

## Einladung

### zum Vortrag des Nachwuchsnetzwerks Deutschdidaktik

#### *„Resilienz für Nachwuchswissenschaftler:innen - Auch in herausfordernden Zeiten stark in Alltag und Arbeit“*

Referent: Dr. Michael Ziegler (Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg)

Belastende Situationen im wissenschaftlichen und privaten Alltag stellen Nachwuchswissenschaftler:innen immer wieder vor neue Herausforderungen. Resilienz (psychische Widerstandsfähigkeit) kann dabei helfen, sich schnell von Rückschlägen zu erholen und an diesen Herausforderungen sogar zu wachsen. Für die Aufrechterhaltung und Stärkung der psychischen Gesundheit ist dabei insbesondere der konkrete Umgang mit Herausforderungen bzw. deren Bewältigung entscheidend. In diesem Vortrag werden typische Herausforderungen für den wissenschaftlichen Nachwuchs thematisiert sowie die Resilienz und deren Zusammenhang mit der psychischen Gesundheit erläutert. Darüber hinaus werden ein Instrument zur Einschätzung der individuellen Resilienz sowie praxisnahe Maßnahmen zur Förderung derselben vorgestellt.

Informationen zum Referenten:

Dr. Michael Ziegler ist Diplom-Psychologe am Lehrstuhl für Psychologie, insbes. Wirtschafts- und Sozialpsychologie der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg. Zu seinen Forschungsschwerpunkten zählen neben Resilienz am Arbeitsplatz auch Eskalation von Commitment.

Der Vortrag wird am **24. Mai 2022** von **18.00-20:00 Uhr** via Zoom stattfinden. Nach dem Vortrag bietet sich zudem die Möglichkeit, Fragen an den Referenten zu stellen.

Bitte meldet euch bis zum 20. Mai 2022 formlos bei Kirstin Ulrich ([kirstin.ulrich@fau.de](mailto:kirstin.ulrich@fau.de)) an. Wenn Ihr bereits jetzt konkrete Fragen habt, könnt ihr diese mitschicken und wir leiten sie im Vorfeld an Dr. Michael Ziegler weiter. Weitere Einzelheiten (z.B. Zoom-Zugang) zum Vortrag werden nach der Anmeldephase bekannt gegeben.