

7. Frauenpolitische Seminar des Landesverbandes Bayern der Gehörlosen e.V. in Kooperation mit der Hanns Seidel Stiftung 19. – 21. September in Wildbad Kreuth



Das Bildungszentrum in Wildbad Kreuth



Aufmerksam schauen die Seminarteilnehmerinnen auf die Dolmetscherin Monika Hellwig, die die Ausführungen von Dr. Peter Vogt, Arzt und Psychosomatiker aus Murnau zum Thema „Stressbewältigung und Burnoutprophylaxe“ in Gebärdensprache übersetzt.



Dr. Peter Vogt beim Referat. Daneben Seminarleiterin Johanna Debler von der Hanns Seidel Stiftung



Die gehörlose Seminarleiterin Sigrid Gast dankt Herrn Dr. Vogt für den sehr interessanten Vortrag



Gruppenfoto der Teilnehmerinnen in der Mittagspause vor dem Bildungswerk



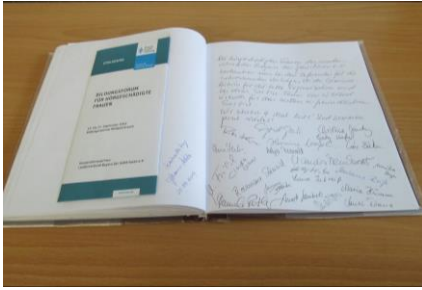
Auch diesmal volle Konzentration beim Zuschauen auf die Dolmetscherin Christine Müller, die die beiden Vorträge in Gebärdensprache übersetzt



Dipl. Politologe Karst Pfeifer aus München referiert zu den Themen „Können wir uns den Sozialstaat noch leisten“ und „Die Krise des Euro - Ursachen und Hintergründe“. Ein sehr interessantes und spannendes Thema



Ein Dankeschön an Hr. Karst Pfeifer für die interessanten Vorträge über Europa und an die Seminarleiterin Johanna Debler, Dozentin Erwachsenenbildung für die liebevolle Zusammenarbeit



Wir trugen uns ins Gästebuch ein. Wir dankten der Seminarleiterin, den Referenten und dem Serviceteam für das super geleitete Seminar mit den interessanten Vorträgen und dem guten Service bei gepflegter Gastlichkeit.

Die Teilnehmerinnen aus Oberbayern mit der Seminarleiterin des Landesverbandes Sigrid Gast



Gruppenfoto mit Johanna Debler an der Treppe zur Trinkhalle

Am Freitagabend gab es ein großes Hallo mit den vielen bekannten Frauen. Man freute sich auf das Wiedersehen. Die Seminarleiterin Johanna Debler kam im Till-Eulenspiegel-Kostüm in den Raum. Darüber waren wir etwas verwundert, aber Frau Debler erzählte uns den Sinn ihrer Verkleidung. Till Eulenspiegel war zur damaligen Zeit kein Hofnarr. Er soll seinen Mitmenschen an Durchblick, Geisteskraft und Witz überlegen gewesen sein. Eulenspiegels Streiche ergaben sich meist daraus, dass er eine bildliche Redewendung wörtlich nahm. Er verwendete das Wörtlichnehmen als Mittel, die Unzulänglichkeiten seiner Mitmenschen bloßzustellen. Er wurde oft mit einer Eule und einem Spiegel dargestellt.

Frau Debler zeigte anhand Powerpoint die Redewendungen, die wir dann mit anderen Worten umsetzen und sprechen sollten. War gar nicht so einfach. Doch wir lernten somit was Neues. Die Dolmetscherin Monika Hellwig übersetzte uns dies in Gebärdensprache.

Um 21 Uhr gingen einige ins Bierstüberl zum gemütlichen Beisammensein bei Bier und Federweißer. Andere machten einen Spaziergang an der frischen Luft.

Am nächsten Morgen nach dem ausgiebigen Frühstück ging es weiter mit dem neuen Thema: „Stressbewältigung und Burnoutprophylaxe“ die Dr. Vogt anhand von Powerpoint-Präsentation vortrug. Für ihn war es die erste Erfahrung mit gehörlosen Menschen. Dr. Vogt gab sich Mühe, den Vortrag nicht zu schnell und kompliziert zu gestalten, sodass die Dolmetscherin Monika mitkommen konnte. Zuerst erläuterte Dr. Vogt das Thema „Stress“, deren Ursachen, Begleitscheinungen und die Beschwerden, die Stress verursachen.

