

phburgenland



Keynotes

- 1** Stefanie Graefe
Resilienz als neues gesellschaftliches Leitbild – und was daran (nicht nur) für Pädagog_innen problematisch ist
- 2** Silvia Plasser
Bei mir beginnen ... und bei mir nicht aufhören!
- 3** Joachim Bauer
"Social Genomics": Auswirkungen einer sinngeliteten, empathischen Lebenseinstellung auf die Gesundheit

Symposium Herbst 2021

Impulse für mehr Gesundheit von Pädagog_innen im Symposium "Herbst 2021 - Online"

Liebe Kolleg_innen!

Forschungen zeigen deutlich, dass die Belastungen für Pädagog_innen sowohl in Kindergärten als auch in Schulen in der Covid-19 Pandemie noch weiter gestiegen sind. Nach Ansicht vieler Expert_innen sind berufsbezogene Präventionsmaßnahmen dringend notwendig, um die Arbeitsfähigkeit und Gesundheit der Pädagog_innen längerfristig zu erhalten.

Auch wenn bei genauerer Betrachtung deutlich wird, dass ein Großteil dieser Belastungen (Rahmenbedingungen, Organisationsstrukturen, ...) nur sehr schwer zu verändern ist, gibt es doch zahlreiche individuelle und institutionelle Möglichkeiten, gesundheitsförderlich damit umzugehen. Die Pädagogische Hochschule Burgenland nimmt die Gesundheit und Zufriedenheit der Pädagog*innen in den Fokus und will im Symposium "Herbst 2021 - Online" Impulse dafür geben.

Erfahren Sie, wie Sie Ihren Berufsalltag gesünder und achtsamer gestalten können. Alle Denkanstöße sind wissenschaftlich fundiert und in der Praxis erprobt.

Das Team der Pädagogischen Hochschule Burgenland lädt Sie recht herzlich zur Teilnahme am Symposium ein.



Mag. Dr. Klaus Novak
Leiter des Instituts für Fortbildung und Beratung

Zielgruppe

Alle, die in pädagogischen Berufen tätig sind sowie Studierende der Pädagogischen Hochschule Burgenland.

Wie nehme ich an den Online-Seminaren teil?



Die Lehrveranstaltungen werden als Online-Seminar mit der Videokonferenzsoftware „ZOOM“ durchgeführt.

Bitte melden Sie sich für die Teilnahme in PH-Online an. Mit KLICK auf [HIER ANMELDEN](#) unter der Lehrveranstaltungsnummer kommen Sie direkt zur Anmeldung. Die Anmeldung in PH-Online ist bis 24 Stunden vor dem Seminarbeginn möglich.

Sie bekommen vor dem Seminar via E-Mail einen LINK zum digitalen ZOOM-Raum und können eine halbe Stunde vor Beginn der Veranstaltung das Portal (den Raum) betreten.

Falls Sie Fragen zur Vorgehensweise haben, können Sie sich gerne an uns wenden:

Elvira Pfeiffer: elvira.pfeiffer@ph-burgenland.at

Karina Piller: karina.piller@ph-burgenland.at

Das Programm des Online-Symposiums im Überblick



Lehrveranstaltung

27. Oktober 2021
09:30 – 10:30 Uhr

PDⁱⁿ Drⁱⁿ. Stefanie Graefe

B10W21BL01

Resilienz als neues gesellschaftliches Leitbild – und was daran (nicht nur) für Pädagog_innen problematisch ist

Vortrag mit anschließender Diskussion

27. Oktober 2021
11:00 – 13:00 Uhr

PDⁱⁿ Drⁱⁿ. Stefanie Graefe

B10W21BL02

Resilienz im pädagogischen Alltag – Chancen und Möglichkeiten eines Leitbildes

Workshop

28. Oktober 2021
09:30 – 10:30 Uhr

Mag^a. Silvia Plasser

B10W21BL03

Bei mir beginnen -und bei mir nicht aufhören

Vortrag mit anschließender Diskussion

28. Oktober 2021
11:00 – 13:00 Uhr

Mag^a. Silvia Plasser

B10W21BL04

Bei mir beginnen - und bei mir nicht aufhören! Leichtigkeit und Freude im Alltag durch Übungen zur Stressreduktion

Workshop

29. Oktober 2021
09:30 – 11:00 Uhr

Univ.-Prof. Dr. med. Joachim Bauer

B10W21BL05

"Social Genomics": Auswirkungen einer sinngeliteten, empathischen Lebenseinstellung auf die Gesundheit

Vortrag mit anschließender Diskussion

Keynote 1

Stefanie Graefe

Resilienz als neues gesellschaftliches Leitbild – und was daran (nicht nur) für Pädagog_innen problematisch ist

ZOOM: Der LINK wird Ihnen fünf Stunden vor dem Lehrveranstaltungsbeginn zugesendet.

