

Auf zu neuen Ufern

Loslassen will gelernt sein

Familie der Zukunft

Mutter, Mutter, Vater

Bhutan

Glück als oberstes Staatsziel



BESUCHEN SIE UNS:
www.facebook.com/lernen.mit.zukunft

DEZEMBER 2016
Österreichische Post AG
Sponsoring. Post / 2Z030495 S



- information - diskussion - innovation - motivation -



JIMMY
Karriere mit Lehre
Holen Sie sich die
Info-Broschüre.
Klick auf diesen
Button

inhalt & übersicht

| | |
|----------------------------------------|----|
| Digitales Lernen um jeden Preis | 04 |
| Habsburg Association | 05 |
| Ein Konto für alle! | 06 |
| Resilient denken, fühlen und handeln | 07 |
| Radikalisierung der Sprache? | 08 |
| Die Wutwahlen | 09 |
| Loslassen will gelernt sein | 10 |
| Ein Instrument und Werkzeug | 11 |
| Die Weihnachtszeit | 13 |
| Wie gefährlich sind Haie? | 14 |
| Mutter, Mutter, Vater | 15 |
| Die Sehnsucht in uns | 16 |
| Günstiger Wohnraum gefragt | 17 |
| Vom Faden und dem Knoten | 18 |
| Ein ganz besonderer Saft | 20 |
| Die Sprache der Zukunft | 21 |
| Sterntaler und Luftschlösser | 22 |
| Wie funktioniert das? | 23 |
| Ursprung ganz "normaler" Emotionen | 24 |
| Nutzen Sie Ihre Chancen | 25 |
| Was bedeutet das jungen Menschen? | 26 |
| Alle Kinder haben Rechte! | 27 |
| Bhutan | 28 |
| Unser Treffpunkt in der digitalen Welt | 29 |



Frag JIMMY
Wirtschaftskammer NÖ



BESUCHEN SIE UNSEREN MAGAZIN-KIOSK
<http://www.yumpu.com/kiosk/lmzukunft>

impressum

Medieninhaber, Herausgeber & Verleger LERNEN MIT ZUKUNFT, 1220 Wien, Mühlwasserpromenade 23/ Haus 13, e-mail: office@LmZukunft.at, Herausgeber/Grafik: Karl H. Schrittwieser, Redaktion (Bild/Text): Birgit Menke, Titelseite - Foto: © nuzza11-Fotolia.com

Blattlinie:
Mit unserer Themenvielfalt laden wir Erwachsene ein, sich für die Entwicklung unseres Umfelds und künftigen Generation einzusetzen. Dazu geben wir Informationen, Gedankenimpulse und Anregungen.

Die AutorInnen übernehmen selbst die Verantwortung für den Inhalt ihrer Artikel.

Auflage: 4 mal im Jahr, Ankündigung als Printfolder, Direktversand an Kindergärten, Allgemeine Sonder-/ Volks-/ und Hauptschulen, Eltern, Lehrkräfte, Lehrer- und Elternvertretungen, Bildungsverantwortliche und an Bildung interessierte Menschen im Burgenland, Niederösterreich, Steiermark, Oberösterreich, Vorarlberg und Wien.

● **Runtergehen vom Gas:**
● **Die stille? Weihnachtszeit beginnt**

JEDER TAG IN UNSEREM LEBEN SOLLTE EIN WEIHNACHTSTAG SEIN

Autofahrer rasen rücksichtslos durch die Stadt, Fußgänger werden vom heranfließenden Verkehr bedrängt, nein fast überrollt und springen zur Seite, um ihr Leben zu retten.

In den Geschäften herrscht reges Treiben. Kein Platz für ruhiges besonnenes Ausschauen der Ware. Hektik und Drängelei bei der Kassa. Stoßen und Fluchen auf den Gehsteigen, in den Einkaufsstraßen.



Viele glauben, sie sind alleine auf dieser Welt und vergessen all das, was sie in der Kinderstube gelernt (oder auch nicht) haben. Werte wie Toleranz, Rücksichtnahme, Respekt und gegenseitiges Verstehen scheint bei einer Vielzahl von erwachsenen Menschen in Vergessenheit geraten zu sein.

Die Betonung liegt auf erwachsenen Menschen, denn bei vielen der jungen Generation entdeckte ich zu meiner großen Freude immer mehr Höflichkeits- und Umgangsformen.

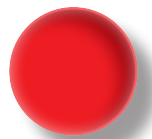
Nun stelle ich mir vor, wie sich die von mir genannten Personen im Umgang mit ihren Arbeitskolleg/-innen oder zu Hause mit der Familie verhalten. Nicht umsonst eskaliert um die Weihnachtszeit, zu den Festtagen die Zahl der Gewalttaten.

Wahrscheinlich ist der Mensch nicht reif bzw. dafür konstruiert, mit den Millionen Signalen/Informationen, die pro Sekunde auf uns einwirken, umzugehen. Es entsteht ein Druck, der nicht so einfach erkannt und bewältigt werden kann. Umso wichtiger ist es, in sich zu gehen und Ruhe zu finden (siehe auch unsere Artikel-Serie „Resilienz“ von Mag. Eva Sator).

Mein größter Weihnachtswunsch für alle Leserinnen und Leser ist, die Anforderungen an uns selbst hinsichtlich ihrer Wichtigkeit genau zu hinterfragen. Tun Sie einfach das, was Freude bringt und Ihnen gut tut.

Ein frohes Weihnachtsfest und ein fantastisches Jahr 2017 wünscht Ihnen herzlich

Karl H. Schrittwieser
Obmann und Herausgeber
LERNEN MIT ZUKUNFT





Mag. Matthias Roland
Europa-Akademie
Dr. Roland
www.roland.at

● Neues Zeitalter der Bildung: ● Digitales Lernen um jeden Preis?

KINDER SIND FASZINIERT VOM SPIELEN UND LERNEN MIT DIGITALEN MEDIEN

Man sollte meinen, die Schule sei im 21. Jahrhundert angekommen. Böse Zungen verleugnen dies und in manchem Kommentar wird darauf hingewiesen, dass sich die Form des Unterrichts in den letzten einhundert Jahren kaum verändert hat. Oberflächlich betrachtet mag dies sogar stimmen; doch die äußerliche Form des Unterrichts - im Normalfall steht ja immer noch ein Lehrer einer ganzen Klasse gegenüber, was man mit dem negativ belegten Begriff des „Frontalunterrichts“ bezeichnen kann - hat nicht notwendiger Weise etwas mit der Qualität des Unterrichts zu tun.

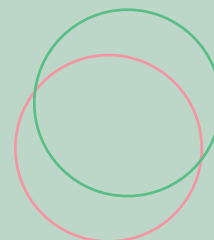
Es hängt ganz entscheidend davon ab, welcher Methoden sich ein Vortragender bedient, und würden wir bloß beim Phänotypus des Unterrichts bleiben, würde es uns unmöglich sein, zwischen dem berühmten Gott Kupfer aus Torbergs „Schüler Gerber“ und John Keating aus „Der Club der toten Dichter“ unterscheiden zu können.

Seit Einführung digitaler Medien in den Unterricht wächst eine Frage beständig mit der Fülle der vorhandenen digitalen Materialien: welchen Zweck verfolgen wir durch deren Einsatz? Eine Frage, der man bis an die Wurzeln folgen muss: welchen Zweck verfolgen wir mit der Schule überhaupt...

Der Informatikunterricht der Neunzigerjahre des vergangenen Jahrhunderts hatte noch den Sinn, junge Menschen mit dem Thema EDV in Verbindung zu bringen. Heute wissen wir jedoch bereits: die meisten SchülerInnen haben ein höheres technisches Grundverständnis, eine höhere Selbstverständlichkeit im Umgang mit der EDV, als die Lehrkräfte selbst. Selbstzweck kann dem Einsatz digitaler Medien also keiner mehr inne wohnen.

Neben dem vielleicht in der Ethik beheimateten verantwortungsvollen Umgang mit der EDV (die mittlerweile ja bereits in jedem Mobiltelefon verborgen ist...) sollten wir digitale Medien dort einsetzen, wo sie dem Bildungsauftrag dienlich sind, wo sie einen echten und unmittelbaren Nutzen bringen um einerseits den Vortragenden ihre Aufgaben zu erleichtern, andererseits der Wissensvermittlung und -überprüfung dienlich sind - und den geplagten Rücken unserer Kinder (auf deren Rücken die gesamte holprige Bildungspolitik der letzten Jahrzehnte ausgefochten wurde).

Heben Sie heute, im Jahr 2016 die Schultasche einer beliebigen Volksschülerin und Sie werden merken: es sollte sich ganz schnell etwas tun! ●



- Dialog der Kulturen:
- Habsburg Association

EINE INITIATIVE VON KONSTANTIN HABSURG-LOTHRINGEN UND AHMED RADWAN

Das Hauptanliegen der Association ist es den internationalen Austausch, internationale Zusammenarbeit und den gegenseitigen Respekt zu fördern. Viele Mitglieder der Familie Habsburg hatten schon in der Zeit als Kaiser des Heiligen Römischen Reiches Deutscher Nationen, sowie auch später als Kaiser von Österreich diesen Weg verfolgt.

Mitglieder der Familie Habsburg wollen nun ihre Netzwerke, die sich über die gesamte Welt erstrecken, einsetzen um wieder mehr Dialog und Kooperation zwischen den Staaten und Kulturen zu erreichen. Zu diesem Zweck werden diese Mitglieder der Familie Habsburg Staatsoberhäupter, einflussreiche Familien und Persönlichkeiten (Musiker, Sportler, Wissenschaftler, Politiker...) einladen, sich ihnen anzuschließen.

Gemeinsam soll alles dafür getan werden, das Ziel einer respektvollen internationalen Kooperation voranzutreiben. Zu betonen ist, dass es sich hierbei nicht um eine politische Bewegung handelt,

sondern um eine Vereinigung von Menschen, denen Akzeptanz, Respekt und der Dialog zur Verbesserung der Welt wichtig sind.

Eine weitere Initiative der Habsburg Association ist die Gründung des „Young Royals“ Clubs. Gemeinsam mit jungen Mitgliedern königlicher Familien soll ein Projekt gestartet werden bei dem gemeinsame Ideen eine Zusammenarbeit für ein friedlicheres und besseres Miteinander auf diesem Planeten ermöglichen.

THE YOUNG ROYALS CLUB

The goal is to bring together young royals from all around the world regularly, to connect and think of ways to use their influence towards creating a better future for our world. The members have families and want to support others to live in a peaceful world and exchange ideas in how they can be of service to others as well. The meetings also shall include cultural exchange as well as relaxing time to deepen the relations between cultures. ●



Ahmed Radwan
Mitgründer der Initiative
Habsburg Association



vlnr: Konstantin Habsburg-Lothringen,
Ahmed Radwan



KONSTANTIN
HABSURG



Peter Kopf
Geschäftsführer
ifs Schuldenberatung GmbH
Bregenz
www.ifs.at

- Endlich da:
- **Ein Konto für alle!**

AUCH MENSCHEN OHNE FESTEN WOHNSITZ BEKOMMEN KÜNFTIG EIN KONTO

Am 18. September wurde eine langjährige Forderung der Schuldenberatungen nach einem Basiskonto für alle umgesetzt.

WARUM IST DAS RECHT AUF EIN BASISKONTO SO WICHTIG?

In Österreich haben etwa 150.000 Erwachsene kein eigenes Girokonto. In Vorarlberg betrifft das immerhin 6.000 bis 7.000 Menschen. Es gibt viele Gründe, warum diese ihr Konto verloren haben oder keines bekommen. Das Fehlen eines festen Wohnsitzes, Schulden bei der Bank, ein Privatkonkurs, der Eintrag auf einer Warnliste von Wirtschaftsauskunftsdiensten, überzogene Konten, zu geringes oder ungesichertes Einkommen können dafür ausschlaggebend sein.

Wer aber in Österreich lebt, braucht ein Konto. Um Gehalt, Lohn, Pension, Sozialleistungen oder Unterhaltszahlungen zu bekommen. Oder um Zahlungen wie Miete oder Strom zu überweisen. Menschen ohne Konto haben zudem häufig Schwierigkeiten einen Arbeitsplatz zu finden, da viele Firmen das Geld nicht bar auszahlen. Und zu allem Übel sind Bargeldüberweisungen ohne Konto auch noch mit hohen zusätzlichen Kosten verbunden. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der ifs Schuldenberatung kennen solche Situationen aus zahlreichen Gesprächen und Beratungen. Und sie wissen, dass Menschen ohne Konto aus den oben genannten Gründen

häufiger von Armut betroffen sind als andere. Ein Girokonto ist daher ein wichtiger Baustein, um Armut zu verhindern und zu bekämpfen.

WAS KOSTET EIN BASISKONTO?

Für die Kontoführung dürfen je nach Bedürftigkeit zwischen 40 und 80 Euro pro Jahr berechnet werden. Die genauen Kosten muss die Bank vor der Kontoeröffnung bekannt geben.

WAS „KANN“ EIN BASISKONTO?