Beim Thema „Burnout“ erklärte er diesen Begriff - es bedeutet: Erschöpfungszustand beim Menschen. Zu vergleichen mit einem Akku, das leer ist bzw. leer wird. Burnout erkennt man: wenn man öfters krank ist; die Leistungsbereitschaft/Leistungsfähigkeit nimmt ab;

Zurückziehen, kein Interesse an Veranstaltungen; kein Interesse an Kontakt mit anderen; das Kommunikationsverhalten ändert sich (lustlos, empfindlich, gereizt). Stress und Burnout-Ursachen sind u.a.: berufsspezifische Gründe; Belastungen im familiären Umfeld; Persönlichkeitsfaktoren; Externe Stresssensoren. Um den Stress in den Griff zu bekommen, sollte man beim Stressmanagement lernen, damit umzugehen. Dazu gehören auch Entspannungsübungen (muskuläre und seelische Entspannung).

Wir haben angespannt zugehört/zugeschaut und dabei auch Übungen gemacht. Echt toll.

Sigrid Gast bedankte sich bei Herrn Dr. Vogt für das anschauliche Referat mit einem Präsent.

Es wurde darüber gesprochen, beim nächsten Seminar eine Fortsetzung zu machen.

Nach dem Mittagessen hatten wir eine lange Pause um uns auszuruhen oder spazieren zu gehen. Um 15 Uhr ging es weiter mit dem nächsten Vortrag von Herrn Karst Pfeifer, Dipl. Politologe. Er war schon öfters bei unseren Seminaren als Referent eingeladen. Seine Referate sind immer wieder interessant. So auch diesmal, beim Thema „Können wir uns den Sozialstaat noch leisten?“ Das staatliche Handeln hat das Ziel: soziale Gerechtigkeit und soziale Sicherheit. Per Präsentation wurde der Demografische Wandel in Deutschland gezeigt. Dabei konnte man sehen, wie der deutsche Lebensbaum aussieht: gestern-heute-morgen. Die Geburtenzahl war 1964 sehr hoch und hat bis 2006 ständig abgenommen. Dann ist sie stabil geblieben bis 2011. Die Lebenserwartung steigt weiter an und somit die Anzahl älterer Menschen. Das heißt: immer weniger Erwerbsfähige haben immer mehr Ältere zu versorgen. Das hat Konsequenzen für den Sozialstaat...

Dieser Vortrag wurde von Christine Müller und Monika Hellwig gedolmetscht.

Der Abend wurde in der Sauna oder im Bierstüberl bei Federweisser und Bier in fröhlicher Runde genossen.

Am nächsten Morgen nach dem Frühstück ging es weiter, mit dem zweiten Vortrag von Herrn Pfeifer: „Der Euro in der Krise“, die von Christine Müller gedolmetscht wurde.

Vor drei Jahren erklärte uns Hr. Pfeifer über die Weltwirtschaftskrise. Das waren die Anfänge der Finanzkrise. 2009 hat die Krise in Europa mit Griechenland angefangen, durch Staatsverschuldung. Andere europäische Staaten folgten. Per Präsentation wurde die „große Krise“ in vier Kapiteln gezeigt. Die Rettung der Finanzkrise zeigte die Leitzinsentwicklung in der Eurozone, in den USA, in England und Japan. Im Jahr 2013 sprach unser Bundespräsident Joachim Gauck von einem „Konstruktionsfehler“, der die EU in eine Schieflage gebracht hat. Die Konsequenz: Dieser Konstruktionsfehler musste korrigiert werden durch gemeinsame: Fiskalpolitik, Bankenaufsicht, Wirtschafts- und Sozialpolitik.... Das Thema war sehr kompakt und kompliziert, wie Finanzpolitische Themen so sind.

Nach Beendigung seines Referates bedankte sich Sigrid Gast bei Herrn Pfeifer für den tollen Vortrag mit einem Präsent und hofft auf die Fortsetzung in zwei Jahren. Für die Seminarleitung von Freitagabend bis Sonntagmittag wurde Frau Debler ganz herzlich gedankt. Wir waren sehr zufrieden mit dem Verlauf, den Referenten und der Verpflegung im Bildungswerk. Den Dolmetscherinnen auch ein herzliches Dankeschön.

Nach dem Mittagessen versammelten wir uns vor der Trinkhalle zum Gruppenfoto. Wir verabschiedeten uns in herzlicher Umarmung und wünschten eine gute Heimfahrt, bis zum nächsten Mal.

Bericht und Bildercopyright: Sigrid Gast