familie eher im freiwilligen Bereich ist oder es eher wirklich eine angeordnete Massnahme ist, kann Einfluss haben» (P3, Abs. 24).
Kultur	In diese Kategorie gehören alle Textpassagen, die den Einfluss der Kultur auf die Nähe und Distanz beschreiben.	«Und dann kommt die Kultur vielleicht auch dazu oder da kann man auch, je nach dem, vielleicht schon auf eine Distanz stossen, wenn man vielleicht kulturell da auch Barrieren hat» (P1, Abs. 6).
SPF-Phasen	In dieser Kategorie werden alle Einflussfaktoren auf die Nähe und die Distanz im Zusammenhang mit den SPF-Phasen beschrieben.	«Die Entwicklung oder der Prozess verlangt doch auch, dass man/ Am Anfang eben ist man distanzierter, nachher vielleicht etwas näher und wenn es gegen den Abschluss geht auch wieder so ein bisschen, ja geht es vielleicht wieder auf eine distanziertere Linie. Ist auch mit den Phasen von der Familienbegleitung, hat dies auch zu tun, genau» (P1, Abs. 2).

Hauptkategorie psychische Belastungen in der Nähe und Distanz		
Definition Hauptkategorie: In diese Hauptkategorie kommen alle Textpassagen, die beschreiben, mit welchen psychischen Belastungen die Fachkräfte im Thema Nähe und Distanz konfrontiert sind.		
Subkategorien	Kurze Definition	Beispiel
Persönliche Grenzen	In diese Unterkategorie gehören alle Textpassagen, die die psychischen Belastungen der Nähe und Distanz beschreiben, die mit den eigenen Grenzen der Fachkräfte zu tun haben.	«Wir sind sehr allein. Und wir sind sehr vielen Situationen ausgesetzt, welche mich selber sehr an die Grenzen bringen (...)» (P2, Abs. 46).
Strukturelle Ohnmacht	In dieser Kategorie werden alle für die Fachkräfte psychische Belastungen in der Nähe und Distanz beschrieben, die im Zusammenhang mit der Ohnmacht beziehungsweise Hilflosigkeit der Fachkraft in Verbindung stehen und aufgrund des Jobs gegeben sind.	«Ich habe eine Familie, die ihre Wohnung verloren hat und innerhalb kürzester Zeit aus ihrer Wohnung sein musste und eigentlich nichts mitnehmen konnte. Und das sind Sachen, die einem auch immer wieder die eigenen Grenzen aufzeigen der Arbeit. Und dann auch ein bisschen hilflos machen. Und dann mit dieser Hilflosigkeit umzugehen und das teilweise akzeptieren zu müssen, zu können und sich wie wieder darauf zu fokussieren innerhalb des Auftrages, wie kann man die Familie dann unterstützen» (P3, Abs. 34).
Themen der Familien	In dieser Kategorie werden alle für die Fachkräfte psychischen Belastungen in der Nähe und Distanz beschrieben, die im Zusammenhang mit den Geschichten/Schicksalsschlägen der Familien stehen.	«Ja die Schicksale, wo die haben, die Geschichten wo die auch haben» (P4, Abs. 22).
Verantwortung	In dieser Kategorie werden alle für die Fachkräfte psychischen Belastungen in der Nähe und Distanz beschrieben, die im Zusammenhang mit der eigenen Verantwortung stehen.	«Und auch, was auch sehr sehr belastend ist, ist auch die Verantwortung, die wir haben. Das heisst, wir müssen in schwierigen Situationen entscheiden, geht das jetzt noch, kann man jetzt das Kind noch hier lassen, muss man jetzt etwas machen, muss man jetzt eine Meldung machen» (P2, Abs. 32).
Kindeswohlgefährdung	In dieser Kategorie werden alle für die Fachkräfte psychischen Belastungen in der Nähe und Distanz beschrieben, die die Kindeswohlgefährdung betreffen.	«Ich glaube, gerade wenn es eben um Kindeswohlgefährdungen geht. Wenn man (...) wenn man mit dem konfrontiert wird, das geht schon auch an die Substanz » (P1, Abs. 32).

