

Symposium Sommer 2019 „Die Schule als Erfahrungsraum“ auf der Burg Güssing

Lehrerinnen und Lehrer erhalten wertvolle Tipps für einen gelungenen Start ins neue Schuljahr

Im Rahmen des Sommersymposiums 2019 der Pädagogischen Hochschule Burgenland, das heuer unter dem Motto „Die Schule als Erfahrungsraum“ am 1. Juli 2019 startete, fanden Keynotes auf der Burg Güssing statt. Lehrerinnen und Lehrer erfuhren, wie eine positive Beziehung zu sich selbst zum Erfolgsgeheimnis wird und wie man Energiequellen im Alltag erschließen kann, um Herausforderungen in der Schule positiv zu bewältigen.

So sprach der Psychiater, Psychologe, Psychotherapeut und erfolgreiche Buchautor Michael Lehofer¹ in seinem Vortrag „Eine positive Beziehung zu sich selbst als Grundlage für Beziehungsfähigkeit“ über die Notwendigkeit von Selbstliebe. Als Therapeut und auch im eigenen Leben habe er immer wieder die Erfahrung gemacht, dass die mangelnde Zuneigung, das mangelnde Mitgefühl, kurz die mangelnde Liebe zu sich selbst das Kardinalproblem darstelle. Selbstliebe, das heißt, einfach gut mit sich selbst umzugehen, sei Voraussetzung für Beziehungsfähigkeit und Grundlage für eine gelungene Kommunikation, so Lehofer.

Wie kann ich Energietiefs vermeiden? Was kann ich machen, um Ärger in Gelassenheit umzuwandeln? Wie kann ich meine Selbstkompetenz stärken? Die Diätologin, Coach und Buchautorin Angelika Pinter zeigte in ihrem Vortrag „Biochemische Raststätte - Energiequellen des Alltags zur Stärkung der Selbstkompetenz“, welche Rituale die physische und psychische Gesundheit fördern, und gab Lehrerinnen und Lehrern wertvolle Tipps und Übungen für den Sommer als Vorbereitung auf einen gelungenen Start ins neue Schuljahr.

Auch in der letzten Schulferienwoche - am 26. und 27. August 2019 - lädt die Pädagogische Hochschule Burgenland alle Pädagoginnen und Pädagogen sowie Lehramtsstudierende zu abwechslungsreichen Workshops mit Themen wie die Kraft des Humors im Schulalltag, „Dream-Team im Klassenzimmer“ oder Lösungs- und Konfliktfähigkeit ein, die sowohl an der Pädagogischen Hochschule Burgenland als auch im Technologiezentrum Güssing stattfinden werden. Weitere Infos finden Sie unter: <https://www.ph-burgenland.at/startseite/>

¹ Der in Graz geborene Psychiater, Psychologe und Psychotherapeut Michael Lehofer ist Ärztlicher Direktor des Landeskrankenhauses Graz II und ebendort Primarius der Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapie I sowie Autor des Buches "Mit mir sein. Selbstliebe als Basis für Begegnung und Beziehung".