Termin:

27. Oktober 2021, 09:30 – 10:30 Uhr

Anmeldung: B10W21BL01

[HIER ANMELDEN](#)

Inhalt:

Resilienz, verstanden als allgemeine Krisenfestigkeit, ist in den letzten Jahren immer populärer geworden. Vor dem Hintergrund der offensichtlich vielfältigen gesellschaftlichen Krisenerscheinungen sowie angesichts zunehmender Stressbelastungen in unterschiedlichsten Branchen und Berufen ist das erstmals auch sehr verständlich. Oftmals allerdings verstärkt der Ruf nach (mehr) Resilienz den Druck, der sowieso schon auf dem Einzelnen lastet; Strukturprobleme geraten tendenziell aus dem Blick. Nicht zuletzt für Pädagog_innen ist Resilienz ein ambivalentes Ideal, denn sie sollen einerseits selbst resilient sein, andererseits auch Resilienz vermitteln. Was aber heißt das genau – und wo liegen die Grenzen und Schattenseiten des Lobs der Krisenfestigkeit?

Vorbereitende und vertiefende Literaturempfehlung: „Mit Resilienz durch die Krise? (oekom Verlag, 2021)

Workshop 1

Stefanie Graefe

Resilienz im pädagogischen Alltag – Chancen und Möglichkeiten eines Leitbildes

ZOOM: Der LINK wird Ihnen fünf Stunden vor dem Lehrveranstaltungsbeginn zugesendet.

Termin:

27. Oktober 2021, 11:00 – 13:00 Uhr

Anmeldung: B10W21BL02

[HIER ANMELDEN](#)

Im Workshop sollen ausgehend von den Inhalten der Keynote Handlungsansätze für eine resiliente Schule erarbeitet werden:

Inhalte:

- Resilienz als pädagogisches Leitbild – Argumente und Kontroversen
- Organisationale vs. personale Resilienz, Verhaltens- vs. Verhältnisprävention
- Resilienz neu denken: Herausforderungen für psychosoziale Gesundheit und Handlungsansätze im Kontext Schule

Keynote 2

Silvia Plasser

Bei mir beginnen ... und bei mir nicht aufhören!

ZOOM: Der LINK wird Ihnen fünf Stunden vor dem Lehrveranstaltungsbeginn per E-Mail zugesendet.

Termin:

28. Oktober 2021, 09:30 – 10:30 Uhr

Anmeldung: B10W21BL03

[HIER ANMELDEN](#)

Inhalt:

Was können wir Pädagog_innen von Achtsamkeitstrainer_innen (MBSR) lernen, um wieder mehr in Resonanz zu kommen? – In Resonanz mit uns selbst und mit der Welt. In der Keynote werden Lern- und Erfahrungsräume rund um Achtsamkeit und Resonanz eröffnet und Möglichkeiten aufgezeigt, weniger dem Autopiloten zu folgen und mehr bewusstere Aktionen und Haltungen zu setzen. Dadurch entstehen Resonanzräume, in denen die Welt anders aussieht und sich anders anfühlt.

„Zwischen Reiz und Reaktion gibt es einen Raum. In diesem Raum haben wir die Freiheit und die Macht, unsere Reaktion zu wählen. In unserer Reaktion liegen unser Wachstum und unsere Freiheit.“ (V. Frankl)

Workshop 2

Silvia Plasser

Bei mir beginnen - und bei mir nicht aufhören! Leichtigkeit und Freude im Alltag durch Übungen zur Stressreduktion

ZOOM: Der LINK wird Ihnen fünf Stunden vor dem Lehrveranstaltungsbeginn zugesendet.

