

**Katharina Balmes**

**„Manchmal ist es zum Heulen“ – Kreatives Schreiben für Fachkräfte  
der Sozialen Arbeit zur Prävention von Mitgeföhlerschöpfung**

**Entwicklung eines Schreibgruppenkonzepts**

**Zusammenfassung:**

Die vorliegende Masterarbeit hat zum Ziel, ein Kreatives Schreibgruppenkonzept zur Prävention von Mitgeföhlerschöpfung bei Fachkräften der Sozialen Arbeit zu entwickeln.

Im Rahmen einer Literaturrecherche wird untersucht, welchen Belastungen Fachkräfte der Sozialen Arbeit ausgesetzt sind, die zu Entstehung einer Mitgeföhlerschöpfung beitragen können, um den Bedarf für ein präventives Angebot untermauern. Des weiteren wird betrachtet, welche Ressourcen vorliegen, an die im Schreibgruppenkonzept inhaltlich angeknüpft wird. Die Auseinandersetzung mit den spezifischen Ursachen und Auswirkungen einer Mitgeföhlerschöpfung zeigt, dass sie für Helfende grundsätzlich relevant ist, und somit von Burn-out klar abgegrenzt werden kann.

Auf Basis dessen wird das oben genannte Konzept entwickelt, sowie sein Gesellschaftsbezug und die Übertragbarkeit erörtert. Das Konzept beruht auf der selbstreflexiven und gesundheitsförderlichen Wirkung des Schreibens, insbesondere was die Verarbeitung belastender Erlebnisse angeht.