Es können darauf Überweisungen eingehen, Überweisungen gemacht und Daueraufträge eingerichtet werden. Zum Basiskonto gehört auch eine Bankomatkarte. Damit kann an jedem Bankomat Geld behoben werden. Sofern das Konto im Plus ist, denn das Basiskonto kann nicht überzogen werden.

WIE BEKOMME ICH EIN BASISKONTO?

Man kann bei jeder Bank ein Basiskonto eröffnen, wenn man noch kein anderes Konto hat und sich legal in der EU aufhält.

WAS ÄNDERT SICH MIT DEM NEUEN GESETZ NOCH FÜR BANKKUNDEN?

Auch bei der Eröffnung eines „normalen“ Kontos muss die Bank über die Kontogebühren genau Auskunft erteilen. Ist das „normale“ Konto im Minus, muss die Bank mit dem Kunden oder der Kundin Kontakt aufnehmen und sie oder ihn auf die Möglichkeit einer günstigeren Finanzierung oder einer Schuldenberatung hinweisen. Ein Kontowechsel von einer Bank zur anderen ist in Zukunft viel einfacher möglich. ●



● Der resiliente Mensch – Teil 4
● Resilient denken, fühlen und handeln



EIGENVERANTWORTLICH MIT BLICK AUF BEIDE SEITEN DER MEDAILLE

Gemeinsam mit Katja Hausmann¹ habe ich sechs essentielle Fähigkeiten identifiziert, die uns resilienter machen. Alle sind Geisteshaltungen, die sich in konkreten Verhaltensweisen ausdrücken lassen.

EIGENVERANTWORTUNG

Eigenverantwortung ist eine essentielle Geisteshaltung, um resilienter zu werden und zu handeln. Es geht dabei darum, wirklich Verantwortung für die eigenen Gedanken, Gefühle und Handlungen zu übernehmen. Wie oft kommt es vor, dass wir die „Schuld“ für unsere Gefühle anderen in die Schuhe schieben? Wie oft denken wir, dass wir ja nicht anders können, dass wir das gefühlte Opfer einer Situation sind. Die wahre Freiheit des Menschen liegt darin, zu erkennen, dass wir immer die Wahl haben – zumindest die der anderen Einschätzung und Bewertung einer Situation oder Person. Und manchmal hilft auch nur der erste Schritt: Jemanden oder eine Situation gar nicht zu bewerten, sondern einmal nur rein wahr-zu-nehmen.

POSITIVITÄT

Optimismus wird als lebensbejahende Grundhaltung definiert, bei der die Welt oder eine Sache von der besten Seite betrachtet wird. Das alleine wäre zu einseitig. Ich empfehle, grundsätzlich immer beide Seiten der Medaille zu betrachten. Das Minus also durchaus stehen zu lassen, sich das Schlechte, Negative bewusst zu machen UND ergänzend dazu die so wertvolle Frage zu stellen: Wozu dient es mir?

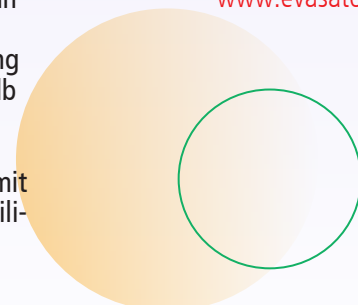
Oder was ist das Gute am Schlechten? Sich also auch das Plus einer noch so großen Krise oder Herausforderung bewusst zu machen. Wenn wir ehrlich zu uns sind und bereit hinzuschauen, dann entdecken wir beide Seiten. Ich weiß aus Erfahrung, dass wir bei Anwendung dieser Übung zunehmend das Glas halb voll sehen. Egal was drinnen ist: Ob Süßes oder Bitteres. Und Dankbarkeit stellt sich ein für das, was ist. Und damit nimmt auch die Zufriedenheit und Resilienz im Leben zu.

UND LAST BUT NOT LEAST: REGENERATION

Regeneration ist ein Muss für den Menschen, seinen Körper und Geist. Die Fähigkeit dazu ist natürlicherweise in uns angelegt, denn unsere Körperintelligenz ist 24 Stunden am Tag dabei, Balance in uns herzustellen. Wir leben aber in einer Zeit, in der das Yang Prinzip im Überhang ist (Aktivität, Anspannung, zu wenig Schlaf, Schnelligkeit). Anders ausgedrückt, es fehlt an Regeneration, also an Yin (Passivität, Entspannung, ausreichend Schlaf und Pausen, Nichts tun). Es geht somit darum, bewusst darauf zu achten, dem Yin Prinzip mehr Raum in unserem Leben zu geben. Und auch herauszufinden, welche Formen der Regeneration zu uns passen. ●

¹ Mag. Katja Hausmann, Neuropsychologin und Kooperationspartnerin von Eva Sator

Mag.^a Eva Maria Sator
Lebensberaterin
Unternehmensberaterin &
Coach, Teamentwicklerin
www.evasator.at



Lesen Sie im vorigen Artikel mehr über die ersten drei von sechs Teilfähigkeiten, die zu Ihrer persönlichen Resilienz beitragen.

Klicken Sie auf das Cover





Dr. Manfred Greisinger
Autor, Trainer
Vortragender
Selfness-Coach
www.ich-marke.com
www.stoareich.at

● Gestaltungskraft: ● Radikalisierung der Sprache?

GEHEN SIE LIEBER AUF SCHATZSUCHE

Heute gewinnt, wer sagt, er ist gegen das Establishment, - analysierte der brillante Polit-Kommentator Hugo Portisch den Ausgang der US-Präsidentenwahl. „Clinton war eine Kandidatin ohne Charisma; sie verlor, weil sie die Sprache von Washington sprach.“

- Sprache als Visitenkarte,
Sprache als Macht-Instrument,
Sprache als Erfolgs-Faktor.
Der milliardenschwere Sprücheklopfer Donald Trump zieht ins Weiße Haus ein. Und macht Verbal-Radikalismus salonreif. Ja, letztlich müssen alle, die in und mit der Öffentlichkeit kommunizieren, erkennen, dass nur der Aufmerksamkeit (und "Likes"/"Shares") generiert, der pointiert, zugespitzt, deftig formuliert. Das Nette, Lauwarme, um Ausgleich Bemühte, findet keinen oder nur geringen Anklang.

Welche Konsequenzen hat das nun für die Kommunikations-(Un-)Kultur? – Weitere Verrohung und Radikalisierung der Sprache? Noch mehr Hass-Postings in den Social-Media?

Noch mehr Rempelen im täglichen Umgang? Und muss man sich gar daran beteiligen?

SPRACHE ERSCHAFFT WIRKLICHKEIT

Mit JEDEM Wort, das wir denken oder äußern, prägen wir die Welt. Nicht nur die der anderen, sondern vor allem die EIGENE. Es geht um unseren individuellen Wortschatz – welche Begriffe wir tagtäglich aus der Truhe herausholen – und welche neuen wir reinpacken, gar pflegen wollen. In meinem druckfrischen 22. Buch „Wort-SCHATZ, geliebter“ will ich – zum 25-jährigen Bestehen meiner Edition Stoareich – der achtsam gewählten und wertschätzend benutzten Sprache meine Reverenz erweisen sowie dazu ermutigen:

Lassen wir uns vom Leben Worte diktieren, die aus der Seele, aus dem Herzen kommen, nicht von Polit-/Finanz-Strategen und Karriere-Gurus. Finden Sie IHRE WORTE – und streichen Sie alle unreflektierten, fremdbestimmten Phrasen. - Hüten Sie Ihren Wort-SCHATZ! ●

„In Sachen des Gefühls haben Worte den Charakter von Taten.“
Germaine de Stael



Unser Buchtipp:
Wort-SCHATZ
Dr. Manfred Greisinger
www.stoareich.at



● Der emotionale Mensch – Teil 12: ● Die Wutwahlen

BEI DIESER WAHL HABEN DIE EMOTIONEN IHR KREUZ GEMACHT



Mag. Markus Neumeyer
Theater-, Film- und
Medienpädagoge
dipl. Lern/Freizeit &
Vitalcoach
www.stagefreaks.at

Die Vereinigten Staaten von Amerika haben gewählt. Und wie sie gewählt haben! Zugegeben, die zur Wahl stehenden Personen waren beide nicht überzeugend, geschweige denn sympathisch, dennoch hätte man sich denken können, wer den oft als mächtigsten Posten der Welt bezeichneten Job bekleiden wird. Jetzt wissen wir: Sie ist es nicht geworden.

WELCHES ÜBEL SOLL ES DENN WERDEN?

Statt Hillary Clinton wurde ein Mann gewählt, der sich als Retter der Arbeiterschicht verkauft hat, ja als Retter Amerikas. „Ich bin einer von Euch und ich mache Amerika wieder groß“, hat er lauthals von sich gegeben, und damit all jene angesprochen, die sich von einer Politik der Eliten nicht mehr vertreten fühlen. Dass Trump, der bei seiner Geburt bereits 200 Millionen Dollar schwer war, dessen Eltern angeblich dem Klu-Klux-Klan nahestanden und der in einem goldenen Turm wohnt, von wo aus er vor allem auf Ärmere, Schwächere und sogar Frauen verächtlich herabblickt, wurde von den ProtestwählerInnen (ja, sogar viele Frauen haben ihn gewählt) gekonnt verdrängt.

WUTBÜRGERTUM – DIE NEUE KLASSE

Die US-Wahlen haben die Politwelt auf den Kopf gestellt und fast alle Experten wie unseriöse Jahrmarkt-Attraktionen erscheinen lassen. Dabei ist die Wahl der Amerikaner keineswegs ein neuer Trend am politischen Parkett. Immer öfter werden sogenannte „wütende Patriarchen“

durch Wut-Wahlen an die Spitze mehr oder weniger demokratischer Länder gehoben. Egal ob Erdogan, Orban, die Kaczynskis oder auch der Brexit – viele Menschen sind mit der Gesamtsituation unzufrieden und wählen aus Zorn eine Politik, die diesen Zorn widerspiegelt, ohne vernünftige Lösungen anzubieten. Diese Politik sucht lediglich Opfer, denen sie die Schuld in die ausgetretenen Schuhe schieben kann.

SELBER SCHULD

Bei genauerer Betrachtung ist zu erkennen, dass die alteingesessene Machtelite für dieses Dilemma selbst die Verantwortung trägt. Wo die WählerInnen früher noch Politikern ihre Stimmen gaben, die ihre Interessen vertraten, werden heute all jene gewählt, die am lautesten schreien – jene die mit dem emotionalen Vorschlaghammer um sich schlagen.

Die Politik sollte aufhören verschämt und ignorant nach „unten“ zu blicken. Sie sollte aufhören Politik für Konzerne oder sich selbst zu betreiben und den Leuten wieder mehr „auf’s Maul schauen“. Die Emotionen der Basis sind es, die die Wahl bestimmen. Und spätestens jetzt sollte man damit beginnen eine Bildungsreform in die Tat umzusetzen, die wirklich etwas bringt und nicht bloß Kompetenzen umverteilt. Was wir jetzt brauchen ist eine neue Aufklärung, die unsere Emotionen in eine vernünftige Richtung lenken. Man weiß ja wie es geht, warum macht man es dann nicht? ●



Foto: © pixabay.com



Bettina Bartsch-Herzog
Dipl. Lebens- und
Sozialberaterin
Trainerin & Autorin

www.bettinabartsch.at

- Auf zu neuen Ufern:
- **Loslassen will gelernt sein**

WER AM ALTEN FESTHÄLT, HAT KEINEN PLATZ FÜR DAS NEUE

Wenn die Nächte länger werden und das Jahr sich dem Ende zuneigt, zieht nicht nur die Natur ihre Kräfte zurück. Auch wir können jetzt einen Gang runter schalten, besinnlich werden und das Vergangene verabschieden.

Doch manchmal ist es nicht leicht, sich von alten Verhaltensmustern oder Beziehungen zu lösen, selbst wenn sie uns nicht mehr gut tun. Auch ständiges Grübeln über eine Situation, die wir nicht ändern können oder Schuldgefühle wegen eines Fehlers, rauben uns unnütz viel Energie. Dann leben wir in der Vergangenheit und sind abhängig von dem Urteil anderer.

Wenn wir etwas loslassen wollen, entscheiden wir uns, unseren Blick weg von der belastenden Situation nach vorne zu richten. Wir können lernen, los zu lassen, indem wir uns klar machen, dass wir nicht von unseren Gefühlen beherrscht werden. Nicht die Gefühle bestimmen unser Denken, sondern unser Denken bestimmt unsere Gefühle. Und der erste Schritt des Loslassens beginnt mit dem Satz: „Ich bin bereit, los zu lassen.“

Das ist ein mutiger Schritt, der manchmal von starken Gefühlen wie Wut oder Trauer begleitet wird. Wenn wir lernen, diese Gefühle bewusst wahr- und anzunehmen, werden sie sich von selber auflösen. Kleine Rituale oder Atemübungen können dann sehr hilfreich sein und das Loslösen unterstützen.