Hauptkategorie Beanspruchung		
Definition Hauptkategorie: In diese Hauptkategorie kommen alle Textpassagen, die beschreiben, wie sich die psychische Belastung von Nähe und Distanz auf die Beanspruchung der Fachkräfte auswirkt und ob die Berufserfahrung darauf einen Einfluss hat.		
Subkategorien	Kurze Definition	Beispiel
Positive Auswirkungen	Alle Textpassagen, die die positiven Auswirkungen der psychischen Belastungen auf das Individuum beschreiben.	«Ich nehme gewisse Sachen manchmal nach Hause und es schwirrt mir im Kopf und es wirkt weiter, aber manchmal (lacht) entstehen genau dann auch plötzlich so ganz neue Ansätze und Ideen» (P4, Abs. 2).
Beeinträchtigende Auswirkungen	Alle Textpassagen, die die beeinträchtigenden Auswirkungen der psychischen Belastungen auf das Individuum beschreiben.	«Ich merke es, dass ich durch die Nacht erwache, dass ich Sachen mit nach Hause nehme, dass ich an Dingen herumstudiere, wenn ich irgendwo unterwegs bin, ja» (P2, Abs. 38).
Auswirkungen auf Privat- und Berufsleben	Alle Textpassagen, die beschreiben, wie sich die psychischen Belastungen in Bezug auf Nähe und Distanz auf das Privat- und Berufsleben der Fachkräfte auswirken.	«Ja mit Sicherheit, dass ich weniger mag, dass ich vielleicht auch weniger vertrage zu Hause» (P3, Abs. 42).
Berufserfahrung	Alle Textpassagen, die beschreiben, wie sich die Berufserfahrung auf die Beanspruchung der Fachkräfte auswirkt.	«(...) Nein, ich glaube es können mich immer noch, es kann mich auch immer noch ein Thema überrollen, wo ich nicht damit rechne. Das kann mir auch mit einer gewissen Erfahrung immer wieder passieren» (P3, Abs. 52).

