

Fachtag DIALOG SOZIALE ARBEIT

| 06. Februar 2018

| 9-13 Uhr

Burnout- Gefährdungen in der Sozialen Arbeit



HOCHSCHULE
HANNOVER
UNIVERSITY OF
APPLIED SCIENCES
AND ARTS

Fakultät V
Diakonie, Gesundheit
und Soziales

Vorstellung der Workshops:

1. Erkenntnisse von Arbeitsbelastungen in der Kinder- und Jugendhilfe

Julia Bürkner, Sozialarbeiterin B.A., tätig bei einem freien Träger der Ambulanten Kinder- und Jugendhilfe

Jacqueline Brodkorb, Sozialarbeiterin B.A., tätig beim Sozialpsychiatrischen Dienst

Präsentation der Forschungsergebnisse zu den Themen "Psychische Belastungen der SozialarbeiterInnen im Jugendamt" und "Sekundäre Traumatisierung in der Ambulanten Kinder- und Jugendhilfe". Diskussion über mögliche Präventionsmaßnahmen auf institutioneller und individueller Ebene. Erfahrungsaustausch über Strategien zur Psychohygiene.

2. Ausgewählte Methoden der Stressprävention, des Zeit- und Selbstmanagements

Pia Meißner, M.A. Public Health

Sarah Voltmann, M.A. Public Health

Die Workshop-TeilnehmerInnen erhalten einen Einblick in verschiedene Möglichkeiten der Stressbewältigung und deren Umsetzung, werden sensibilisiert für persönliche Stressverstärker und der effektiveren Zeitnutzung sowie der verbesserten Gestaltung von Arbeitsabläufen.

3. Gesund "Brennen" in der Sozialen Arbeit

Prof.rin Dr. phil Sabrina Hancken

Hochschule Merseburg

Der Einzug von wirtschaftlichen Prinzipien in den sozialen Bereich sowie ökonomisch und sozialpolitisch (mit-)erzeugte komplexe Lebenssituationen von AdressatInnen der Sozialen Arbeit stellen zunehmend veränderte Anforderungen an professionell Helfende. Vor allem für BerufseinsteigerInnen ist der Übergang vom Studium in die Praxis mit vielen neuen Erfahrungen verbunden, nicht zuletzt weil Wunschvorstellungen auf die Realität treffen. Um diese Herausforderungen zu meistern, lädt der Workshop zur Diskussion und kritischen Auseinandersetzung zu folgenden Fragen ein: Was hilft dabei im Praxisfeld Soziale Arbeit gesund und motiviert zu bleiben? Wie entgehe ich der Burnout-Falle? Was kann ich selbst für mich tun? Was kann meine Einrichtung leisten?

4. Alltag - der ganz normale Wahnsinn - oder: wie bleibe ich trotz Stress gesund?

Maike Wagenaar,
Dipl. Sozialpädagogin/ Sozialarbeiterin
Dipl. Religionspädagogin
Sozialmanagement M.A.

In dem Workshop werden zunächst einige Stressoren unseres Alltags identifiziert und in Bezug auf ihre Handhabbarkeit im Alltag hin überprüft. Anschließend möchte ich mit Ihnen im Gespräch Strategien ausloten, wie dies praktisch Früchte tragen kann.

5. Burnout im sozialpsychiatrischen Arbeitsfeld

Frauke Schild
Dipl. Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin

Die Arbeit im sozialpsychiatrischen Arbeitsfeld bietet eine Vielfalt von unterschiedlichen Lebenswelten und spannenden Herausforderungen, ist häufig aber auch anstrengend und energiezehrend. Im Workshop geht es mir um den kollegialen Erfahrungsaustausch und der gemeinsamen Suche nach Möglichkeiten, um "wach, gesund und lebendig" zu bleiben.

6. Gegen wachsenden Druck in der beruflichen Praxis – für die Aufwertung der Sozialen Arbeit

Katja Winglewski
Gewerkschaftssekretärin, Fachbereich Gemeinden
ver.di Landesbezirk Niedersachsen/ Bremen

Gute Arbeits- und Rahmenbedingungen sind grundlegende Voraussetzung für gute und gesunde Arbeit. In den Bereichen der Sozialen Arbeit geraten diese Voraussetzungen zunehmend unter Druck durch Kostendruck und unzureichende Ausstattung, steigende Fallzahlen und ungenügende Personalausstattung, gestiegene Anforderungen und hohe Verantwortung und wirken sich unmittelbar auf die Beschäftigten aus. Doch was tun?

Nach einer kurzen Bestandsaufnahme und einem Austausch über die Auswirkungen im beruflichen Alltag wollen wir Handlungsmöglichkeiten entwickeln, wie diesen strukturellen Bedingungen individuell, im Team und als Berufsgruppe begegnet werden kann.

7. Warum Zeitmanagement-Seminare & Autogenes Training nicht bei jedem helfen – Persönlichkeitsentwicklung nach Julius Kuhl

Sylvia Wagenaar, Dipl. Religionspädagogin
Dipl. Sozialarbeiterin/-pädagogin
M.A. Mehrdimensionale Organisationsberatung
Supervisorin (DGSv)

Die PSI-Theorie von Prof. Dr. Julius Kuhl besagt, dass unsere Psyche durch das Zusammenspiel von 4 Teilsystemen bestimmt wird. Dieses Zusammenspiel fördert oder verhindert z.B. das Umsetzen von Zielen & Absichten oder das Herunterregulieren negativer Gefühle bei Stress. Die ausgeglichene Interaktion der Systeme verschiebt sich häufig zugunsten eines Systems und macht uns das Leben schwer. Dies zu erkennen und individuell dagegen steuern zu können, ist effektives Selbstmanagement.

8. Prävention und Gesundheitsförderung als Themen der Organisationsentwicklung - Von der guten Idee zu effektiven Prozessen betrieblichen Gesundheitsmanagements

Klaudia Stahlschmidt M.A.,

Diakonin, Bodelschwingsche Stiftungen Bethel

Im Workshop geht es um normative und strategische Überlegungen zu einem effektiven Betrieblichen Gesundheitsmanagement. Dabei soll die Bedeutung der Themen Prävention und Gesundheitsförderung für die Organisationsentwicklung diskutiert werden.

9. Burnout – Ein systemischer Blick auf den Zustand des „Ausgebrannt- Fühlens

Dr. Ulrike Oehme

Dipl. Kulturpädagogin

Systemische Therapeutin (DGSF)

Welche Bedingungen, Handlungen, Situationen bewirken, dass ich mich ausgebrannt fühle? Was und wer trägt wie dazu bei und in welchen Zusammenhängen steht es?

Der systemische Ansatz ermöglicht den Kontext, in welchem das Symptom „Burnout“ entsteht, in seiner Komplexität in den Blick zu nehmen. Hierzu gehören auf der einen Seite die gesellschaftlichen Strukturen und Bedingungen im Arbeitskontext und auf der anderen die persönliche Lebenslagen und das Gefüge der persönlichen Anteile.

In dem Workshop werden anhand eines Fallbeispiels Kontextbedingungen beim Symptom „sich ausgebrannt fühlen“ anhand metaphorischer Methoden sichtbar und erfahrbar gemacht.

Ziel ist dabei zum Einen die verschiedenen Einflussebenen eines „Burnout-Systems“ deutlich zu machen. Zum Anderen werden Teile des Systems (Subsysteme) je nach Interesse und Diskussion der TeilnehmerInnen in ihren Regelkreisen genauer betrachtet. Hypothesen zu Ressourcen und Handlungsmöglichkeiten im Sinne von Prävention werden gemeinsam aufgestellt und diskutiert.