Um sich ganz von Vergangenem zu lösen, ist es wichtig, sich selbst aus der Opferrolle zu befreien und den Blick für mehr Freude und Glück im Leben zu schärfen. Dazu gehört vor allem, sich selber liebevolle Aufmerksamkeit zu schenken und zu akzeptieren, was sich im Moment nicht ändern lässt.

UNSER LEBEN IST NICHT PERFEKT WIR SIND NICHT PERFEKT

Loslassen heißt auch, etwas in Dankbarkeit gehen zu lassen. Vieles, was uns jetzt belastend erscheint, haben wir zu einer bestimmten Zeit in unserem Leben gebraucht. Es hat uns vielleicht eine Zeitlang geholfen, doch jetzt ist es zur Belastung geworden und wir können es dankbar verabschieden. Danke sagen hinterlässt ein gutes Gefühl.

Die Natur nimmt es als gegeben an, dass Loslassen dazugehört, um Neues entstehen zu lassen. Genauso dürfen wir es annehmen, dass bestimmte Erfahrungen wichtig für uns sind, um selber zu wachsen und unseren Weg mit Freude weiter zu gehen. ●

- Schönheit und Sprache:
- Ein Instrument und Werkzeug

IHRE ANFÄNGE HATTE DIE RHETORIK IN DER ANTIKE

Worte sind Edelsteine. Wenn ich sie nicht genieße, dann verlieren sie sich unbehandelt und roh im Raum. Und das ist schade. „Forme und schleife jeden Ton zuerst in dir zu einem Edelstein, bereite ihn vor, erst dann entlasse ihn aus deinem Körper“, sagte mein Querflötenlehrer, ein Philharmoniker, vor fast 30 Jahren zu mir. Ich bin zwar kein Musiker geworden, aber als Schauspieler gilt das genauso.

Die Verbalsprache könnte so wunderbar sein, aber die meisten Menschen, werfen mit Worten achtlos um sich, erkennen gar nicht mehr die Kraft eines exakt gesprochenen Wortes. Ein monoton gesprochenen Satz ist eine sehr langweilige und wenig informative Sache. Nur die harten Fakten werden vermittelt, nicht aber die Emotionen, die für den Empfänger so wichtigen Akzente. Wir wundern uns, wenn wir aneinander vorbeireden.

Es muss nicht jeder wie ein Schauspieler sprechen, aber noch unsere Großeltern hatten Rhetorik als Unterrichtsfach. Und schon meine Großmutter machte mich

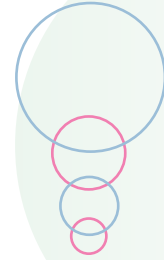
zum Beispiel auf ein „rollendes R“ aufmerksam. Damals fand ich das noch übertrieben, heute weiß ich, was sie damit meinte. Je mehr ich in den Bereich der Aussprache eintauche, desto mehr kann ich mich dafür begeistern.

Es ist für mich zum Beispiel zu einem unglaublichen Erlebnis geworden, das wunderbare „Rilke Projekt“ des Österreicher Richard Schönherz zu hören. Die wunderbare Musik und die ausgezeichneten Sprecher ziehen mich komplett in ihren Bann. Diese Aufnahmen sind dermaßen intensiv, dass ein Arbeiten daneben unmöglich wird.

Die Schönheit der Sprache erblüht hier in ihrer höchsten Form. Ich habe Richard Schönherz lange vor seinen legendären CDs in San Francisco kennengelernt. Ein Mensch, der jedem Wertschätzung entgegenbrachte, vor allem aber der Sprache. Der Erfolg gibt ihm recht. Seine CDs verkaufen sich im deutschen Sprachraum wie warme Semmeln. Ich freue mich von ganzem Herzen für ihn. ●



Felix Kurmayer
Schauspieler, Studiosprecher
und Kommunikationstrainer
www.felix-kurmayer.at

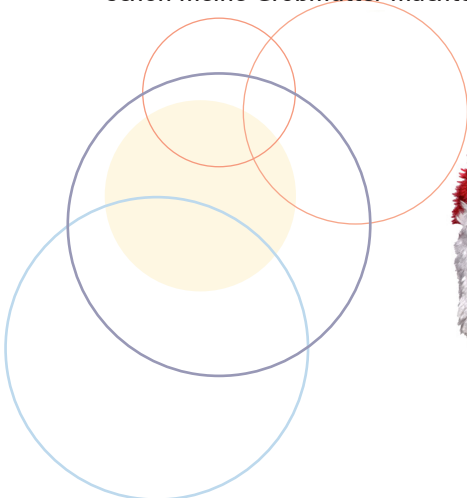


tipp

Wir freuen uns über Ihre Meinung zu unseren Artikeln.

Besuchen Sie unseren BLOG Adresse:

<https://magazinlmzukunftat.wordpress.com>



WINTERZEIT = LERNZEIT

UNSER ANGEBOT IST GÜLTIG BIS 31. JÄNNER 2017

AUSBILDUNG MIT QUALITÄT eLEARNING SCHULUNGSANGEBOTE

- KOSTENFREIES LEHRGANGS-DEMO
- ENTWICKLUNG & PERSÖNLICHKEIT
- KOMMUNIKATION VERBESSERN
- KONFLIKTE: KONSTRUKTIV LÖSEN
- POSITIVE KRAFT DER WUT
- BIOGRAFIEARBEIT
- STRESS- UND BURN-OUT PRÄVENTION
- JUGENDBEAUFTRAGTE/R

-15%

für

LERNEN MIT ZUKUNFT
Leser/innen



IMPROVE BILDUNG MIT ZUKUNFT®

Zertifizierter Qualitätsanbieter in der Erwachsenenbildung
office@improve.or.at | www.improve.or.at

- Jeder empfindet sie anders:
- Die Weihnachtszeit

ERST WENN WEIHNACHTEN IM HERZEN IST, LIEGT WEIHNACHTEN AUCH IN DER LUFT (WILLIAM TURNER ELLIS)

Nun ist es wieder so weit. Wir sind mitten in der Adventzeit und das vielleicht schönste Fest des Jahres steht vor der Tür: Weihnachten. Diese Wochen vor dem Heiligen Abend haben einen ganz besonderen Zauber und verändern uns auch für einige Zeit - Besinnlichkeit und Frieden breiten sich aus und lösen beruflichen Stress und hoffentlich auch Kummer und Sorgen ab. Wie heißt es so schön in Tirol, "Wenn die Weihnachtsglocken läuten, wird selbst der Teufel milde." Weihnachten ist tatsächlich etwas ganz besonderes und das tolle daran ist, wie Martin Luther, dessen Todestag sich heuer zum 470. Mal jährte, sagte: Die Geburt Jesu in Bethlehem ist keine einmalige Geschichte, sondern ein Geschenk, das uns ewig bleibt.

In einem Werbespot eines schwedischen Möbelhauses heißt es "zu Hause ist kein Ort, sondern ein Gefühl". Daran angelehnt: Weihnachten ist keine Jahreszeit, sondern ein Gefühl. Dieses Gefühl der Freude, der Geborgenheit, der Besinnlichkeit und des Friedens wünsche ich uns allen.

Für viele Menschen in unserem Land ist Weihnachten ein großes Fest - ein wichtiger christlicher Fixstern. Das sollte man respektieren. Ebenso zu respektieren ist, wenn Menschen dem Weihnachtsfest kritisch oder gar anteilnahmslos gegenüberstehen. Auch das ist zu respektieren. Ich denke hier nicht nur an unsere Mitbürger anderer Konfessionen, ich denke hier vor allem auch an jene Menschen, die mit Weihnachten rein gar nichts anfangen können.

Für mich persönlich ist Weihnachten ein besinnliches Familienfest, ein Fest für Große und Kleine. Ich liebe es.

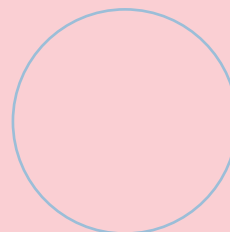
Es sollte uns aber bewußt sein, dass viele Mitbürger mit Weihnachten nicht viel am Hut haben. Entweder weil sie einer anderen Glaubensgemeinschaft angehören oder weil sie irgendwann den Glauben an das wahre Weihnachtsfest verloren haben und gleichzeitig von dem wahren Weihnachtsfest abgestoßen sind.

Ob man jetzt Weihnachten als religiöses Fest sieht oder nicht, muss und soll jeder für sich entdecken aber es wäre schön wenn möglichst viele Menschen diese Tage rund um den 24. Dezember als Familienfest sehen würden. Es ist für Kinder nicht wichtiger als für Erwachsene - die Eltern und andere wichtige Bezugspersonen - in einer heiteren, harmonischen und vor allem friedlichen Atmosphäre zu erleben.

In diesem Sinn allen geneigten und treuen Leserinnen und Lesern ein frohes und gesegnetes Weihnachtsfest, Merry Christmas et Joyeux Noël und ein zufriedenes 2017! ●



Mag. Jacques A. Mertzanopoulos
GF Arthur Hunt
Human Resources
Consulting, Wien





- Haus des Meeres:
- **Wie gefährlich sind Haie?**

VIELE MENSCHEN HABEN ANGST VOR DEN RAUBFISCHEN

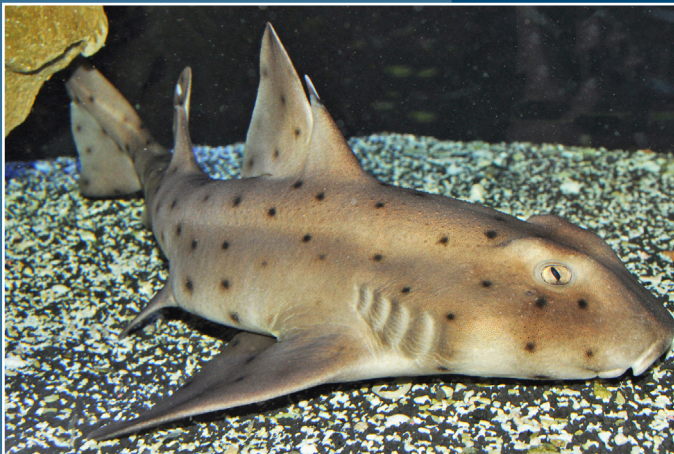
Direktor Dr. Michael Mitic
Geschäftsführung
Haus des Meeres
AQUA TERRA ZOO
www.haus-des-meeres.at

In den letzten Tagen werden wir immer öfter von Besuchern gefragt, ob es denn heuer mehr Haiangriffe gäbe als letztes Jahr. Wenn man die Medienmeldungen verfolgt, könnte man fast den Eindruck bekommen. Was aber sagt die Statistik?

Heuer gab es bis Ende August 89 registrierte Haiattaken, voriges Jahr interessanterweise exakt genau so viele. Aber es gab im selben Zeitraum bei den tödlichen Haiunfällen einen Rückgang von 50% von acht im Vorjahr auf vier im heurigen Jahr. Wenn man aber diese Zahlen im Verhältnis zu den Millionen Badeereignissen, die es im selben Zeitraum auf der Welt gibt, betrachtet, dann ist die Zahl der Todesfälle äußerst gering – auch wenn das natürlich kein Trost für die Betroffenen ist.

Nur ein paar andere Zahlen im Vergleich: nur in den USA sterben jährlich durch Ertrinken 30 bis 40 Personen, etwa 70 Tote im Jahr verzeichnet nur Australien durch Quallenverwundungen, ca. 5.000 Menschen sterben weltweit durch Skorpionstiche, etwa 10mal so viele (>50.000!) durch Giftschlangenbisse, schätzt man.

Aber was ist das alles gegenüber mehr als 1 Million Verkehrstoten? Die motorisierten Primaten sind eindeutig viel gefährlicher als Haie – und trotzdem, der Mythos Hai als Killermaschine ist nicht aus den Köpfen zu bekommen. ●



- Familie der Zukunft:
- Mutter, Mutter, Vater

NEUE TECHNIKEN DER FORTPFLANZUNGSMEDIZIN LASSEN GANZ NEUE FAMILIENSTRUKTUREN ENTSTEHEN



Thomas Kolbe
Fachwissenschaftler
für Versuchstierkunde,
Ass.-Prof. für die
Service-Plattform
Biomodels Austria
Veterinärmedizinische
Universität Wien

Patchwork-Familien sind nichts Ungewöhnliches mehr. An Familien mit zwei gleichgeschlechtlichen Eltern werden wir uns in Zukunft wohl auch gewöhnen. Aus dem Gebiet der Fortpflanzungsmedizin kommt jetzt aber die Familie mit drei Elternteilen. Dabei spendet eine Frau die Eizelle, eine Andere das Erbgut und zusammen mit dem Erbgut des Vaters kann daraus ein Kind entstehen. Es könnte sogar noch eine Leihmutter als dritte Mutter dazukommen. Dieses Verfahren wurde ursprünglich entwickelt, um Familien mit Erbkrankheiten zu helfen. Viele Arbeitsschritte entstammen dem Klonen, was aber beim Menschen weltweit verboten ist. Die zum Klonen notwendigen Manipulationen kann man aber genauso gut dazu verwenden, das Erbgut einer Frau von ihren geschädigten Eizellen in eine gesunde Spendereizelle zu übertragen, deren Erbgut man vorher entfernt hat. Dadurch lässt man mit der alten Eizelle auch die meisten Zellorganellen hinter sich. Besonders die Mitochondrien, die die Kraftwerke der Zelle sind und für die Energieerzeugung zuständig, können Defekte ansammeln. Wenn von den ca. 2000 Mitochondrien einer Zelle 30-40% defekt sind, bekommt die Zelle Probleme. Und wenn das in vielen Körperzellen passiert wird der Mensch als Ganzes krank. Diese Zellkraftwerke werden nur über die Mütter vererbt. Die Idee der Fortpflanzungsmedizin klingt also recht vielversprechend.

