

SYLLABUS**Master Seminar
„Resilienz in Krisenzeiten“**

Sommersemester 2023

Jun-Prof. Dr. Charlotte Förster (TU Chemnitz) / Dr. Kerstin Rego

Konzept

Krisen sowie der Umgang mit diesen gehören zu unserem Leben. Dies hat uns die aktuelle COVID-19 Pandemie deutlich gezeigt. Dennoch gab es bereits vor der Ausbreitung von SARS-CoV-2 Entwicklungen wie die zunehmende Globalisierung und Digitalisierung, die unsere Arbeitswelten stetig verändern. In einer sich zunehmend schneller verändernden Welt, ist der Umgang mit Wandel und Krisen zu einer Kernkompetenz geworden. Resilienz ist eine bewährte Ressource, die dabei hilft mit Herausforderungen und Krisen effektiv umzugehen und dem Risiko stressbedingter Erkrankung wie Burnout entgegenzuwirken.

Das Seminar unterteilt sich in zwei Teile:

- 1) Im ersten Teil erhalten Sie theoretische Einblick in die aktuelle Resilienzforschung insbesondere im Bezug auf das Krisenmanagement. Hierauf aufbauend erarbeiten Sie selbstständig in der Gruppe den aktuellen Forschungsstand zu einem ausgewählten Resilienzbereich im Arbeitskontext (i.e. Resilienz von Mitarbeitenden, Teamresilienz, Resilienz von Führungskräften, Resilienz von Organisationen) und zeigen aktuelle Anwendungsbeispiele auf (i.e. wie lässt sich die Resilienz in diesem Arbeitsbereich trainieren/verbessern?).
- 2) Im zweiten Teil werden Ihre eigenen Resilienzfähigkeiten mittels der Trainingsmethode LEGO® Serious Play® (LSP) trainieren bzw. gefördert. LSP wurde Mitte der 1990er Jahre durch LEGO® entwickelt. Durch die Verwendung von LEGO® Steinen sollen die Kommunikation und besonders die strategische Vorstellungskraft auf spielerische Art und Weise gefördert werden, wobei die Steine als ein Transportmedium für Ideen dienen. In Abgrenzung zu einer normalen Spielsituation, handelt es sich bei LSP um eine zielorientierte Lösung komplexer Probleme, welche auf den Konzepten des Konstruktivismus und des Konstruktivismus beruhen. Ein wesentlicher Vorteil dieser Trainingsmethode liegt in der motivierenden Wirkung, welche durch den Flow Zustand ausgelöst wird. Hierbei sind die Teilnehmer*innen völlig in das Spiel vertieft und involviert, wodurch ein besonders effektives Lernen möglich ist.

Ziel des Seminars ist, einen ersten vertieften, differenzierten und kritischen Einblick in die Themenbereiche der Resilienz zu gewinnen und die eigene Resilienz zu fördern. Zudem werden Kenntnisse zur Erstellung wissenschaftlicher Arbeit vertieft.

Die maximale Teilnehmerzahl beträgt 15 Studierende.

Struktur

| Zeit/Ort | Aktivität |
|--|--|
| 27. Februar bis 26. April 2023 | Anmeldung über FlexNow „first come – first serve“ |
| 12. Mai 2023 | Letzte Möglichkeit zur Abmeldung in FlexNow |
| | Erasmus/Austauschstudierende melden sich mit dem Anmeldeformular (auf der Homepage) per Email an: sekretariat.fo@ur.de |
| 28. April 2023 13.00 – 15.00 Uhr VG 0.14 | Auftaktveranstaltung - Inhaltlicher Einstieg in das Thema Resilienz - Informationen zur Seminarorganisation - Themenverteilung Gruppen- bzw. Seminararbeit - Hinweise zur Präsentation der Ergebnisse am 23.06.23 sowie zur Erstellung der schriftlichen Arbeit |
| 16. Juni 2023 9.00 – 18.00 Uhr R 0.06 | Blocktermin Resilienztraining mit LEGO® Serious Play® |
| 23. Juni 2023 9.00 – 18.00 Uhr R 0.06 | Blocktermin mit ausführlicher Vorstellung und gemeinsame Diskussion der Gruppenarbeit, Reflektion des Seminars. |
| 21. Juli 2023 23:59 Uhr | Einreichfrist für die Abgabe der schriftlichen Arbeit (per Email an: kerstin.rego@ur.de) |

Bewertung

Die Seminarnote setzt sich aus zwei Teilen zusammen:

1. **Mündliche Präsentationen** der Gruppenarbeitsergebnisse (Forschungsstand & Anwendungsbeispiel) / **Diskussion / mündliche Beiträge** (Gewichtung: 40%)
2. **Schriftliche Seminararbeit**, Umfang ca. 5000 Wörter pro Person (ohne Literatur/Anhang) (Gewichtung: 60%)

In **beiden** Teilen müssen zum erfolgreichen Bestehen mindestens ausreichende Leistungen erbracht werden. Das erfolgreiche Bestehen des Seminars wird mit **6 Kreditpunkten** honoriert.