

## Course: Selbstfürsorge im beruflichen Alltag Sozialer Arbeit

General information	
<b>Course Name</b>	Selbstfürsorge im beruflichen Alltag Sozialer Arbeit Effective self-care strategies for social work practice
<b>Course code</b>	3.1.1.70
<b>Lecturer(s)</b>	Prof. Dr. Bischof, Jeannette (jeannette.bischof@haw-kiel.de)
<b>Occurrence frequency</b>	Irregular
<b>Language</b>	Deutsch

Qualification outcome
<i>Areas of Competence: Knowledge and Understanding; Use, application and generation of knowledge; Communication and cooperation; Scientific self-understanding / professionalism.</i>
Die Studierenden kennen effektive Übungen zur Gesunderhaltung im Beruf.

Content information	
<b>Content</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>Literature</b>	Liel, K.. (2023). Selbstfürsorge und Gesundheitsförderung. In J. Bischof, 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.

Teaching format of this course	
<b>Teaching format</b>	<b>SWS</b>
BASA-online (Details siehe "Sonstiges")	2

Examinations	
<b>Ungraded Course Assessment</b>	Yes