In Kanada wurde bereits eine andere Methode angewandt, bei der alte Eizellen mit der Zellflüssigkeit von jungen Eizellen „aufgefrischt“ wurden, ohne vorher die Unbedenklichkeit in Tierversuchen zu überprüfen.

Bei 2 von 16 Babys wurde das Turner-Syndrom (fehlendes Y-Chromosom) festgestellt. Daraufhin wurden alle weiteren Behandlungen mit dieser Technik eingestellt. Zur Überraschung vieler Fortpflanzungsmediziner wurde im Oktober 2016 bereits über die Geburt des ersten nach der neuen Technik gezeugten Babys berichtet. Diesmal wurden die Embryonen vor der Übertragung ausführlich getestet und wieder hatten 3 der 4 Embryonen genetische Schäden. Aus dem vierten Embryo entwickelte sich dann aber ein gesundes Kind. Forscher der VetMedUni in Wien haben die Auswirkungen solcher Techniken im Tiermodell ausprobiert und unerwünschte Nebeneffekte festgestellt. Dennoch hat sich die Fortpflanzungslobby bereits gegen diese warnenden Stimmen durchgesetzt und nach den USA und Kanada auch in Großbritannien eine Legalisierung dieser Fortpflanzungstechnik bewirkt.

Inzwischen geht es nämlich gar nicht mehr um den therapeutischen Nutzen bei kranken Menschen. Wo bisher die fruchtbare Lebensphase der Frau mit Hilfe von In vitro-Befruchtung (IVF) und Spermieninjektion (ICSI) bis Mitte 40 ausgedehnt werden konnte, erscheint jetzt eine Erfüllung von Mutterfreuden bis in das 60. Lebensjahr möglich. Auch eine Vereinbarkeit von früher beruflicher Karriere und Familie ist leider für die meisten Frauen immer noch nicht gegeben. Die Alternative zum späten Nachwuchs aus fremden Eizellen kommt auch aus den USA und nennt sich „Social Freezing“. Frauen lassen in jungen Jahren eigene gesunde Eizellen einfrieren, um sie Jahrzehnte später für die Erzeugung von Nachwuchs verwenden zu lassen. Manche Arbeitgeber finanzieren das sogar, um eine Karenzierung ihrer Mitarbeiterinnen in den produktivsten Arbeitsjahren zu vermeiden. Brave New World? Oder einfach die Nutzung des biotechnisch Machbaren um das Maximum aus dem Leben herauszuholen? ●



Foto: © pixabay.com



● Das Fest der Liebe: ● Die Sehnsucht in uns

IM KLEINEN, IM PRIVATEN, IM MENSCHLICHEN MITEINANDER

Mag.ª Maria Neuberger-Schmidt
Autorin und Gründerin
Verein Elternwerkstatt
www.elternwerkstatt.at

Foto: Ingrid Perger
Elternwerkstatt

Alle Welt feiert Weihnachten. Menschen wollen einander beschenken. Das Weihnachtsgeschäft ist ein beträchtlicher Wirtschaftsfaktor geworden. Die Christenheit sagt: „Lasst uns jubeln und uns freuen: Christus, der Erlöser ist uns geboren!“ Die meisten Menschen glauben das schon lange nicht mehr: Die Andersgläubigen, die Atheisten, die Agnostiker und die Zweifler.

DIE SEHNSUCHT NACH DEM RETTER WOHNT IN JEDEM VON UNS

Auch wenn man es für Kitsch und Kommerz hält: In unserem Inneren wünschen wir, es wäre echt und wahr: dass wir Mensch einander lieben, dass Friede sei, dass der Retter kommt. Weihnachten symbolisiert für viele das Fest des Lebens und der Hoffnung in einer Welt, die außer Kontrolle, die vom Untergang bedroht zu sein scheint.

Wenn wir schon nicht an den Erlöser glauben, sehnen wir uns doch nach einem Retter, der alles wieder ins Lot bringt. Möglicherweise liegt darin die weltweite Faszination des Kindes in der Krippe.

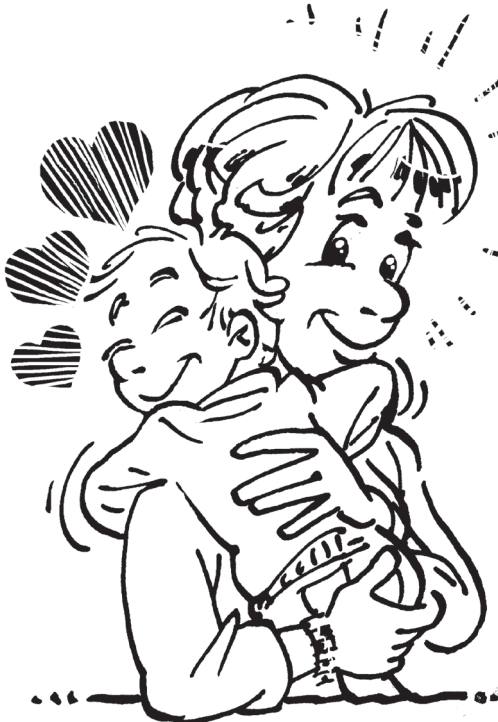


Illustration: © Eugen Kment

16 | DEZEMBER 2016

Die Liebe soll die Welt regieren und
Weihnacht zeigt,
dass sie's vermag
Louise Otto

KINDER SIND UNSERE HOFFNUNGSTRÄGER

Ist nicht jedes neu geborene Kind Hoffnungsträger für die Zukunft der Menschheit? Die Hilflosigkeit eines neu geborenen Kindes erweckt Liebe und Verantwortungsgefühl in uns.

Kinder motivieren uns, unsere eigenen Interessen und Bedürfnisse hinten zu stellen, Opfer zu bringen, Freude zu machen. Sie helfen uns, unseren Charakter zu veredeln und Liebe in die Welt zu tragen. Es ist gut, wenn wir bei unseren Lieben und Nächsten beginnen, einander Freude zu schenken, einander besser zu verstehen, füreinander da zu sein, einander zu verzeihen, einander die Hand zu reichen, uns als Menschheitsfamilie und Mutter Erde als gemeinsame Heimat zu empfinden. Nur so kann Friede entstehen und bleiben.

Ein tägliches Programm, zu dem jeder entscheidend beitragen kann.
Das Christkind möge unsere Seelen erhellen und erwärmen. ●



- Lust aufs Land:
- **Günstiger Wohnraum gefragt**

BESONDERS JUNGE FAMILIEN ZIEHT ES AN DEN RAND DER STÄDTE

Die lieben Preise steigen in den Stadtzentren laut unserer Studie weiter. Das sorgt für einen Sog Richtung Stadtrand. Dazu kommt noch, dass im Immobilienboom der letzten Jahre immer mehr Luxusunterkünfte von den Entwicklern gebaut wurden, während bezahlbarer Wohnraum vernachlässigt wurde.

Doch nun scheint sich der Markt zu verändern. Das Luxussegment läuft seit geraumer Zeit nicht mehr so rund. Den Menschen scheint die Lust auf unbezahlbaren Luxus vergangen zu sein. Der Verkauf von Luxuswohnungen stockt und dauert doppelt so lange, wie bisher. Das müssen auch Immobilien-Kapitalanleger erkennen, die hochpreisige Wohnungen erworben haben, um sie entsprechend teuer zu vermieten. Es wird immer schwerer, zahlungskräftige Mieter zu finden. Das Potenzial für derartige Objekte ist stark begrenzt.

DER SPECKGÜRTEL IST WIEDER STARK IM KOMMEN

Resultat dieser Entwicklung: Immer mehr jüngere Familien und Menschen mit Sinn für Lebensqualität ziehen aus den Metropolen raus in deren Randlagen. Daher gehen den Zentren jüngere Menschen als Zukunftsträger im Wohnbereich verloren. Gewinner der Entwicklung sind

die kleineren Gemeinden in den Randgebieten. Insbesondere, wenn leistbare Grundstücke und eine gute Infrastruktur vorhanden sind. Nicht nur Kindergärten, Schulen und Einkaufsmöglichkeiten müssen vorhanden sein, sondern auch eine gute Verkehrsanbindung.

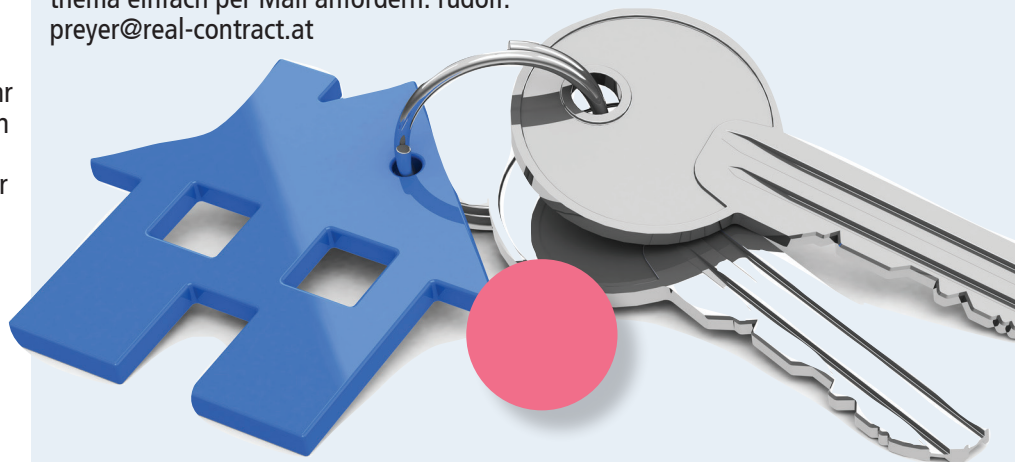
Gemeinden des Umlandes müssen aber auch aus den Fehlern lernen, und nicht wieder nur Luxusquartiere entstehen lassen, sondern Eigenheime, Reihenhäuser und Wohnungen, die für Angehörige der mittleren Einkommensklassen erschwinglich sind.

Auch sollten sich private Investoren von dem Gedanken verabschieden, dass sich im Hochpreissegment noch Geld verdienen ließe. Solche Objekte sind eher Statussymbol als rational getätigte Geldanlage. ●

Mehr über dieses spannende Zukunftsthema einfach per Mail anfordern: rudolf.preyer@real-contract.at



Rudolf-Anton Preyer
Immobilienökonom
www.ireal-contract.at





Felix Juhl
IT Security
Schweiz

● Falsch verbunden?: ● Vom Faden und dem Knoten

ALLES IM LEBEN DREHT SICH UM DEN BERÜHMTE ROTEN FADEN, DEN KNOTEN UND DIE VERBUNDENHEIT ZU ANDEREN MENSCHEN

In der Pädagogik ist das Spiel „Gordischer Knoten“ sehr beliebt. Das Spiel spiegelt das Leben wieder. Wir leben vernetzt und sind auf das soziale Netzwerk von Menschen um uns angewiesen. Diese Verbundenheit begleitet uns ein ganzes Leben lang und ist auch der Grund, warum Facebook, Snapchat & Co. derartige Beliebtheit haben und unsere Kinder so bannen. Die Sozialen Onlineplattformen machen eine Vernetzung leicht, denn es steht vornehmlich nichts entgegen, was als Gefahr oder Hinderungsgrund erkannt werden kann. Man kommuniziert schnell, oft ohne nachzudenken. Genauso schnell wie eine Kommunikationsbeziehung aufgebaut werden kann, kann diese wieder gelöst werden, eine echte Verbundenheit gibt es nicht, denn alles ist virtuell.

Der Mensch ist von Haus aus ein soziales Wesen: Seit Beginn der Geschichte des Menschen ist er in Sippen, soziale Gruppen eingebunden. Wenn ein Kind auf die Welt kommt hängt es an der überlebenswichtigen Nabelschnur, verbunden mit der Mutter, die es in den Monaten vorher beschützt und ernährt hat. Erst durch das Durchtrennen löst sich diese einmalige Verbindung auf um eine neue Verbindung zuzulassen, die Liebe der Eltern. Ein Band, das nicht sicht- dafür aber fühl- und erlebbar ist. Diese Verbundenheit bleibt ein ganzes Leben. Eltern sind das Vorbild und Kinder werden erzogen, je besser,

desto besser der rote Faden, der sich als Empathie und sozialem Verhalten im Umgang mit anderen Menschen, insbesondere außerhalb der eigenen sozialen Gruppe ausprägt.

