



Achtsame Hochschulen

in der digitalen Gesellschaft



Forschungs- und Entwicklungskolloquium

am

06. November 2019

&

08. Januar 2020

Veranstaltungsort:

Ernst-Abbe-Hochschule Jena (Medienstudio)
Carl-Zeiss-Promenade 2, 07745 Jena
Haus 5, Etage 3, Raum 12

Ansprechpartner:

Tom Schmidt, M.A.
Tel.: 03641/945811
E-Mail: koordination@achtsamehochschulen.de

06. November 2019 16.00 – 19.00 Uhr

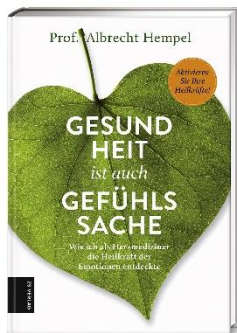
Gesundheit ist auch Gefühlssache. Wie ich als Herzmediziner die Heilkraft der Emotionen entdeckte,
Buchvorstellung und Diskussion

Prof. Dr. med. Albrecht Hempel
Steinbeis-Hochschule zu Berlin

Achtsamkeit als Quelle transformativer Hochschulentwicklung aus der Perspektive von Claus Otto Scharmers Theorie U
Präsentation des Promotionsvorhabens von Otmar Iser (Ernst-Abbe-Hochschule Jena)

Achtsamkeit im Studium der Sozialen Arbeit. Eine Studie zu Modellprojekten an Hochschulen in Freiburg, Jena und München
Präsentation des Promotionsvorhabens von Steffi Heger (Ernst-Abbe-Hochschule Jena)

Buchpublikation von Prof. Dr. med. Albrecht Hempel



Wie beeinflussen Wut, Empörung, Verachtung, aber auch Hoffnung, Zuversicht und Liebe unsere Gesundheit? Dieser spannenden Frage ist der Dresdner Kardiologe Prof. Albrecht Hempel nachgegangen. Gefühle haben in der klassischen Schulmedizin keinen guten Ruf: Wir sollten uns doch lieber an Messwerte und präzise naturwissenschaftlich verifizierbare Erkenntnisse halten. Prof. Hempel ist in seinem Praxisalltag zu völlig anderen Ergebnissen gekommen. Aus seiner Sicht wird die Bedeutung der Gefühle dafür, ob wir gesund oder krank sind, viel zu sehr unterschätzt. Er erläutert, was Gefühle sind, warum und wie sie entstehen und wann wir auf sie hören sollten.

08. Januar 2020 16.00 – 19.00 Uhr

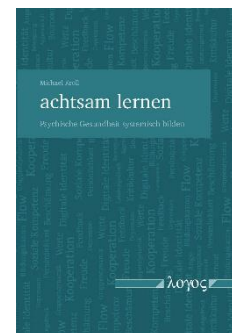
achtsam lernen - Psychische Gesundheit systemisch bilden.
Buchvorstellung und Diskussion

Chefarzt Dr. med. Michael Kroll
Asklepios-Klinikum Stadtroda

Achtsamkeit und Mitgefühl an der Hochschule - Konzept und Praxis des Freiburger Modells
Diskussion erster Ergebnisse der Doktorarbeit *Achtsamkeit im Studium der Sozialen Arbeit. Eine Studie zu Modellprojekten an Hochschulen in Freiburg, Jena und München*
Steffi Heger, M.A., Ernst-Abbe-Hochschule Jena

Die Dialektik von Akzeptanz und Veränderung bei Kabat-Zinn und Scharmer: Wie wirkt Achtsamkeit transformativ und welche Impulse lassen sich für das Thüringer Modell ableiten?
Diskussion erster Ergebnisse der Doktorarbeit *Achtsamkeit als Quelle transformativer Hochschulentwicklung aus der Perspektive von Claus Otto Scharmers Theorie U*
Otmar Iser, M.A., Ernst-Abbe-Hochschule Jena

Buchpublikation von Dr. med. Michael Kroll



Achtsam lernen ist ein kompakter, systemischer und systematischer Überblick darüber, was uns Menschen gesund macht, wie Pädagogen sich für ihren sehr wichtigen Beruf stärken und wie sie auf Verhaltensauffälligkeiten von Schülern reagieren können. Dabei gilt: keine Gesundheit ohne seelische Gesundheit. Nach Ausführungen dazu, was das Seelenleben ausmacht und dieses stärkt, werden die wichtigsten Einflussfaktoren wie sinnvolle Bildungsinhalte, häufige Diagnosen und Präventionsangebote dargestellt.