

Resilienz – Widerstandsfähig fürs Leben

Mittwoch, 25. November 2020

13:30 bis 16:45 Uhr

Räume F + G, Hirschengraben 70, 8001 Zürich

Resilienz ist die Fähigkeit des Menschen, sich dem Leben zu stellen und psychisch widerstandsfähig zu sein. Die Forschungen zeigen, dass Resilienz gelernt ist – und deshalb ist es wichtig, dies in der Schule und im Besonderen in Religionsunterricht und Katechese zu lernen und einzuüben. Der Nachmittag schärft das Verständnis für Resilienz und zeigt Möglichkeiten, Resilienz bei uns Erwachsenen zu stärken und bei Kindern aufzubauen.

Kompetenz

Eigene Einstellungen und Techniken finden, für sich selbst psychisch widerstandsfähig zu sein gegenüber Herausforderungen und Belastungen im Leben.

Konkrete Impulse für RU und der Katechese zur Verfügung haben, damit Kinder eine gute „Widerstandskraft“ entwickeln können.

Das Thema ist schulisch sehr relevant, weil

- Resilienz gelernt ist, und deshalb Schule auch die Aufgabe hat, Kinder zu unterstützen, damit sie resilient werden können.
- Religionen (und das Christentum im Besonderen) haben zahlreiche Zugänge und Techniken in ihrer religiösen Tradition, um Resilienz zu entwickeln und zu stärken. Dies ist religionspädagogisch bedeutsam.

Inhalte

- Was ist Resilienz?
- Welche Faktoren machen eine Person resilient?
- Was kann Resilienz beim Erwachsenen fördern?
- Wie können wir unsere eigene Resilienz stärken?
- Wie kann man Resilienz bei Kindern aufbauen?
- Was ist im RU und in der Katechese möglich?
- Was verbindet Resilienz mit Religion und religiösem Lernen?

Ziele

Die Teilnehmenden

- verstehen die Bedeutung von Resilienz
- verbinden dies mit religiösen und spirituellen Formen
- kennen Übungen zur Entwicklung und Stärkung von Resilienz und können diese mit Kindern anwenden
- haben auch Möglichkeiten, die eigene Resilienz zu stärken

Methoden

- Impulsvorträge
- Übungen, Techniken ausprobieren
- Austausch und Gespräch
- Schriftliche Unterlagen

Zielgruppe

Katechetisch Tätige und am Thema Interessierte

Leitung

Gertrud Schuster, Fachstelle für Religionspädagogik Zürich

Referentin

Helga Kohler-Spiegel, Prof. für Pädagogische Psychologie und Pädagogik der Religionen an der Pädagogischen Hochschule Vorarlberg, Psychotherapeutin und (Lehr-)Supervisorin.

Veranstaltungsdatum

Mittwoch: 25. November 2020

13:30 bis 16:45 Uhr

Räume F + G, Hirschengraben 70, 8001 Zürich

Kosten

CHF 30.00 (unentschuldigte Absenz wird verrechnet, siehe AGB auf der Homepage FaRP)

Verpflegung

Die FaRP stellt im Rahmen der Weiterbildungen Kaffee, Tee, Mineralwasser und Obst zur Verfügung. Für die sonstige Verpflegung ist jede und jeder selbst verantwortlich.

Im Restaurant „TimeOut“ nebenan und im nahegelegenen Niederdorf gibt es Mittagsmenüs.

Anmeldung bis Mittwoch, 4. November 2020

Fachstelle für Religionspädagogik, Sekretariat
Hirschengraben 66, 8001 Zürich, Tel. 044 266 12 82
religionspaedagogik@zhkath.ch

[Allgemeine Geschäftsbedingungen der FaRP](#)