Einst lebten wir auf dem Land, dann in Städten und von jetzt an im Netz.
Mark Zuckerberg

Im Kindergarten werden neue Sozialkontakte geknüpft und in der Schule manchmal Freundschaften fürs Leben. Das Netzwerk der Menschen um das Kind, mit denen es nun zu tun haben möchte, wächst unaufhörlich. Das Gehirn merkt sich diese Beziehungen für den Rest des Lebens, Ereignisse und Erfahrungen prägen und oft erinnert man sich an bestimmte Dinge, seien es Situationen, Gerüche, Geschmack, Musik oder Namen. Je intensiver die Erfahrung und das Erlebte desto inniger das Band zu dem Ereignis. Von einer schönen Kindheit hat man sein ganzes Leben etwas. Diese unglaubliche Verbundenheit mit der Vergangenheit tröstet, stärkt und bewahrt vor anderen Erfahrungen, weil das Gehirn und das „eigene Ich“ die gemachten Erfahrungen als Anknüpfungspunkte sieht und sich daran richten kann. Je engmaschiger und stabiler die Beziehungen und das vorgelebte Erfahren im Früh- und Jugendalter war, desto einfacher fällt es, neue Herausforderungen oder Problemstellungen zu meistern.

Im Berufsleben später ist es wesentlich ein guter Netzwerker zu sein, nicht nur, dass man sogar mit einem Computer vernetzt mit einem Netzwerk agiert, sondern dass man wichtige menschliche und berufliche Kontakte aufbaut. Man bildet sich fort, erneut mit einem Leitfaden.



Sind aber nun die neuen sozialen Medien eine Gefahr für Kinder und Jugendliche? Ist diese Form der Vernetzung eher schädlich oder ein Vorteil? Soll man als Eltern diese Art der schnelllebigen Kommunikation verbieten oder schlicht darüber hinwegsehen und geschehen lassen?

In der Forschung sind die Auswirkungen der Nutzung sozialer Online-Netzwerke umstritten. Wegen der immer stärker werdenden Nutzung der Online-Kommunikation innerhalb virtueller Netzwerke sind, neben dem aktuell hoch diskutierten Thema des Datenschutzkonfliktes, im Bereich der Soziologie potenzielle Gefahren für Individuum und dessen zwischenmenschliche Beziehungen erkannt worden. Internetgegner warnen vor der Gefahr der Vereinsamung der Individuen, Befürworter wiederum erkennen die Chance einer Stärkung der sozialen Kontakte.

Online-Kritiker sehen die Tendenz zur sozialen Isolierung der Internetnutzer aus der Gefahr heraus, dass ein Rückgang der Interaktionen mit Familie und Freunden zu einer Minimierung des eigenen sozialen Netzwerks und zur Reduzierung sozialer Zugehörigkeit führen kann. Die Frage ist nun, ob dies wirklich der Fall ist, insbesondere nachdem auch soziale Beziehungen online „gegangen“ sind und die Menschen sich nicht nur im realen Leben, sondern auch virtuell verknüpfen und kommunizieren können.

Da die engsten persönlichen Kontakte niemals vollständig durch virtuelle substituiert werden können, sind der Durchdringung der eigenen sozialen Sphäre durch virtuelle Netze Grenzen gesetzt. Die wichtigsten Netzwerke für den Menschen werden auch in Zukunft

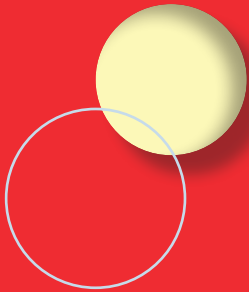
diejenigen bleiben, bei denen sich diese persönlich treffen und sich gegenseitig in die Augen blicken. Daran hat sich seit Beginn der Menschheit nicht viel verändert.

Die neuen Medien dürften aber immer wertvollere Dienste leisten, wenn es darum geht, die Menschen an einem Ort zu versammeln. Daher ist man nie falsch verbunden, eher schlecht. Lassen Sie die Kinder auf Facebook, Snapchat & Co. aber achten Sie auf die Freunde und den hochgeladenen Content. Manches kann schädlich sein und manches sogar gefährlich. Ermutigen Sie Ihr Kind ab und an zu löschen oder eine Verbindung erst gar nicht einzugehen. Achten Sie darauf, dass das Kind auch im Netz nicht schreibt was es später bereuen wird, denn das Gehirn vergisst, die Datenbank nicht. Wenn Sie mit Ihrem Kind sprechen und verständnis- und vertrauensvoll mit Facebook & Co. umgehen, stellt diese neue Form der Vernetzung durchaus einen echten Vorteil, denn das Kind lernt schneller neue Ansichten und Meinungen kennen, mit denen es sich auseinandersetzen kann. ●





Prof. Franz W. Strohmmer
med. Journalist



● Blut: ● Ein ganz besonderer Saft

DAS BLUT IST DER TRANSPORTEUR ALLER ZUM LEBEN VON ZELLEN NOTWENDIGEN STOFFE

Blut besteht aus einem flüssigen Teil und festen Bestandteilen. Der flüssige Teil enthält ca. 90% Wasser, geringe Mengen an Nähr- und Abfallstoffen, Mineralstoffe, Zucker, Enzyme (Stoffe, die bestimmte Abläufe bewirken, ohne selbst verbraucht zu werden) und wird Blutplasma genannt. Das Blutplasma ist auch Träger von Antikörpern gegen verschiedene Krankheiten. Durch die Ausscheidung eines Faserstoffes (Fibrin) kann das Plasma gerinnen und die Blutungstillung herbeiführen. Ohne diese Gerinnung würde ein Mensch schon an einer kleinen Wunde verbluten können.

Die festen Bestandteile des Blutes sind die Erythrozyten (rote Blutkörperchen) Die Erythrozyten sind kreisrunde Gebilde, welche sich im stehenden Blut geldrollenartig aneinanderreihen. Sie bestehen aus einer Gerüstmasse, in welcher der eisenhaltige rote Blutfarbstoff Hämoglobin festgehalten wird. Hämoglobin bindet Sauerstoff, bzw. Kohlensäure. Das sauerstoffreiche Blut wird zum arteriellen, hellroten Blut, das kohlenstoffhaltige zum dunkelroten, venösen Blut. Der Gasaustausch zwischen arteriellem und venösem Blut findet in den Geweben und der Lunge statt. Gebildet werden die Erythrozyten im roten Knochenmark aus Stammzellen. Beim Menschen werden etwa 160 Millionen rote Blutkörperchen pro Minute aufgebaut, ihre Lebensdauer beträgt bis ca. 120 Tage, ihr Abbau erfolgt im Wesentlichen in der Milz und der Leber. Ein Mangel an Erythrozyten wird Anämie genannt. Ein weiterer fester Bestandteil des Blutes sind die Leukozyten (weiße Blutkörperchen). Zu ihnen zählen die Granulozyten, die Lymphozyten und die Monozyten, welche gemeinsam quasi die Polizei des Körpers (Immunsystem) darstellen. Sie bewegen sich zu den Stellen, wo Krankheitskeime eingedrungen sind und bekämpfen diese bis zur Selbstvernichtung. Diesen Kampf bezeichnet man als Entzündung.

Auch allergische Reaktionen werden durch diese Blutbestandteile ausgelöst. Ein wichtiger Bestandteil sind noch die Blutplättchen (Thrombozyten), welche sich zu einem Pfropf bei Gefäßverletzungen zusammenschließen und so gefährliche Blutungen frühzeitig beenden können. Die Zahl der Leukozyten beträgt zwischen 4000 und 8000 pro Mikroliter, die der Thrombozyten ca. 150 000 bis 400 000. Die Lebensdauer der Leukozyten kann Stunden bis Jahre betragen, die der Thrombozyten 5 bis 10 Tage.

Aus Erfahrungen an Kriegsschauplätzen wussten frühere Ärzte schon, dass massiver Blutverlust zum Schock, bzw. Tod führen kann. Im 16. Jahrhundert wurde versucht, starke Blutverluste durch Blutspenden eines gesunden Spenders auszugleichen. Manche dieser Bluttransfusionen gelangen wie durch ein Wunder, andere scheiterten kläglich und schienen das Ableben noch zu beschleunigen. Bis zum 20. Jahrhundert war starker Blutverlust in den meisten Fällen ein Todesurteil. Im Jahre 1900 beobachtete der österreichische Arzt Karl Landsteiner, dass bei Vermischung des Blutes verschiedener Personen die Erythrozyten agglutinieren (miteinander verklumpen). Bei manchen Fällen blieb diese Reaktion aus. Bei weiteren Versuchen konnten 4 Blutgruppen festgehalten werden, nämlich 0, A, B, und AB, deren Verträglichkeit oder Unverträglichkeit man mit Sicherheit definieren konnte. Risikofreie Bluttransfusionen wurden von da an möglich. ●



● Mediation:
● Die Sprache der Zukunft?

KONFLIKTE SIND SO ALT WIE DIE MENSCHHEIT SELBST

Diese entstehen einfach dadurch, dass Menschen eine andere Sprache sprechen, eine andere Erziehung genossen haben, andere Wertvorstellungen haben, aus unterschiedlichen Kulturen stammen uvm.

Oftmals wissen die Streitparteien gar nicht mehr, worum es denn eigentlich geht. Gefühle geraten außer Kontrolle und es werden Handlungen gesetzt, die man so gar nicht geplant hat und nicht will.

Häufig entsteht nun die Frage, wie geht es weiter? Gehe ich zu Gericht, oder welche andere, erfolgversprechende Lösung meiner Situation bietet sich noch an?

Seit 2004 steht für eine solche, oft ausweglos erscheinende Situation, die Möglichkeit, einen Mediator zur Unterstützung heran zu ziehen.

Vom Mediator werden beide Konfliktparteien unterstützt, selbst eine Lösung ihres Konfliktes zu finden.

Ein Mediator ist fachlich ausgebildet und meist beim Bundesministerium für Justiz eingetragen.

Seine Verschwiegenheitspflicht garantiert den Konfliktparteien, dass er auch bei Gericht keine Aussagepflicht hat



und für die Konfliktparteien ist gesichert; ihr Konflikt wird nicht nach außen getragen.

Weiters wird auch, insofern schon eine Gerichtsverhandlung stattfindet, eine Verjährung gehemmt.

Seit 2004 sind im Zivilmediationsgesetz (ZivMediatG) insbesondere die Pflichten des Mediators geregelt. Er hat nach bestem Wissen und Gewissen zu handeln, muss allparteilich sein.

Ganz besonders im beruflichen Umfeld, im Wirtschaftsbereich, wo sich die meisten Menschen täglich bewegen, hat sich in den letzten Jahren die Situation äußerst angespannt. Die Gründe sind vielfältig, ausgehend von einer stagnierenden Wirtschaft, Umstrukturierungen, Mobbing, Angst vor dem Arbeitsplatzverlust, veränderte Unternehmenskulturen, etc. werden als Auslöser für Konflikte genannt. Es entstehen dadurch der Wirtschaft Milliardenverluste. In Studien wird aufgezeigt, dass ca. 15% der Arbeitszeit verwendet wird, um Konflikte zu bearbeiten.

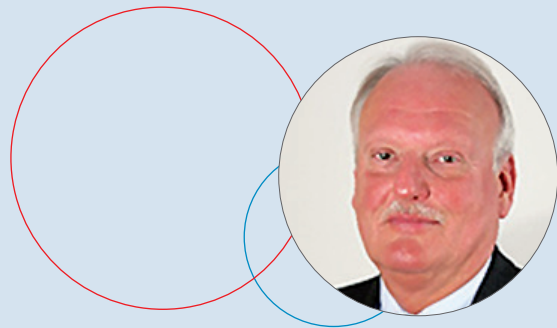
Eine große Belastung für jeden Konfliktbeteiligten, heute auch oftmals verbunden mit der Beteiligung interkultureller Gegebenheiten, wenn der ganz persönliche Lebensraum das „zu Hause“ mit Konflikten überschattet ist.

Ein Ausweichen gibt es im Normalfall nicht, man begegnet sich gezwungener Maßen immer wieder. Eine dauerhafte Lösung dieser stressbelasteten Situation ist oft nur mit der Durchführung einer Mediation möglich.

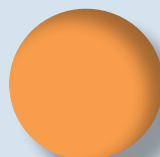
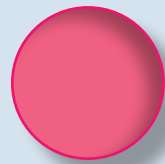
Auch die körperliche Nähe spielt oft eine große Rolle beim Auftreten von Konflikten. Häufig wird dies auch in Schulen beobachtet, wo die Schüler oft einen ganzen Tag dicht nebeneinandersitzen müssen und durch zu intensiven Körperkontakt Konflikte unausweichlich werden.

Aber auch die Lehrerschaft, die häufig hohen Belastungen ausgesetzt ist, ist vor einem Konflikt mit den Eltern und den Schülern nicht geschützt. Aber auch innerhalb der Kollegenschaft kommt es ebenso häufig zu Angriffspunkten.

