

Seminar 2024/2025: Vorstellung der Rahmenthemen

Nr.: 3	Kurztitel des Rahmenthemas: Resilienz
Lehrkräfte: Andrea Richter & Gunther Niedermeier	Fächer: Pädagogik/Psychologie

Kurzbeschreibung:

„Umfallen, aufstehen, weiterleben: Nach einer Krise kommen manche Menschen schneller wieder auf die Beine als andere.“ (Thimm, Katja: „Die Kraft in mir“ in: Der Spiegel 11/9.3.2019, S. 42)

Während manche Menschen auf Stress und Schicksalsschläge mit Depression, Sucht oder anderen psychischen Störungen reagieren, scheinen andere eine Art Schutzschild dagegen zu haben. Sie werden durch negative Ereignisse oder widrige Lebensumstände nicht aus der Bahn geworfen und können Stress gut bewältigen. Diese Widerstandskraft wird heute in der Psychologie als Resilienz bezeichnet.

Genau diese Resilienz gilt es im Seminar aus verschiedenen Blickwinkeln zu betrachten und auf einzelne spezifische, lebensnahe Bereiche zu beziehen.

Teilgebiete:

- Gezielte Entwicklung von Resilienz in Erziehungs- und Betreuungseinrichtungen
- Bedeutung der Resilienz für Schüler an Beruflichen Oberschulen
- Risiko- und Schutzfaktoren der Resilienz in Bezug auf die Lebenswelt
- Wenn soziale Beziehungen in die Brüche gehen – manche Ereignisse rütteln uns ordentlich durch. Was ist in einer Krise hilfreich?
- Im Angesicht der Katastrophe - Terroranschläge, Fluten oder Großbrände – was machen solche Katastrophen mit uns?
- Bedeutung des religiösen Glaubens zur Bewältigung von Lebenskrisen und Schicksalsschlägen
- Resilienz im Sozialen: Wie Menschen in einer Gesellschaft Probleme und Krisen selbst in die Hand nehmen (z.B. Ehrenamt)

Wenn Sie schon immer einmal wissen wollten, wie sich Menschen, nach aktueller Forschung, gegen manche Widrigkeiten des Lebens schützen können, sind Sie in diesem Seminar an richtiger Stelle. *Eine empirische Erhebung ist ein verpflichtender Bestandteil der Seminararbeit.*

Sonstige Hinweise: Das Seminar ist für Schülerinnen und Schüler alle Ausbildungsrichtungen geeignet.

Kontakt: a.richter@fosobos-rosenheim.de; g.niedermeier@fosobos-rosenheim.de