Termin:

28. Oktober 2021, 09:30 – 10:30 Uhr

Anmeldung: B10W21BL04

[HIER ANMELDEN](#)

Inhalt:

Gelassenheit und Präsenz sind angenehm und können uns (auf)wecken: Sie können uns nämlich Einsichten gewinnen und neue Muster erlernen lassen, auf dass wir auch anders werden und handeln können. Denn durch Achtsamkeit bringen wir, mit klarer und entspannter Geistesgegenwart, mehr Leichtigkeit und Freude in unser Leben und können mit Belastungen besser umgehen. Wir lernen unsere persönlichen Stressmechanismen und Autopiloten zu erkennen und schaffen einen inneren Raum, in dem wir zur Ruhe kommen. Dieses Innehalten ermöglicht uns, neue Perspektiven des Handelns, Denkens und Seins zu entdecken und zu kultivieren. Unsere Freiheit ist in jedem Moment viel größer als wir glauben!

Achtsamkeitsübungen und Übungen aus der Clownerie helfen, dass wir uns selbst immer mehr verstehen, wie wir denken, fühlen und handeln, was uns motiviert, bewegt und was uns Schwierigkeiten bereitet. Und es bedeutet, dass wir in unserer Geschäftigkeit innehalten und aus dem Aktions-Modus in einen Seins-Modus wechseln.

Keynote 3

Joachim Bauer

"Social Genomics": Auswirkungen einer sinngeliteten, empathischen Lebenseinstellung auf die Gesundheit

ZOOM: Der LINK wird Ihnen fünf Stunden vor dem Lehrveranstaltungsbeginn zugesendet.

Termin:

29. Oktober 2021, 09:30 – 11:00 Uhr

Anmeldung: B10W21BL05

[HIER ANMELDEN](#)

Inhalt:

Jeder Mensch habe in sich einen "inneren Arzt" (Albert Schweitzer).

Faszinierende Erkenntnisse aus dem neuen Forschungsfeld der "Social Genomics" zeigen, warum der Arzt und Nobelpreisträger Schweitzer Recht hatte: Eine sinngelitete, empathische Lebenseinstellung hat positive Auswirkungen auf die Aktivität gesundheitsrelevanter Gene. Menschen sind für das Gute gemacht - eine Botschaft, die wir auch unseren Kindern und Jugendlichen vermitteln sollten. Zu den Facetten guter Selbstfürsorge kommt eine weitere wichtige hinzu.

Vorbereitende und vertiefende Literaturempfehlung: "Das empathische Gen" (Herder Verlag, 2021)

Referent_innen



PDⁱⁿ Drⁱⁿ. Stefanie Graefe

Privatdozentin an der Friedrich-Schiller-Universität Jena. Stefanie Graefe forscht und lehrt im Bereich Politische Soziologie. 2019 erschien ihr Buch „Resilienz im Krisenkapitalismus. Wider das Lob der Anpassung“ bei transcript; 2021 hat sie zusammen mit Karina Becker den Band „Mit Resilienz durch die Krise? Anmerkung zu einem gefragten Konzept“ im oekom-Verlag veröffentlicht. Neben ihrer wissenschaftlichen Tätigkeit hat sie viele Jahre im Bereich gewerkschaftspolitischer Erwachsenenbildung gearbeitet.



Mag^a. Silvia Plasser

AHS-Pädagogin und Lehrende an den Pädagogischen Hochschulen in Tirol, Oberösterreich und Salzburg. Silvia Plasser arbeitet in ihrer psychologischen Praxis mit – wie sie es selbst beschreibt – erworbenen und kreierte Schätzen aus der Logotherapie nach Viktor Frankl, aus der Systemischen Familientherapie und den Haltungen der Neuen Autorität. Ihr Wirkungsbereich umfasst weiters Theaterpädagogik und Therapeutische Clownin.



Univ.-Prof. Dr. med. Joachim Bauer

Arzt, Neurowissenschaftler und Sachbuchautor. Joachim Bauer war erfolgreich an der Universität Freiburg und in den USA tätig. Seine verständlich geschriebenen Bücher (u. a. "Das Gedächtnis des Körpers", "Warum ich fühle, was du fühlst", Prinzip Menschlichkeit", "Wie wir werden wer wir sind") erläutern die Bedeutung neurowissenschaftlicher Erkenntnisse für die Pädagogik, für die Medizin sowie für das Leben am Arbeitsplatz und in der Familie. Zuletzt erschien im Herbst 2021 im Herder-Verlag "Das empathische Gen". Bauer lebt, lehrt und forscht in Berlin.