

**Veranstalter:**

B.B.W. St. Franziskus Abensberg  
Regensburger Straße 60  
93326 Abensberg



## 17. Abensberger Fachtagung

### „Einsam oder allein – isoliert oder selbstbestimmt?“

Ein unterschätztes Spannungsfeld  
im Leben junger Menschen

6. Oktober 2020

**Anmeldung:**

Unser Anmeldeformular  
finden Sie unter  
[https://www bbw-abensberg.de/  
fachtagungen](https://www bbw-abensberg.de/fachtagungen)  
oder mit beigefügtem QR-Code



**Tagungsbeitrag:**

80,- € incl. Verpflegung bei Teilnahme  
an der Präsenzveranstaltung,  
50,- € bei Teilnahme über den Livestream

**Kontakt:**

Abensberger Reha-Akademie  
Telefon: 0 94 43 709-378  
Telefax: 0 94 43 709-379  
E-Mail: [fachtagung@bbw-abensberg.de](mailto:fachtagung@bbw-abensberg.de)  
Internet: [www bbw-abensberg.de](http://www bbw-abensberg.de)

**Anreise:**

A93 (München-Regensburg-München)  
Ausfahrt Abensberg  
B16 (Ingolstadt-Regensburg)



Träger:  
Katholische  
Jugendfürsorge  
der Diözese  
Regensburg e.V.

Bildnachweis: B.B.W. St. Franziskus, Fresnel\_shutterstock\_333625508

ALLEINEinsamFREIHEIT  
verlassenSELBSTÄNDIG  
STILLEgekränktWUT  
FREIRAUMtraurig  
inspiriertANGST  
DIE SEELE BAUMELN  
LASSEN SCHMERZ  
unsichtbarENTSPANNT  
LEEREABGELEHNT  
introvertiertRUHE  
AUSZEHNT



**Neu: Jetzt auch  
im Livestream!**

Es ist schon eigenartig, wie wir es genießen, wenn wir alleine sein können,  
aber daran verzweifeln, wenn wir alleine sein müssen.

Einsamkeit betrifft oft junge Menschen. Dabei kann dieses Phänomen sehr vielschichtig auftreten. Subjektiv gefühlte Einsamkeit und tatsächliche soziale Isolation sind nicht immer deckungsgleich. Und kann nicht selbstgewähltes Alleinsein auch Freiraum für Erholung und Inspiration, manchmal sogar notwendiger Raum zum Rückzug sein? Die unerwarteten Entwicklungen dieses Jahres, ausgelöst durch die Corona-Pandemie, haben uns die Relevanz dieser Thematik hautnah erleben lassen. Die Brisanz erlebter Einsamkeit, aber auch die Bedeutung eines konstruktiven Umgangs mit dem Alleinsein, haben sich in den Phasen der notwendigen sozialen Isolation verschärft gezeigt.

Unabhängig von diesem aktuellen Geschehen gilt: Junge Menschen mit psychischen Behinderungen und Beeinträchtigungen werden von ihrem sozialen Umfeld als „andersartig“ wahrgenommen. Dadurch sind sie in besonderem Maße von Ausgrenzungserfahrungen vielfältiger Natur und fortlaufenden Kränkungen bedroht. Als Konsequenz erhöht sich das Risiko sozialer Isolation und Vereinsamung. Andererseits gilt aber auch: Junge Menschen, die ihren Alltag im Trubel unserer Einrichtungen verbringen, brauchen manchmal „ihre Ruhe“. Wie weit können wir ihnen diese ermöglichen? Zeiten der Ruhe und des Alleinseins sind nicht nur Raum für Erholung. Die Stille ist ebenso ein Ort des Wachstums. Sie gibt Raum, uns fernab von „dringenden“ alltäglichen Anforderungen mit uns selbst auseinanderzusetzen: „Ein ganzer Wald wächst leise, nur ein Baum, der fällt, ist laut.“ (Michael Slaby) Selbst Erwachsenen fällt es manchmal schwer, diese Inspiration zuzulassen. Umso mehr sind wir gefordert, unsere Teilnehmer\*innen mit den besonderen Chancen des Alleinseins vertraut zu machen.

Im Rahmen unserer 17. Abensberger Fachtagung möchten wir uns mit den vielen Facetten von Alleinsein und Einsamkeit im Leben junger Menschen befassen. Dabei möchten wir auch beim Format neue Wege gehen, und bieten Ihnen erstmalig die Möglichkeit, entweder als Teilnehmer\*in an der Präsenz-Veranstaltung bei uns zu Gast zu sein, oder über unseren Video-Livestream virtuell an der Fachtagung teilzunehmen. Unser besonderer Dank gilt dem Organisationsteam und den Experten, die seit Jahren das exzellente Format der Abensberger Fachtagungen sicherstellen und mit anspruchsvollen Themen aufwarten.

Wir freuen uns schon jetzt auf Sie – so oder so!



Michael Eibl  
Direktor  
KJF Regensburg



Walter Krug  
Gesamtleiter  
B.B.W. St. Franziskus Abensberg

# Tagungsprogramm

9:00 Uhr **Stehkaffee**

9:30 Uhr **Grußwort**

**Michael Eibl** | Direktor Katholische Jugendfürsorge der Diözese Regensburg e. V.

## Fachvorträge

### **ALLEINSAMKEIT – Die beiden Seiten des „Für-Sich-Seins“**

**Walter Krug** | Gesamtleiter B.B.W. St. Franziskus Abensberg

### **Entwicklung von Einsamkeit bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen**

**Univ.-Prof. Dr. Peter Zimmermann** | Universität Wuppertal,  
Lehrstuhl für Entwicklungspsychologie

### **Introversion und selbstgewähltes Alleinsein als Chance**

**Dr. Sylvia Löhken** | Expertin für intro- und extrovertierte Kommunikation,  
Coach, Moderatorin und Buchautorin

ca.

12:00 Uhr **Mittagspause**

13:15 Uhr **„Das schmerzhafteste Gefühl Einsamkeit: Persönliche und gesellschaftliche Herausforderungen für die Gestaltung sozialer Beziehungen“**

**Susanne Bücker** | Ruhr-Universität Bochum, Fakultät für Psychologie

### **„Gemeinsam einsam?“ – Sozialräume in der digitalen Welt**

**Max Seeberger** | Medienpädagoge, Skill Trees e.V.

### **„Alleinsein und Einsamkeit im BBW“ –**

### **Praktische Notwendigkeiten, Chancen und Herausforderungen**

**Stefani Hasenöhr** | Abteilungsleitung „Gesundheits- und Förderdienste“,  
B.B.W. St. Franziskus Abensberg

**Katharina Lache** | Casemanagerin, B.B.W. St. Franziskus Abensberg

16:30 Uhr **Gemeinsamer Abschluss im Plenum**

Veranstaltungsende



**Neu! Alternativ können Sie auch virtuell an der 17. Abensberger Fachtagung teilnehmen.**

Der Video-Livestream erfolgt über die Plattform Vimeo. Diese ist gehostet in den USA, hält jedoch entsprechend der DSGVO die Garantien des EU-US Privacy Shield ein.