

Betreuung: Karin Roscher, Peter Soutschka

# **Zuversicht**

## **Beschreibung:**

In einer Zeit, die geprägt ist von politischen Spannungen, Kriegen, wirtschaftlichen Krisen oder dem Klimawandel scheint es wichtiger denn je, den Mut nicht zu verlieren. Aber auch bei persönlichen Problemen oder Krankheiten erscheint die Zuversicht oft als eine zentrale Ressource.



Zuversicht bezeichnet die Fähigkeit, trotz Verunsicherung, Niederlagen und Schwierigkeiten an eine gestaltbare Zukunft zu glauben. Sie bedeutet nicht, Probleme zu verdrängen oder Risiken kleinzureden, sondern ihnen bewusst zu begegnen, ohne handlungsunfähig zu werden bzw. sich so zu fühlen.

In diesem Seminar wollen wir uns der Zuversicht widmen. Dabei kann der Zugang durch verschiedene Fachbereiche erfolgen: Psychologie, Soziologie, Wirtschaftswissenschaften, Biologie, Sportwissenschaften und viele mehr.

## **Unverbindliche Beispiele für Feinthemen innerhalb unseres Rahmens:**

- *Zuversicht in der Medizin: welche Rolle spielt ein positives Mindset bei der Gesundwerdung? (z.B. Erkenntnisse der Psychoonkologie)*
- *Resilienzforschung: was macht Menschen widerstandsfähig?*
- *Positive Psychologie: Gegenstand und konkrete Anwendungsmöglichkeiten, z.B. im Schul- oder Arbeitsalltag.*
- *Toxic Positivity: Grenzen und Gefahren des positiven Denkens.*
- *Zuversichtlich bleiben in gesellschaftlichen Krisen (z.B. Klimawandel)*
- *Klimawandel mal anders: technologische Chancen und Handlungsfelder im Kontext der Klimakrise (Besuch Dr. Harald Lesch)*
- *Unternehmensführung in unsicheren Zeiten: Wie gehen Unternehmen zuversichtlich mit den derzeitigen Herausforderungen um oder: wie haben sie vergangene Krisen erfolgreich gemeistert (Darstellung an konkreten Unternehmen)*