Hauptkategorie Bewältigungsstrategien		
Definition Hauptkategorie: In diese Hauptkategorie kommen alle Textpassagen, die beschreiben, was den Fachkräften hilft, mit den psychischen Belastungen und Beanspruchungen im Thema Nähe und Distanz umzugehen.		
Subkategorien	Kurze Definition	Beispiel
Reflexionsräume	Alle Textpassagen, die Reflexionsräume als Bewältigung beschreiben. z.B. Interventionen, Supervisionen, Austausche im Team, persönliche Reflexionsräume	«Darum wieder eben die Reflexion ist ganz wichtig, dass man sich immer wieder bewusst auseinandersetzt mit der eigenen Rolle, mit den eigenen Arbeitsinstrumenten und so» (P1, Abs. 22).
Freizeit/Ausgleich	Alle Textpassagen, die beschreiben, was den Fachkräften in der Freizeit hilft, mit den psychischen Belastungen in der Nähe und Distanz umzugehen.	«Ich habe, dass ich einmal in der Woche einen Sportkurs mache am Mittag. Das ist oft da, wo ich einen langen Tag arbeite und das wie nochmal so dem Nachmittag Energie wieder gibt» (P3, Abs. 46).
Grenzziehung Arbeit - Privat	Alle Textpassagen, die beschreiben, wie die Fachkräfte Privates und Beruf trennen.	«Und ja ich glaub auch da dann zu sagen, ich mach das nicht in meiner Freizeit ist ein ganz wichtiger Aspekt» (P3, Abs. 18).
Individuelle Strategien und Ressourcen	Alle Textpassagen, die individuelle Bewältigungsstrategien umfassen die entwickelt wurden, um gelingend mit Nähe und Distanz sowie den psychischen Belastungen umzugehen.	«Also ich glaube der Humor ist wie auch ein grosser Teil in dieser Arbeit, wo man darf pflegen und soll mitnehmen. Das ist immer auch eine gute Art und Weise, um verarbeiten zu können» (P1, Abs. 46).
Organisationale Ressourcen	Alle Textpassagen, die beschreiben, welche organisationalen Ressourcen im Umgang mit psychischen Belastungen sowie Nähe und Distanz unterstützen.	«Und der Teamgeist oder Teamklima das ist auch sehr wertvoll oder bereichernd, welches auch immer am Wachsen ist» (P1, Abs. 54).
Aushalten	Alle Textpassagen, die die Bewältigungsstrategie des Aushaltens beschreiben, wenn es sonst keine Bewältigungsstrategie gibt.	«Es hat nicht nur Schwieriges aber manchmal. Einfach so zu sagen oder, weil das ist dann doch einfach so belastend. Das kannst du wie nicht wegnehmen, das ist so ja» (P4, Abs. 32).
Verbesserungswünsche	Alle Textpassagen, die beschreiben, was Fachkräfte der SPF sich wünschen, damit sie gelingender mit der Nähe und Distanz sowie den psychischen Belastungen umgehen können.	«(...) so dass Vier-Augen-Prinzip das wie/ Man ist so viel allein unterwegs oder praktisch immer alleine unterwegs und weiss manchmal wirklich nicht, mache ich jetzt eigentlich da einen guten Job oder könnte man auch anders. Und dass man da, ich glaube schon also für die Sicherheit und für die Qualität wie auch und für auch glaube ich als Schutz von uns, zur Entlastung glaube ich, ist das schon etwas, oder einen grossen Punkt, wo wir unbedingt hier in der [Name der Institution] noch müssen oder sollten verfestigen. » (P1, Abs. 54).

D. Verwendung von KI-gestützten Tools

Umfang	KI-Tool und Funktionsart	Prompts
Auswertung Interviews Transkripte Interview P1 – P4	f4analyse 2024 Version 1.6, Programm genutzt als Hilfsmittel zur Kategorisierung und Codierung	Kein Prompt – alles selbstständig erarbeitet
S. 10, Zeile 28-31	Paraphrasiert und mit eigenen Überlegungen ergänzt aus ChatGPT, Version 4.0 (Juni/Juli 2025)	Prompt: «bitte umformulieren», Aussagen anhand angegebener Literaturquelle überprüft und weiterverarbeitet, nicht 1:1 übernommen
S. 12, Zeile 18-21	Paraphrasiert und mit eigenen Überlegungen ergänzt aus ChatGPT, Version 4.0 (Juni/Juli 2025)	Prompt: «bitte umformulieren», Aussagen anhand angegebener Literaturquelle überprüft und weiterverarbeitet, nicht 1:1 übernommen
S. 17, Zeile 2-4	Paraphrasiert und mit eigenen Überlegungen ergänzt aus ChatGPT, Version 4.0 (Juni/Juli 2025)	Prompt: «bitte umformulieren», Aussagen anhand angegebener Literaturquelle überprüft und weiterverarbeitet, nicht 1:1 übernommen
S. 82 - 84 Problemzentriertes Interview	Inspiration und Ideeengeber*in aus ChatGPT, Version 4.0 (Mai/Juni 2025)	Prompt beispielsweise: «Mein Thema für meine Bachelorarbeit ist Nähe und Distanz in der SPF. Ich möchte erforschen, wie die Fachkräfte dies in Bezug auf ihr subjektives Belastungserleben erleben. Hast du ein paar Frageideen für ein problemzentriertes Interview nach Witzel?» oder «mach mir eine gute verständliche frage daraus»; Aussagen validiert – Ideen weiterbearbeitet, ergänzt und ausgeführt, nicht 1:1 übernommen