

Titel: Gefordert im Beruf, genervt im Alltag, gedrängt zur Selbstoptimierung: Wie wir im Laufrad der Wettbewerbsgesellschaft straucheln.

Seminar-Nr.: BUN 326603231
Termin: 20.09. – 25.09.2026
Veranstalter: DGB Bildungswerk e.V, Politische Erwachsenenbildung
Veranstaltungsort: DGB Tagungszentrum Hattingen, Am Homberg 44-50, 45529 Hattingen
Seminarleitung: Daniel Brandhoff (M.A. Deutsche Sprache und Literatur, Europ. Ethnologie, Soziologie), Sarah Lillemeier (Bildungsreferentin)

Die genannten Seminarleitenden führen das Seminar selbst durch. Die einzelnen Lerneinheiten werden von ihnen in inhaltlich-methodischer Weise gestaltet und abwechselnd, bisweilen auch gemeinsam durchgeführt. Zusätzliche, externe Referent*innen werden im Programm an entsprechender Stelle aufgeführt.

Sonntag

19.00 – 21.00 Uhr
Seminarleitung durchgehend anwesend
Anreise bis 18.00 Uhr (Abendessen)/ Seminarbeginn 19.00 Uhr
Begrüßung der Teilnehmenden
Vorstellung der Teilnehmenden und ihrer Erwartungen an das Seminar
Vorstellung des Seminarprogramms

Montag

08.45 – 12.30 Uhr
inkl. 15 Min. Pause
Termine-Zeitdruck-Stress: Problemaufriss und erster Meinungsaustausch
Betrachtungen jenseits der individuellen Problemlagen

- Selbstoptimierung und die ökonomischen Verhältnisse

12.30 – 14.45 Uhr
Mittagspause

14.45 – 18.00 Uhr
inkl. 15 Min. Pause
Krankheit und Gesellschaft

- Exkursion in die Medizin: Stress – das passiert im Körper
- Krankheitsausfälle: Gewinnen vor allem psychische Erkrankungen an Bedeutung?
- Ist „Burnout“ eine „neue“ Krankheit unserer Zeit?

ab 18.00 Uhr
Abendessen

Dienstag

08.45 – 12.30 Uhr
inkl. 15 Min. Pause

Mentale Infrastrukturen

- Verinnerlichen wir die wirtschaftliche Wachstumslogik?

12.30 – 14.45 Uhr

Mittagspause

14.45 – 18.00 Uhr
inkl. 15 Min. Pause

„Feierabend war gestern“

- Historischer Rückblick: Stellung der Arbeit in der Erwerbsgesellschaft
- Ist Arbeit heute mehr als bloßer „Broterwerb“?
- Selbstverwirklichung als Einfallstor für Selbstausbeutung?

ab 18.00 Uhr

Abendessen

Mittwoch

08.45 – 12.30 Uhr
inkl. 15 Min. Pause

Entgrenzte Arbeit – entgrenztes Leben?

- Lösen sich die Grenzen zwischen Erwerbs- und Privatleben auf?

12.30 – 14.45 Uhr

Mittagspause

14.45 – 18.00 Uhr
inkl. 15 Min. Pause

„Der flexible Mensch – Die Kultur des Neuen Kapitalismus“

- Richards Sennetts Überlegungen zu ökonomischer Flexibilität, psychischer Stabilität und sozialem Zusammenhalt

ab 18.00 Uhr

Abendessen

Donnerstag

08.45 – 12.30 Uhr
inkl. 15 Min. Pause

„Das gesunde Unternehmen“

- Welche Rolle spielen das betriebliche Gesundheitsmanagement und der Arbeitsschutz?

12.30 – 14.45 Uhr

Mittagspause

14.45 – 18.00 Uhr
inkl. 15 Min. Pause

„Wie Krokodile vertrauen schaffen“: Die neue Selbstständigkeit im Unternehmen

- Führungskulturen im Vergleich

ab 18.00 Uhr

Abendessen

Freitag

08.15 – 13.00 Uhr
inkl. 15 Min. Pause

Erschöpft sich der Wettbewerbskapitalismus selbst?

- Wie können wir das Laufrad der Wettbewerbsgesellschaft verlassen?
- Welche Akteur*innen spielen dabei eine zentrale Rolle?

Seminarbewertung und Abschluss

13.00 Uhr

Mittagessen und Abreise

Zielgruppe:

Alle politisch Interessierten

Lernziele:

Im Erwerb von Kenntnissen gemäß dem vorliegenden Themenplan und dem Meinungsaustausch dazu sollen die Teilnehmenden ihre politische Urteilsfähigkeit sowie ein Problem- und Verantwortungsbewusstsein für eine demokratische und solidarische Gesellschaft stärken, indem sie:

- Die Idee kennenlernen, dass individuelle Erschöpfung auch als sozial bedingte Erschöpfung in Zeiten ökonomischer Transformationen zu verstehen ist.
- Sie sich eingehend mit den ökonomischen Transformationen auseinandersetzen können und sich selbst dazu verorten können.
- Sich mit Ideen zur Überwindung der „gesellschaftlichen Erschöpfung“ auseinandersetzen können und eigene Ideen auf der individuellen, betrieblichen und politischen Ebene entwickeln können.

Methoden:

- (Kurz-)Referate und Lehrgespräche (z.T. in Verbindung mit multimedialen Präsentationen)
- (Impulsinduzierte) Plenumsdiskussionen
- Einzel-, Partner- und Kleingruppenarbeit
- Textanalyse
- Pro- und Contra-Diskussionen, Lernintervalle
- Videos, Fotomaterial
- Präsentationen auf Wandzeitungen
- Recherchen im Internet
- Rollen- bzw. Planspiel

Änderungen vorbehalten