



SelfCare + StaffCare für Führungskräfte

Katrin Trappe & Herbert E. Förster

Krisen erfordern von Führungskräften und Teams in der Kinder- und Jugendhilfe revitalisierende Interventionen zum Stressmanagement. Ressourcen identifizieren und stärken, alte und neu erlernte Routinen sinnvoll zusammenführen, achtsam mit den eigenen Energien und den Synergien der Mitarbeiter:innen umgehen, stehen im Fokus. Gesundheitsbezogenes Selbstmanagement der Führungskraft als Vorbildfunktion fördert die Mitarbeitendengesundheit und Arbeitszufriedenheit in Teams. Im Workshop werden wichtige Interventionen vorgestellt und erprobt.

- Inhalte:
- Orientierungskompass SelfCare justieren
 - Selbstwirksamkeit und Arbeitszufriedenheit
 - Pro-aktives Stressmanagement
 - Nachhaltige Stärkung der Sozialkompetenz im Team
- Ziele:
- Krisenmanagement und Revitalisierung
 - Stärken vorhandener Ressourcen (Resilienz)
 - Gesundheitsfördernde Mitarbeitendenführung
- Zielpublikum: Führungskräfte in der Kinder- und Jugendhilfe
- Kursleitung: **Katrin Trappe**, Dipl. Sonderpädagogin, ak. Sprachtherapeutin, Lehrende Therapeutin und Supervisorin (SG/DGSF), Hypnotherapeutin, lösungsfokussierte Fachberaterin.
Herbert E. Förster, Diplom-Psychologe, Diplom-Sozialpädagoge, Lehrender Supervisor (SG/DGSF), Systemischer Stressmanagementtrainer, Einzel- und Teamsupervision.
- Ort: Norddeutsches Institut für Kurzzeittherapie, NIK e.V.
Außer der Schleifmühle 40, 28203 Bremen
- Datum: 06. - 07. Mai 2022, Freitag, 10.00-17.30 Uhr und Samstag, 9.00-16.00 Uhr
- Kurskosten: € 260,00
- Anmelden: schriftlich per E-Mail an info@nik.de oder per Post
(Sie erhalten eine schriftliche Bestätigung.)