Mediation kann hier eine mögliche erfolgreiche Unterstützung sein. ●



Franz Trinkl
Geschäftsführer
Eingetragener Mediator





- Professor Abakus:
- Sterntaler und Luftschlösser

Es war einmal ein kleines Mädchen, dem waren Vater und Mutter gestorben und es war so arm, dass es kein Kämmerchen hatte, darin zu wohnen und kein Bettchen, darin zu schlafen und endlich hatte es gar nichts mehr als die Kleider auf dem Leib und ein Stückchen Brot in der Hand. Und weil es so verlassen war, zog es voll Vertrauen auf ein besseres Leben in die weite Welt hinaus.....

So beginnt ein Märchen der Brüder Grimm, das damit endet, dass Sterne vom Himmel fallen und sich in Taler verwandeln, weil das kleine Mädchen das Wenige, das es selbst besaß verschenkte, bis es gar nichts mehr hatte. Es sammelte dann die Taler ein und war reich bis an sein Lebensende.

Glücklicherweise ist das noch einmal gut ausgegangen, aber auch nur, weil Märchen nicht real sind. In der Schule haben wir dann diskutiert und einen Bezug zur Gegenwart herstellen können. Für viele Menschen ist es sehr bereichernd, helfen zu können und es gibt sehr viele Menschen, die sich dafür einsetzen, dass es anderen besser geht.

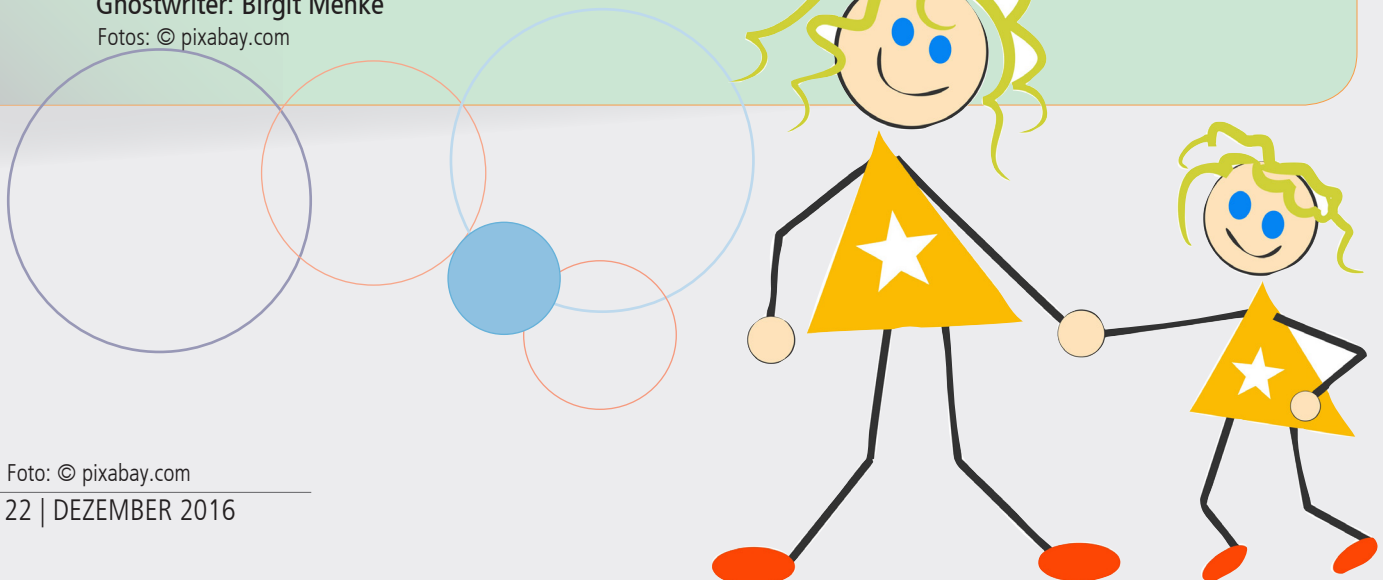
In der Klasse haben wir dann Beispiele gesammelt und fast alle Kinder kennen jemanden mit sozialem Engagement, oft in der eigenen Familie, z.B. im Sozialmarkt arbeiten, mit älteren Menschen Zeit verbringen, Essen an Obdachlose verteilen. Es gibt auch einen Handarbeitskreis mit Frauen und Männern. Der Vater von Jan näht Mützen, die er dann zu Weihnachten verkauft.

Traurig finden wir alle, dass es trotzdem immer noch so viele Kinder gibt, denen es nicht gut geht, die kein Zuhause haben und gar nicht erwünscht sind.

Wenn ich zu entscheiden hätte, würde jedes Kind ohne Angst, ohne Krieg und Hunger, behütet und geschützt sein, aber ich werde sicher nicht gefragt, wie immer. ●

Ghostwriter: Birgit Menke

Fotos: © pixabay.com



● Nachhaltig lernen:
● Wie funktioniert das?

DIESE FRAGE IST AUCH IM JOB RELEVANT



DI Roswitha Wurm
Dipl. Legasthenie-/
Dyskalkulietrainerin
www.roswitha-wurm.at

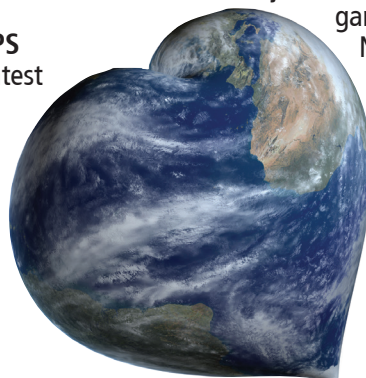
Der Begriff Nachhaltigkeit begleitet uns seit einigen Jahren in verschiedenen Lebensbereichen. „Nachhaltigkeit“ hat seinen Ursprung im englischen Adjektiv sustainable (=etwas am Leben erhalten, aufrechterhalten). Speziell im forstwirtschaftlichen, aber auch im Umweltbereich allgemein, wird der Begriff der Nachhaltigkeit verwendet. Es geht darum vorhandene Ressourcen gut und verantwortlich zu nützen, das bedeutet den Blick sowohl auf die Gegenwart als auch auf die Zukunft gerichtet zu halten.

Genau dies ist auch die Grundlage eines effektiven Lernens. Lernen hat viel mit Nachhaltigkeit zu tun. Nicht nur, weil der Lernende seine Aufmerksamkeit aufrechterhalten muss. Lernen geschieht zwar im Moment des Wissenserwerbs, aber erst durch die langfristige Abspeicherung erzielt es den erwünschten Effekt für eine zukünftige Anwendung. Damit nachhaltiges Lernen funktioniert sind individuelle Lern- und Lehrmethoden unbedingt notwendig. Denn nicht jeder lernt in der gleichen Art und Weise oder im selben Tempo.

4 SCHRITTE ZUM NACHHALTIGEN LERNERFOLG

1. BESTIMMEN DES LERNTYPS

Dies kann durch einen Lerntypentest erfolgen oder durch Eigenbeobachtung. Dabei sollte beachtet werden, dass die meisten nicht ausschließlich auditive, optische oder kinästhetische Lerntypen, sondern Mischtypen, sind.



2. INDIVIDUELLE LERNSTRATEGIEN FINDEN

Optische Typen lernen häufig mit Lernkärtchen, Post-its, Memories, Mind Mapping oder der Loci Methode. Akustische Typen bevorzugen LernCDs, iPod, Videos und DVDs. Kinästhetische Lerntypen sind die Praktiker. „Learning by doing“ ist ihr Motto, sie bewegen sich gerne beim Lernen.

3. GELERNTES ANWENDEN UND WEITERGEBEN

Einen hohen Lerneffekt zeigt es, wenn Gelerntes jemandem anderen erklärt werden muss. Lassen Sie Schüler zu Lehrenden werden.

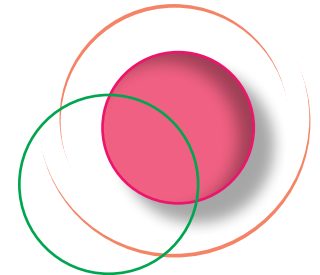
4. MIT FREUDE LERNEN

Lernen darf und soll Spaß machen! Was gerne gelernt wird, prägt sich erfahrungsgemäß besser ein, weil der Gedanke an den Lernstoff oder das Unterrichtsfach mit positiven Gefühlen verbunden ist.

Ein interessantes Beispiel dafür ist das Unterrichtsfach Mathematik, das oft sehr theoretisch und angstbezogen unterrichtet wird. Das angstvolle Zählen, ob genügend Kompetenzpunkte im Teil 1 der Schularbeit erreicht werden, um eine positive Note zu erzielen, führt dazu, dass bereits wenige Monate nach der Matura viele Lerninhalte von den Maturanten vergessen werden. Dabei kann Mathematik so spannend und lebensbezogen sein! Es gibt Lehrer, die dies sehr gut bewerkstelligen. Der Erfolg gibt ihnen Recht!

Pädagogen, die mit ihrem Unterricht für ihr Fach begeistern können (und das ist bei jedem Fach möglich!) sind „sustainable teachers“ – Lehrer, die garantieren, dass Schüler auch als Erwachsene offen sind Neues zu lernen.

Wir Lehrer dürfen das Ziel haben Freude am Lernen zu vermitteln! Dann kann es uns gelingen unsere Schüler auf ihrem Weg zu wissbegierigen Erwachsenen zu begleiten, die ihr geistiges Erbe auch an zukünftige Generationen weitergeben. Frei nach Pestalozzi: Lerne den Kindern es mit Freuden selbst zu tun! Wenn das gelingt, dann funktioniert nachhaltiges Lernen beinahe von selber! ●





Patricia Weiner
Jugendcoach
Erziehungsberaterin
Elternbildnerin
www.nah-am-leben.at

● Trotz, Wut und Aggression – Teil 3: ● Ursprung ganz „normaler“ Emotionen

WUT IST EINE IN UNS MENSCHEN VERANLAGTE GRUNDEMOTION

Wut gehört laut dem amerikanischen Psychologen Paul Ekman zu den sieben Grund- oder Basisemotionen des Menschen. Fröhlichkeit, Ekel, Furcht, Verachtung, Traurigkeit, Überraschung und eben die Wut seien die sieben Emotionen, die jeder Mensch unabhängig von seiner Abstammung und Kultur in sich trüge und auslebe. Auch Kinder sind schon sehr früh fähig diese Gefühle zu spüren.

Aggression an sich ist ein biologisch fundiertes Verhaltensmuster, das der Menschheit ihr Überleben gesichert hat. Diese in uns veranlagte Aggression treibt uns an, im Leben voranzugehen, Spitzenleistungen zu erbringen und unser sowie das Leben anderer zu schützen. Somit sind Aggressionen durchaus sinnvoll, für unser Vorankommen, für das Erreichen von Zielen, für das Setzen von persönlichen Grenzen, zur Selbstverteidigung und als Motor für Wut und Ärger.

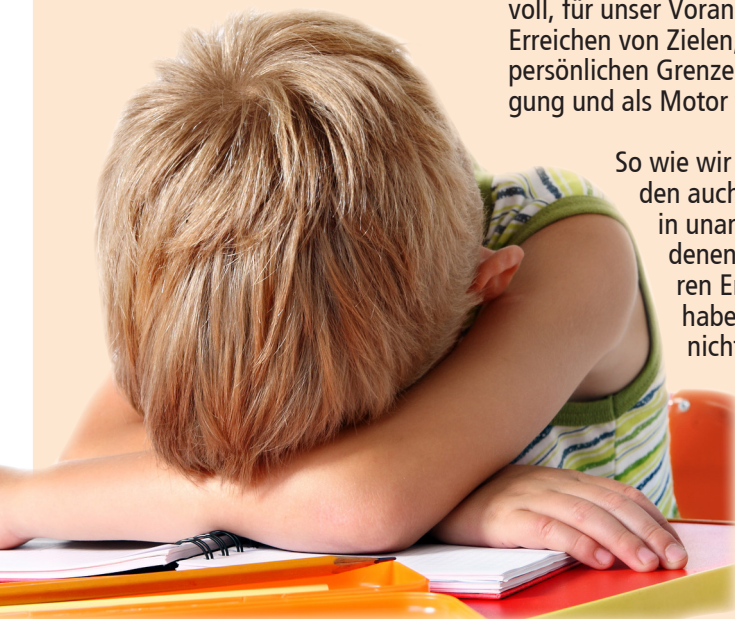
So wie wir Erwachsenen werden auch Kinder manchmal in unangenehm empfundenen Situationen von ihren Emotionen überrollt, haben aber oft noch nicht gelernt konstruktiv mit Wut und Aggression umzugehen. Situationen können je nach Entwicklungsstand des Kindes unterschiedlich bewertet werden und damit zum

Wutausbruch führen oder eben auch nicht.

Generell zeigt uns das Verhalten des Kindes, wie es sich jetzt gerade fühlt und dass es mitunter auch sehr frustriert ist aufgrund seiner eigenen Begrenzung. Im Laufe der Entwicklung erkennt ein Kind immer mehr, dass es ein eigenständiger Mensch ist, der einen eigenen Willen hat, etwas wollen und nicht wollen kann.

