

## Lehrveranstaltung: Selbstfürsorge im beruflichen Alltag Sozialer Arbeit

Allgemeine Informationen	
<b>Veranstaltungsname</b>	Selbstfürsorge im beruflichen Alltag Sozialer Arbeit Effective self-care strategies for social work practice
<b>Veranstaltungskürzel</b>	3.1.1.70
<b>Lehrperson(en)</b>	Prof. Dr. Bischkopf, Jeannette (jeannette.bischkopf@haw-kiel.de)
<b>Angebotsfrequenz</b>	Unregelmäßig
<b>Lehrsprache</b>	Deutsch

Kompetenzen / Lernergebnisse
<i>Kompetenzbereiche: Wissen und Verstehen; Einsatz, Anwendung und Erzeugung von Wissen; Kommunikation und Kooperation; Wissenschaftliches Selbstverständnis/Professionalität.</i>
Die Studierenden kennen effektive Übungen zur Gesunderhaltung im Beruf.

Angaben zum Inhalt	
<b>Lehrinhalte</b>	Für die sozialen Berufe wie die Soziale Arbeit sind Selbstkompetenzen elementar, um sowohl professionell wirksam zu arbeiten als auch langfristig in einem Berufsfeld hoher Beanspruchung von Interaktions- und Emotionsarbeit gesund zu bleiben. Soziale Berufe zählen zu denjenigen mit dem höchsten Burnout-Risiko. Daher ist es notwendig, frühzeitig Kompetenzen zu erwerben, mit diesen Risiken umzugehen. Im Workshop werden konkrete evidenzbasierte Übungen der Selbstfürsorge erarbeitet, die langfristig in das eigene Handlungsspektrum im beruflichen Alltag integriert werden können.
<b>Literatur</b>	Liel, K.. (2023). Selbstfürsorge und Gesundheitsförderung. In J. Bischkopf, D. Deimel, Ch. Walther & R.-B. Zimmermann (Hg.). Soziale Arbeit in der Psychiatrie. Lehrbuch. (S. 490-506). Köln: Psychiatrie Verlag. (utb Band 5847) Zito, D.; Martin, E. (2021): Selbstfürsorge und Schutz vor eigenen Belastungen für Soziale Berufe. Weinheim ; Basel : Beltz Juventa.

Lehrform der Lehrveranstaltung	
<b>Lehrform</b>	<b>SWS</b>
BASA-online (Details siehe "Sonstiges")	2

Prüfungen	
<b>Unbenotete Lehrveranstaltung</b>	Ja