

Vorstellung Personen und Inhalte Inputreferate

Inputreferat «*Findet mich das Glück? – Positive Psychologie als Schlüssel zu mehr Resilienz und Lebenszufriedenheit*», 09.45 – 10.30 Uhr.

Esther Schwarz	Esther Schwarz ist ausgebildete Gymnasiallehrerin für Psychologie und Pädagogik sowie eidgenössisch anerkannte Psychotherapeutin. Seit über zwanzig Jahren arbeitet sie mit Kindern und Jugendlichen – als Lehrerin, Psychologin und Psychotherapeutin in unterschiedlichen Praxisfeldern. <i>Ihre Arbeit verbindet fundierte akademische Kenntnisse mit langjähriger Praxiserfahrung</i> in der Begleitung und Beratung von Jugendlichen in unterschiedlichen Lebenssituationen.	Psychische Belastungen bei Kindern und Jugendlichen nehmen zu. Umso wichtiger ist es, junge Menschen in ihrer Resilienz und Zuversicht zu stärken. Das Referat vermittelt <i>zentrale Ansätze der Positiven Psychologie wie die selbsterfüllende Prophezeiung, psychologische Grundbedürfnisse und das PERMA-Modell</i>. Praxisnahe Beispiele zeigen auf, wie diese Erkenntnisse in der Begleitung und Förderung von Kindern und Jugendlichen wirksam eingesetzt werden können.
-----------------------	---	---

Inputreferat «*Jugendliche besser verstehen und zielorientiert ansprechen – mit den 5 Segmenten aus dem REACH-Projekt*», 11.00 – 11.45 Uhr.

Frank Wieber	Prof. Dr. Frank Wieber ist stellvertretender Leiter der Forschung am Institut für Public Health der ZHAW. Nach seinem Psychologie-Studium promovierte und habilitierte er im Bereich Motivations- und Gesundheitspsychologie. Seit 2016 ist er an der ZHAW tätig und forscht zu Fragen der Gesundheitsförderung und Prävention. <i>Sein Schwerpunkt liegt auf der psychischen Gesundheit sowie der Suchtprävention bei jungen Menschen</i>. Dabei verbindet er wissenschaftliche Erkenntnisse mit anwendungsorientierter Forschung, um evidenzbasierte Ansätze für die Praxis zu entwickeln.	Wie können Fachpersonen Jugendliche am besten ansprechen? Hier zeigt die Forschung klar: «One size fits all» gibt es schon lange nicht mehr. <i>Um den Bedürfnissen der Jugendlichen gerecht zu werden, braucht es differenziertere Konzepte</i>. Im Reach-Projekt hat die ZHAW im Auftrag des Tabakpräventionsfonds fünf unterschiedliche Segmente für Jugendliche herausgearbeitet. Diese erlauben es, die Lebenswelt der Jugendlichen besser zu verstehen, und - gemeinsam mit ihnen - Belastungen zu identifizieren und Ressourcen zu aktivieren, für die Suchtprävention, aber auch allgemein zur Stärkung der Lebenskompetenzen. Der Vortrag stellt die fünf Segmente vor und zeigt ihre Bedeutung für die Jugendarbeit auf.
---------------------	--	--