Im Rahmen der Umsetzung des eigenen Willens und der Autonomiebestrebungen stößt das Kind aber regelmäßig auf natürliche und von außen gesetzte Grenzen. Diese Situation ist überfordernd sowie frustrierend, wird als unangenehm als auch einschränkend erlebt und löst negative Emotionen aus, die ausagiert werden möchten. Die sogenannte(n) „Trotzphase(n)“ in der Entwicklung eines Kindes kann/können somit auch als Autonomiephase(n) und als Bestreben des Kindes nach Selbständigkeit verstanden werden.

Jedes Kind ist ein Individuum, das eine eigene Persönlichkeit und ein eigenes Temperament in sich trägt, welche die Heftigkeit und das Vorkommen von Wutanfällen und aggressiven Verhaltensweisen mitbeeinflussen. Neben dieser Tatsache gibt es allerdings auch noch zahlreiche Gründe und verstärkende Faktoren, die hinter auffallend heftigen aggressiven Ausbrüchen stecken können. Diese Ursachen verdienen gesonderte Aufmerksamkeit von uns als Erwachsenen, denn die Rahmenbedingungen für kindliches Erleben können und müssen von uns gesteuert werden. Wir erschaffen den Rahmen, in dem sich das Kind entwickeln darf und damit auch einen Rahmen in dem mehr oder weniger Raum für auffallend aggressive Verhaltensweisen besteht. Mit diesen Gründen hinter und verstärkenden Faktoren von Trotz, Wut und Aggression werde ich mich in der nächsten Ausgabe beschäftigen. ●



● Die Matura als Opener: ● Nutzen Sie Ihre Chancen

Im November hatte ich wieder die Freude und Ehre am Podium des Gewinn-Info-Days zu sitzen und mit Jugendlichen, die 2017 maturieren werden, über die Zeit danach zu diskutieren. Das Gespräch wurde von dem Redakteur Erich Brenner moderiert und Frau Mag. Monica Rintersbacher, Geschäftsführerin der Leitbetriebe Austria, diskutierte mit mir und wir haben uns bemüht die Fragen der sehr engagierten und motivierten jungen Leute zu beantworten.

Gerne fasse ich Ihnen, geneigte Leserinnen und Leser, die wichtigsten Erkenntnisse zusammen:

- die Matura ist keine Endstation und darf auch keine sein. Nach der Matura empfiehlt sich eine Lehre (ja, Sie haben richtig "gehört", Matura und Lehre sind absolut) oder ein Universitätsstudium.
- sich nach der Matura in den Arbeitsmarkt eingliedern und in 2-3 Jahren berufsbegleitend an einer FH zu studieren ist ebenfalls top. Die Kombination aus Berufserfahrung und Studium ist am Arbeitsmarkt sehr gefragt.
- Englisch ist extrem wichtig, um die Chance auf Karrieresprünge zu haben.
- junge Damen und Herren mit Migrationshintergrund sollten der zweiten Muttersprache große Bedeutung und Aufmerksamkeit schenken. Wer in Österreich geboren ist und daher exzellent Deutsch sprechen sollte und zusätzlich auf hohem Niveau Serbo-Kroatisch, Türkisch oder Arabisch spricht, zählt zu den absoluten "Objekten der Begierde" der international tätigen Unternehmen.
- Facebook kann zum Stolperstein auf dem Weg zur großen Karriere werden - daher keine compromittierenden Fotos - keine Nacktfotos, keine Fotos sturzbetrunken unter dem Tisch liegend. Achtung - keine rassistischen oder extremen politischen Äußerungen.
- gute Manieren und gepflegtes Äußeres zahlen sich aus. Klingt lustig, stimmt aber!
- Berufe der Zukunft sind in den Bereichen Audit, Compliance, Big Data und Regulatory Affairs zu suchen. Besonders interessante Branchen sind generell im Dienstleistungssektor, im Gesundheits- und Pflegebereich und nicht zuletzt im Tourismus.
- zu bedenken gilt, dass Österreich geprägt ist von Klein- und Mittelbetrieben und die haben auch sehr interessante Aufgaben anzubieten - nicht nur die großen Konzerne.
- und schlussendlich: Österreich besteht nicht nur aus Wien, stark im Kommen ist der Großraum Linz-Steyr-Wels aber auch der Großraum Graz und natürlich Salzburg. ●



Tina Čakara
Studentin
Junge Autorin

- Weihnachten:
- Was bedeutet das jungen Menschen?

EINE GENERATION AUF DER SUCHE NACH RUHE UND GEBORGENHEIT

Altere Generationen sind heutzutage oft der Meinung, dass junge Menschen nur noch von ihrem Konsumverhalten und dem Drang nach Materiellem gesteuert werden, sodass sie die wahren Werte und Bedeutungen von Weihnachten nicht mehr kennen. Teure Geschenke seien das einzige was zählt und langweilige Familienfeste würden nur deswegen ertragen werden. Weil ich dieser Meinung über die junge Generation und ihrer Einstellung zu Weihnachten einfach nicht zustimmen kann, habe ich mich in meinem Freundeskreis ein wenig umgehört. Die Aussagen, die ich zum Thema Weihnachten von meinen Freunden bekommen habe, haben mich selber überrascht!

DAS BEISAMMENSEIN ZÄHLT
Für jeden Menschen hat Weihnachten natürlich eine etwas andere Bedeutung. Doch was alle meine Freunde mir als erstes antworteten, als ich sie nach ihren Gedanken über Weihnachten fragte, war die Wichtigkeit der Familie und der Freunde bei diesem Fest. Nicht Geschenke wurden an erster Stelle genannt, sondern das Beisammensein mit seinen Liebsten. An Weihnachten kommen alle zusammen, versammeln sich vor dem Christbaum und genießen die Zeit der Ruhe und Geborgenheit. Meinen Freunden sind die gemeinsamen Erinnerungen, die sie mit ihren Familien und Freunden erleben, am allerwichtigsten. Dazu zählen auch gewisse Traditionen und Rituale, die alle Jahre wieder durchgeführt werden, wie beispielsweise das Weihnachtsessen.

DER WAHRE GRUND FÜR WEIHNACHTEN

Bei der Wichtigkeit von Religion an Weihnachten spalteten sich die Meinungen meiner Freunde. Die einen sagten, dass die ursprüngliche religiöse Bedeutung von Weihnachten heute in den Hintergrund gedrängt worden sei. Den anderen aus katholischen Familien stammenden Freunden hingegen war es wichtig zu betonen, dass Religion eigentlich der wahre und einzige Grund für Weihnachten sei. Gewisse Traditionen müssten daher bewahrt werden. Dazu zählen das Besuchen der Weihnachtsmesse oder eines Krippenspiels.

GESCHENKE ALS „NETTE NEBENSACHE“

Beinahe alle meiner Freunde waren sich in Sachen Geschenke einig: individuell, persönlich und am besten selbstgemacht. Der Preis spiele dabei keine Rolle, denn der Wert sei sowieso immer größer, wenn das Geschenk von Herzen komme. Überraschenderweise sprachen meine Freunde immer zuerst über die Geschenke für die anderen und erwähnten erst dann oder manchmal sogar gar nicht, was sie sich selber wünschten. Geschenke seien nur eine nette Nebensache, meinten einige meiner Freunde. ●



- Kinderrechte umsetzen:
- **Alle Kinder haben Rechte!**

WIR ALLE SIND AUFGEFORDERT, KINDER ZU SCHÜTZEN

Der Tag der Kinderrechte am 20. November soll daran erinnern, dass Österreich an jenem Tag die UN-Kinderrechtskonvention unterschrieben hat. Leider sind Kinder auf der ganzen Welt - auch in Österreich - immer noch massiv mit Kinderrechtsverletzungen konfrontiert: Kinder sind Opfer von Gewalt, Kinder haben im Bildungssystem nicht die gleichen Chancen, Kinderflüchtlinge haben nicht immer adäquate Bildungs- oder Berufsangebote, Kinder mit Behinderungen haben oft lange Wartezeiten auf Therapie- und Rehabilitationsplätze, Kinder leiden unter Mobbing und sind in der Schule unter Druck, Kinder leiden in Scheidungs-/Trennungssituationen am meisten, Kinder haben wenig Platz im öffentlichen Raum, Kinder sind von Armut besonders betroffen, etc.

Um den Kindern ihre Rechte auch im Kindergarten und Hort erfahrbar zu machen, gestalten die PädagogInnen ihren pädagogischen Alltag alleine schon durch ihre Haltung zum Kind im Sinne der Kinderrechte: Sie begegnen jedem Kind auf Augenhöhe und bringen dem/der Heranwachsenden Respekt entgegen. Respekt hat viele Seiten: das Kind ausreden zu lassen, seine Meinung anzuhören und ernst zu nehmen, es in Planungen mit einzubeziehen oder bei Entscheidungen mitbestimmen zu lassen. Das sind nur einige Aspekte aus kinderrechtlicher Sicht, mit denen unsere PädagogInnen Kinder in der Wahrnehmung ihrer Rechte stärken.

In einigen Horten gehen wir noch einen Schritt weiter: Bei regelmäßigen Kinderkonferenzen werden Vorschläge gesammelt, Entscheidungen getroffen, Aufgaben verteilt, Probleme besprochen und diese vor allem auch reflektiert - unter besonderer Beachtung der demokratischen Handlungsebene. Sehr hilfreich dabei ist das Kinderrechte-Set, das wir entwickelt haben.

HILFREICHES KINDERRECHTE-SET

Im Set enthalten sind viele Informationen über die Kinderrechte sowie eine Methoden- und Materialsammlung, die auf alle Altersgruppen im Kindergarten und Hort eingeht. Die Materialien sind gut gegliedert und vor allem schnell und einfach umsetzbar. Der Vertiefung dienen eine Aufreihung von Fachliteratur, Links und Weiterbildungsmöglichkeiten im Set. Darüber hinaus gibt es im Intranet Beschreibungen von erprobten Spielen zum Thema, die von den PädagogInnen laufend ergänzt und kommentiert werden.

Die Kinderrechte-Arbeit im Kindergarten und Hort gibt Kindern die Chance, zu erfahren, was es bedeutet, wenn Kinderrechte aktiv umgesetzt werden. So werden sie befähigt, diese auf ihrem weiteren Lebensweg einzufordern und in späterer Folge auch ihren eigenen Kindern vorzuleben. Damit erfüllt sich ein wesentlicher Aspekt: Junge Menschen zur Mitbestimmung und Demokratiefähigkeit zu führen. ●



Michaela Müller-Wenzel
Mediensprecherin der
Wiener Kinderfreunde
<http://wien.kinderfreunde.at>

Das Kinderrecht-Set ist um EUR 35,- (zzgl. Versand) erhältlich bei:
Österreichische Kinderfreunde
Tel: +43/1/512 12 98 - 53
Mail:
kind-und-co@kinderfreunde.at
online:
www.wien.kinderfreunde.at/Shop2/Aktionen-Kampagnen/Kinderrechte/Kinderrechte-Set



Dipl.-Ing. Alexander Ristic
Berater für
Identitätsmanagement

● Glück als oberstes Staatsziel: ● Bhutan

BRUTTONATIONALGLÜCK ALS ALTERNATIVE ZUM WACHSTUM

In dem kleinen Königreich im Himalaya, zwischen Indien und China, gilt nicht das Wirtschaftswachstum als Maß der Dinge, sondern die Zufriedenheit seiner Einwohner. Bhutan hat 750.000 Einwohner und ist das einzige Land der Welt, dem das Glück seiner Bewohner wichtiger ist als sein wirtschaftlicher Erfolg.

Wann geht es einem Land wirklich gut? Wenn die Menschen viel lachen, viel Freizeit haben oder wenn sie viel verdienen?

In Bhutan fragte sich 1986 König Wangchuk, wie er die Zufriedenheit seines Volkes erhöhen könne. Er formulierte vier Leitlinien: Bewahren und Fördern der Kultur; Leben im Einklang mit der Natur; gerechte Wirtschaftsentwicklung; gutes Regieren. So entstand das Konzept, dass er später »Gross National Happiness« nannte.

Bhutan geht nicht davon aus, dass die Regierung die Menschen glücklich machen kann oder auch nur soll. Der Mensch soll selbst entscheiden, was sein persönliches Glück ist. Der Staat sei nur für die Rahmenbedingungen verantwortlich: Erziehung, kostenlose Bildung und Gesundheit, Bewahrung von Natur und Kultur – und natürlich auch für gutes Einkommen.

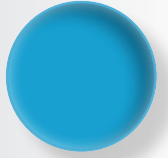
Heute müssen neue Häuser in Bhutan im traditionellen Stil gebaut werden. Bei der Arbeit tragen die Menschen die Nationaltracht, Zigaretten und Plastiktüten sind verboten.

Acht Zehntel der Landesfläche Bhutans sind bewaldet. Der Strom kommt zu 100 Prozent aus erneuerbarer Energie – der Export von Hydroelektrizität nach Indien ist der größte Devisenbringer.

