



Medienmitteilung, 14. April 2021

Öffentliche Vorlesungsreihe: «Achtsame Beziehungen in rastloser Zeit»

In einer von Schnelligkeit und Effizienz geprägten Welt differenzierte Beziehungen aufbauen, sinnvolle Gespräche führen und sich selbst finden wird gerade in Zeiten einer Pandemie für viele zu einem wichtigen Thema. Je schneller sich die Welt vermeintlich dreht, desto mehr Bedeutung wird auch psychischer Gesundheit beigemessen. Achtsamkeit, Beziehungspflege und Selbstfindung sind die zentralen Themen, denen Ursula Germann-Müller ab dem 20. April in ihrer Vorlesungsreihe nachgehen wird. Die Vorlesungen finden jeweils dienstags, 18.15 Uhr, als Online-Übertragung statt.

Zu sich selbst finden, obwohl das, was drängt und drückt, die Oberhand gewinnt und die eigenen Wünsche und Bedürfnisse immer leiser werden – viele Menschen suchen den Weg zu sich selbst, wollen wieder lernen, in sich hineinzuhören, die Zeichen des eigenen Körpers zu lesen und richtig zu deuten. Bildungsangebote und Psychotherapien versuchen die Menschen zu stärken, um eine Balance zu finden zwischen Achtsamkeit nach innen und Anpassung an die rasch wechselnden Forderungen von aussen. Diesen und weiteren Themen geht die Vorlesungsreihe von Ursula Germann-Müller an fünf Abenden nach.

Anmeldung für die Vorlesungen

Um sich für Vorlesungen anzumelden, registrieren Sie sich bitte auf unserer Plattform:

www.hsg.events/oeffentlichevorlesungen

Dort finden Sie auch eine komplette Übersicht aller Vorlesungen und können sich für beliebig viele anmelden.

Öffentliche Vorlesungsreihe: «Achtsame Beziehungen in rastloser Zeit»

Jeweils dienstags, 18.15 bis 19.45 Uhr, Online-Übertragung

20. April, 27. April, 4. Mai, 11. Mai, 18. Mai

Achtsame Beziehungen in rastloser Zeit

Dr. phil. Ursula Germann-Müller, Psychotherapeutin, Sargans

Öffentliche Vorlesungen

Die Vorlesungen des Öffentlichen Programms der Universität St.Gallen richten sich an alle Personen, deren intellektueller Hunger über den Tellerrand des eigenen Berufs- und Lebensalltags hinausreicht.

In diesem Frühjahrssemester finden 31 Vorlesungen statt – aufgrund der momentanen Situation

ausschliesslich online. Der Semesterpass kostet 20 Franken und berechtigt zum Besuch aller

Vorlesungen: <https://www.unisg.ch/de/universitaet/besucher/oeffentlichevorlesungen>

Kontakt für Rückfragen:

Prof. Dr. Florian Wettstein

Delegierter des Rektors für das Öffentliche Programm

Universität St.Gallen (HSG), Girtannerstrasse 8, CH-9010 St.Gallen

+41 71 224 31 45, florian.wettstein@unisg.ch, [unisg.ch/de/universitaet/besucher/oeffentlichevorlesungen](https://www.unisg.ch/de/universitaet/besucher/oeffentlichevorlesungen)



Universität St.Gallen (HSG)

Die Universität St.Gallen (HSG) ist die Universität des Kantons St.Gallen und die Wirtschaftsuniversität der Schweiz. Internationalität, Praxisnähe und eine integrative Sicht zeichnen die Ausbildung an der HSG seit ihrer Gründung im Jahr 1898 aus. Heute bildet die Universität rund 9000 Studierende aus 83 Staaten in Betriebswirtschaft, Volkswirtschaft, Rechts- und Sozialwissenschaften, Internationale Beziehungen und Informatik aus. Mit Erfolg: Die HSG gehört zu den führenden Wirtschaftsuniversitäten Europas. Im European Business School Ranking der «Financial Times» 2020 belegt die HSG den Platz 7. Die «Financial Times» hat den Master in «Strategy and International Management» (SIM-HSG) 2020 zum zehnten Mal in Folge als weltweit besten bewertet. Dies im jährlichen Ranking von Master-Programmen in Management. Für ihre ganzheitliche Ausbildung auf höchstem akademischem Niveau erhielt sie mit der EQUIS- und AACSB- und der AMBA-Akkreditierung internationale Gütesiegel. Studienabschlüsse sind auf Bachelor-, Master- und Doktors- bzw. Ph.D.-Stufe möglich. Zudem bietet die HSG erstklassige und umfassende Angebote zur Weiterbildung für jährlich rund 6000 Teilnehmende. Kristallisationspunkte der Forschung an der HSG sind ihre 42 Institute, Forschungsstellen und Centers, welche einen integralen Teil der Universität bilden. Die weitgehend autonom organisierten Institute finanzieren sich zu einem grossen Teil selbst, sind aber dennoch eng mit dem Universitätsbetrieb verbunden.

Besuchen Sie uns auf [Facebook](#), [Twitter](#), [YouTube](#), [Instagram](#) und [unisg.ch](#)