

# Supervision

## für Engagierte in Selbsthilfegruppen, selbstorganisierten Initiativen und Migrantenorganisationen

### Was ist Supervision?

Sie nehmen sich Zeit und schauen sich die Arbeit in Ihrer Gruppe einmal neu und anders an. Sie treffen sich dafür mit anderen Engagierten und einem Profi (Supervisor\*in). Gemeinsam sprechen Sie über Ihre Fragen und Herausforderungen in Ihrer Gruppe. Zusammen mit den anderen Teilnehmenden und der Supervisor\*in entwickeln Sie neue Ideen und Lösungen. Probieren Sie es einfach aus!

### Welche Fragen kann ich in der Supervision besprechen?

- Wie können wir mit mehr Respekt und Achtsamkeit miteinander sprechen?
- Wie stärken wir uns als Gruppe? Wie finden wir eine gemeinsame Perspektive?
- Was tue ich, wenn ich mich als Leitung überlastet fühle?
- Wie bringen wir unterschiedliche Wünsche in der Gruppe zusammen?
- Wie gehen wir mit Konflikten in der Gruppe um?

### Was sind die Bedingungen für die Teilnahme?

- kostenfrei für ehrenamtlich Engagierte in selbstorganisierten Gruppen
- Teilnahme nur mit vorheriger Anmeldung

## Welche Supervisions-Angebote gibt es?

### Offene Support-Gruppe Erich Eisenstecken

- Besuch einzelner Termine möglich
- in Präsenz und online
- im Selbsthilfezentrum München
- Dauer: 2,5 Stunden
- begrenzt auf 8 Teilnehmende

### Feste Ressourcen-Gruppe Ina Plambeck

- Anmeldung für 4 Termine pro Halbjahr
- in Präsenz
- im Selbsthilfezentrum München
- Dauer: 2,5 Stunden
- begrenzt auf 8 Teilnehmende

### Gruppen-Supervision nur für Ihre Gruppe Erich Eisenstecken, Ina Plambeck

- Termine nach individueller Vereinbarung
- in Präsenz oder online
- für alle Mitglieder Ihrer Gruppe oder Ihr Leitungsteam
- im Selbsthilfezentrum oder am Ort Ihrer Gruppentreffen
- Dauer: 3 bis 4 Stunden



### Erich Eisenstecken

Diplom-Soziologe, Systemischer Berater und Supervisor (SG)

### Ina Plambeck

Ethnologin M.A., Mediation und mediationsanaloge Supervision

### Aktuelle Termine:

<https://www.shz-muenchen.de/supervision.html>

### Nachfragen und Anmeldung:

E-Mail: [supervision@shz-muenchen.de](mailto:supervision@shz-muenchen.de)

Telefon: Verwaltung 089/532956-0

Ein Angebot des FÖSS e.V.  
und des

**S:Z** Selbsthilfe  
Zentrum  
München

Gefördert von der  
Landeshauptstadt München  
und der Fördergemeinschaft  
der gesetzlichen  
Krankenkassenverbände in  
Bayern

# Supervision: Termine 2024

für Engagierte in Selbsthilfegruppen, selbstorganisierten Initiativen  
und Migrantenorganisationen

**Offene  
Support-Gruppe**  
Erich Eisenstecken

## Termine 2024

**Ort:** SHZ München, Westendstraße 68,  
in Präsenz oder online

**Zeit:** 18.00 Uhr bis 20.30 Uhr

Dienstag, 22. Oktober (Präsenz)  
Freitag, 22. November (online)  
Donnerstag, 19. Dezember (Präsenz)

**Für die Online-Termine wird der Link  
nach der Anmeldung zugeschickt.**

**Feste  
Ressourcen-Gruppe**  
Ina Plambeck

## Termine 2024

**Ort:** SHZ München, Westendstraße,  
in Präsenz

**Zeit:** 17.00 Uhr bis 19.30 Uhr

Montag, 14. Oktober  
Montag, 4. November  
Montag, 25. November  
Montag, 16. Dezember

**Gruppen-Supervision**  
**nur für Ihre Gruppe oder Ihr Leitungs-Team**  
Erich Eisenstecken, Ina Plambeck

**Zeit:** Bitte vereinbaren Sie einen individuellen Termin.

**Ort:** Im Selbsthilfezentrum, Westendstraße 68 oder 151  
oder am Ort Ihrer Gruppentreffen.

Ein Angebot des FÖSS e.V.  
und des

**S:Z** Selbsthilfe  
Zentrum  
München

Gefördert von der  
Landeshauptstadt München und  
der Fördergemeinschaft der  
gesetzlichen  
Krankenkassenverbände in  
Bayern