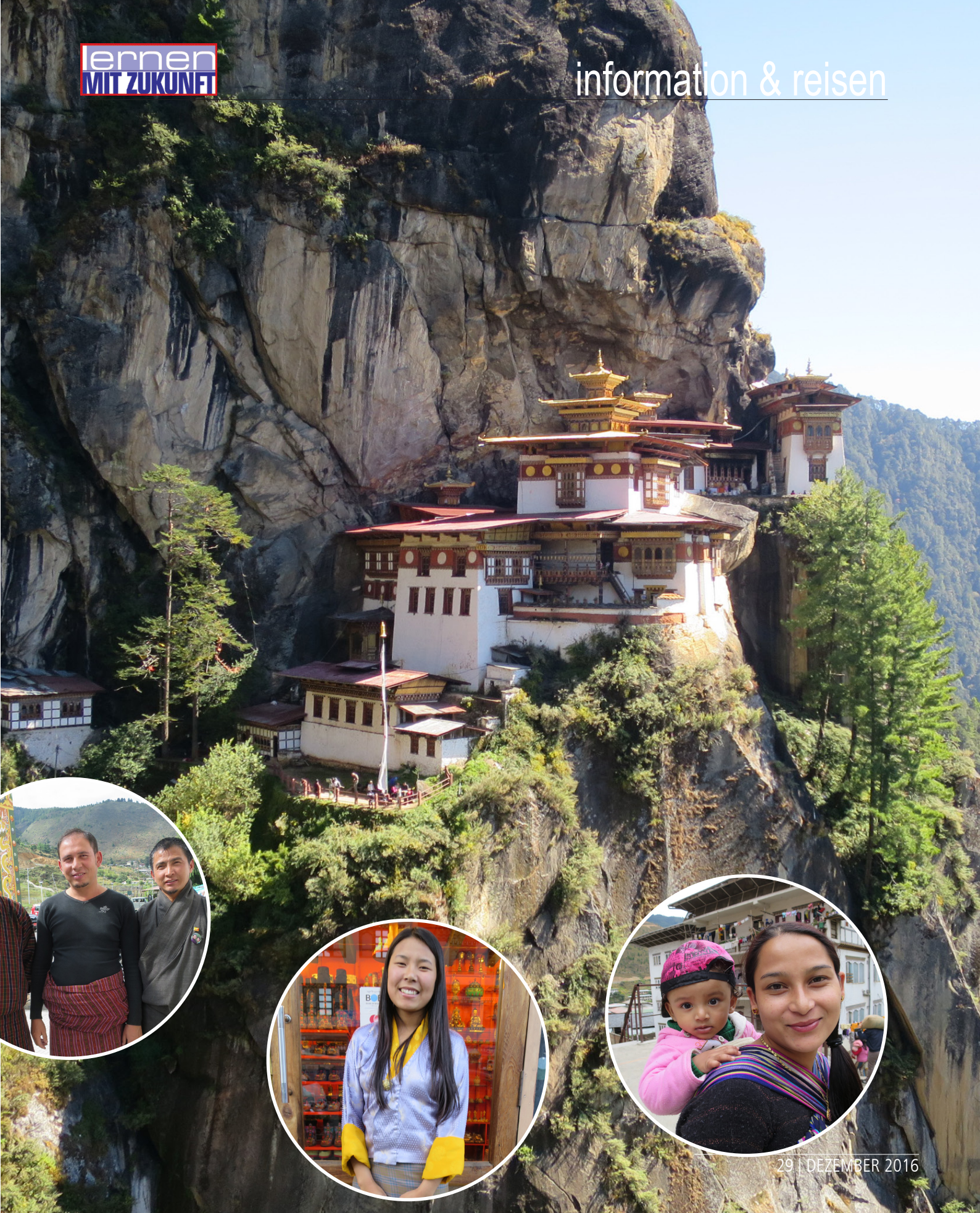
Wo liegt überhaupt der Unterschied zu dem, was andere Staaten machen? Im Westen schau man nur auf die materielle Seite. Je mehr Geld, desto besser. In Bhutan sei Wachstum ein Mittel, aber nicht das Ziel.

Man kann das Bruttoinlandsglück als ein Haus mit vier Säulen beschreiben. Nur wenn alle Säulen gleich groß sind: wenn Kultur, Umweltschutz, Wirtschaftswachstum und gutes Regieren gleichermaßen berücksichtigt werden, lässt sich ein Dach darauf bauen. In bhutanischen Augen ist der Kapitalismus ein Haus mit nur einer Säule – dem Wirtschaftswachstum. Ein Haus mit nur einer Säule stürzt ein, früher oder später.

Man darf sich Bhutan nicht als einen paradiesischen Zustand vorzustellen. Es ist ein kleines Land mit vielen Problemen. Aber es versucht ehrlich seinen Weg zu gehen. ●



Fotos: © Alexander Ristic



- Kommunikation mit LERNEN MIT ZUKUNFT
- Unser Treffpunkt in der digitalen Welt

WIR ZEIGEN IHNEN DIE MÖGLICHKEITEN, MIT UNS IN KONTAKT ZU TRETEN BZW. UNSER MAGAZIN AUF IHREM MOBILEN GERÄT (SMARTPHONE & TABLET) ODER AUF IHREM DESKTOP ZU LESEN

Ihr wichtigster Link:

<http://www.yumpu.com/kiosk/Lmzukunft>

Sie betreten unseren KIOSK und können:

- unsere Magazine der Jahre 2014, 2015 und 2016 kostenfrei aufrufen und lesen, sowie
- direkt auf unsere Homepage wechseln.

Wenn Sie unseren KIOSK direkt auf Ihrem Smartphone aufrufen möchten empfehlen wir Ihnen die APP herunterzuladen.

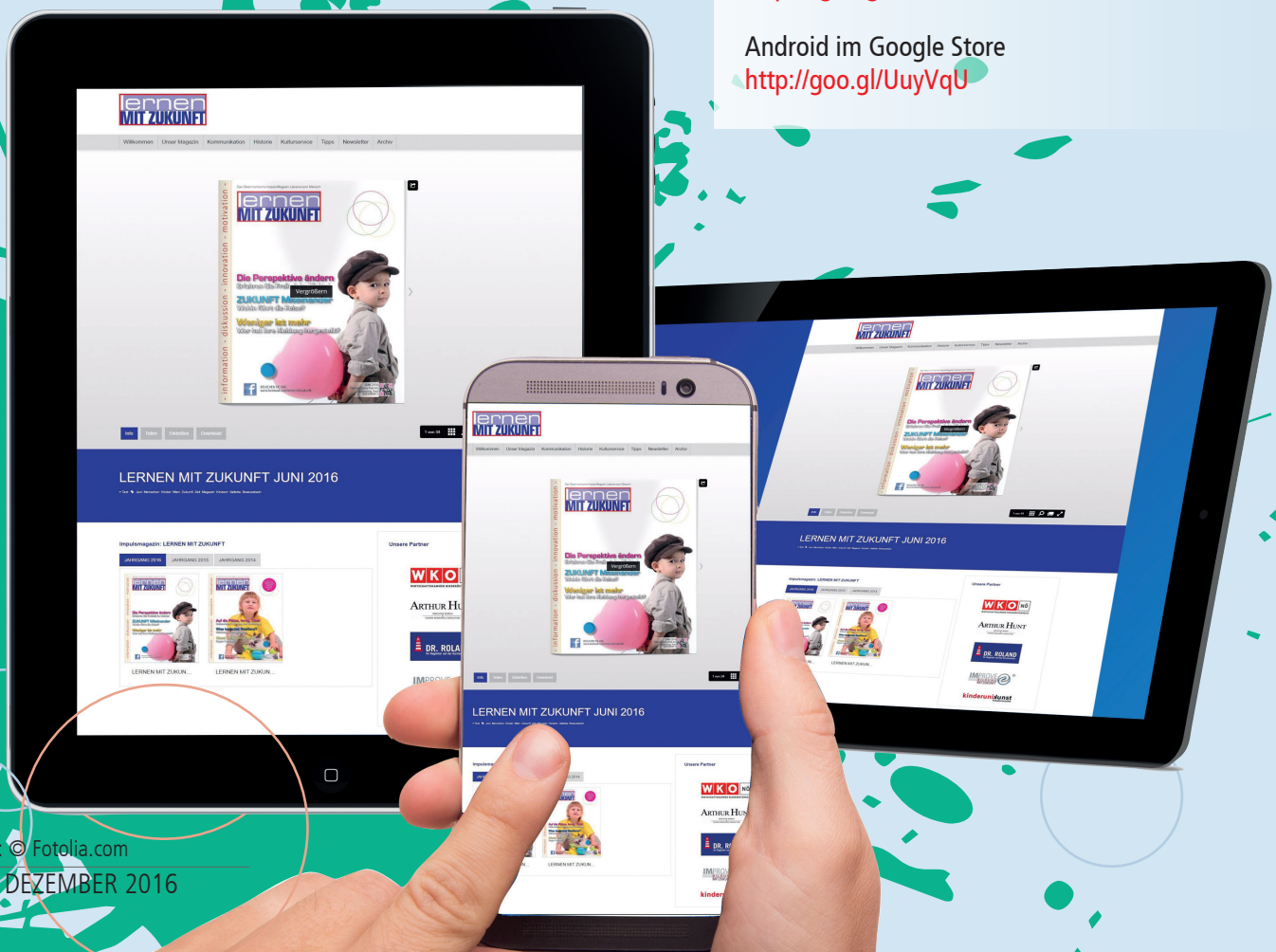
Empfehlen Sie uns weiter

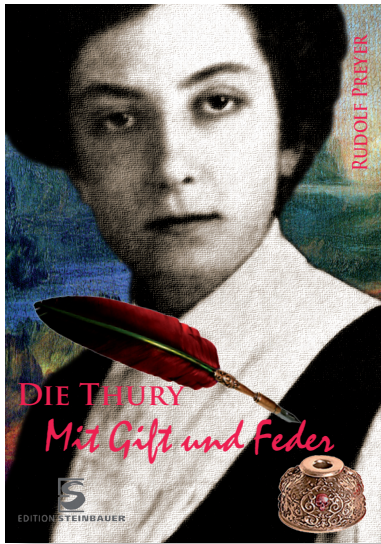
iOS im Apple Store

<https://goo.gl/IG7CIU>

Android im Google Store

<http://goo.gl/UuyVqU>





Die Thury: Mit Gift und Feder Brisantes Stück Zeitgeschichte

Elisabeth Thury galt jahrelang als Grande Dame des österreichischen Journalismus. Dabei war die 1894 geborene, aus einem serbischen Fürstengeschlecht stammende Milica von Vukobrankovics, in zwei spektakulären Schwurgerichtsprozessen unter Anklage gestanden. Der Vorwurf: Versuchter Giftmord.

Nach einer Kerkerhaft ändert sie ihren Namen und beginnt als Elisabeth Thury eine Karriere als politische Journalistin – dafür wird sie ins KZ Ravensbrück deportiert, wo sie als Lagerälteste zahlreiche Menschenleben rettet. Wieder in Freiheit, beteiligt sich Thury an der Gründung der APA.

Journalist und Autor Rudolf Preyer hat seine akribische Recherche in ein brisantes Stück Zeitgeschichte verpackt.

Preyer, Rudolf

Die Thury: Mit Gift und Feder | Broschur, 192 Seiten | Format: 16,5 x 23,5 cm | ISBN: 978-3-902494-48-1



Lehren & Lernen
mit
Leichtigkeit!



- > unterstützt Lehrer und Lehrerinnen, Schülerinnen und Schüler sowie Eltern
- > ist Lernen und Lehren mit Leichtigkeit - unabhängig von Zeit und Ort
- > fördert durch seinen spielerischen Zugang ein motiviertes Lernen

Das Ziel von YaClass ist, dass...

- ... **Lehrerinnen und Lehrer** die Effizienz ihres Unterrichts weiter steigern, indem sie Zeit gewinnen.
- ... **Schüler und Schülerinnen** Lerninhalte verstehen, behalten und anwenden.
- ... **Eltern** ihre Kinder im Schulalltag noch besser begleiten können.

UNTERSTÜTZUNG
FÜR LEHRER

WISSENSTRAINER
FÜR SCHÜLER

INFORMATION
FÜR ELTERN



DIESE WORKSHOPS WIRST DU NIE VERGESSEN

www.stagefreaks.at



www.improve.or.at

ARTHUR HUNT

EXECUTIVE SEARCH
&
HUMAN RESOURCES CONSULTING

kinderuni **kunst**
kreativwoche



DR. ROLAND

Ihr Begleiter auf der Karriereleiter.

 **frag-jimmy.at**

Als Lehrling an die Uni?

- ➔ Auf www.frag-jimmy.at erfährst du alles über die vielen Vorteile der Berufsreifeprüfung, die dir Lehre und Matura ermöglicht. Sie besteht aus vier Teilprüfungen: Deutsch, Mathematik, lebende Fremdsprache und deinem Fachbereich. Pro Teilprüfung dauert der Vorbereitungskurs zwei Semester. Danach steht dir die Welt des Wissens und der Bildung offen. Nütz deine Chance!

Bis dann auf www.frag-jimmy.at, dein

Jimmy

WKO **NÖ**

