

**Montag, 7. September 2015**  
**9 – 17 Uhr**

**Universität Bern**  
**Hochschulzentrum von Roll, Fabrikstrasse 8, 3012 Bern**  
Foyer im Erdgeschoss (Empfang und Pausen)  
Raum B101 (Referate)

# SCHWEIZERISCHE HOFFNUNGSKONFERENZ

**Wozu wir Hoffnung brauchen.  
Aktuelle Erkenntnisse und  
Forschungsergebnisse aus einer positiven  
Zukunfts- und Hoffnungsforschung**

Wir leben in einer Zeit von unvorhergesehenen Veränderungen und kleineren oder grösseren Überraschungen. Können wir diese zuversichtlich als Chancen erkennen, weil wir auf eine positive Zukunft hoffen, oder erleben wir sie voller Angst als Bedrohung von Sicherheit und Gegenwart? Risikoabsicherung, Krisenbewältigung, Sorgenbarometer und Angstbarometer, Warnungen und negative Prognosen sind in Medien, Politik und Alltag gegenwärtig – was braucht es, damit Hoffnung als ernst zu nehmende psychische Kompetenz uns hilft, Veränderungen und Bedrohung zu bewältigen und aktiv an unserer Zukunft zu bauen? Seit 2009 erhebt swissfuture, die Schweizerische Vereinigung für Zukunftsforschung, jedes Jahr mit dem Hoffnungsbarometer, welches die grossen Zukunftshoffnungen der Schweizerinnen und Schweizer für das kommende Jahr sind. Wer sind die persönlichen grossen Hoffnungsträger und was wird unternommen, damit diese Hoffnungen keine Träume bleiben, sondern real werden? Wie funktioniert eigentlich Hoffnung in der heutigen Zeit? Mittlerweile nehmen jährlich über 20'000 Personen aus der Schweiz, Frankreich, Tschechien, Deutschland, Malta und Norwegen an der empirischen Erhebung teil.

Die Positive Psychologie hat «Hoffnung» als eine der Kern-tugenden identifiziert, die «das gute Leben» ausmachen. Sie widmet sich der Aufgabe, zu erforschen und zu kultivieren, was das Leben am meisten lebenswert macht. Dabei richtet sie den Blick gezielt darauf, welche Eigenschaften und welche Rahmenbedingungen mit Wohlbefinden und Lebenszufriedenheit zusammenhängen. Sie möchte es Menschen ermöglichen, ihre Stärken und Talente genauer kennen zu lernen und im Alltag für sich einzusetzen. Die SWIPPA hat zum Ziel, den Austausch von Forschung, Wissenschaft und Praxis der Positiven Psychologie in der Schweiz zu fördern. Sie richtet sich an Forschende, Praktizierende und Interessierte, die im Bereich der Positiven Psychologie tätig sind (oder tätig werden wollen).

Die Forschenden des Nationalen Forschungsschwerpunkts (NFS) LIVES analysieren die Faktoren und Prozesse, welche Individuen auf unterschiedliche Weise stressanfällig machen, die Konsequenzen, die vorhandenen Ressourcen und die Überwindung der Verletzbarkeit im Verlauf des Lebens. Präsentiert werden Erkenntnisse aus den Projekten «Berufliche Laufbahnen» und «Beziehungen im späteren Leben».



Eine gemeinsame Veranstaltung von

**swissfuture**

Schweizerische Vereinigung für Zukunftsforschung  
Société Suisse pour des études prospectives  
Swiss Society for Futures Studies

**u<sup>b</sup>**

**UNIVERSITÄT  
BERN**

**swippa**

Swiss Positive Psychology Association  
Schweizerische Gesellschaft für Positive Psychologie  
Société Suisse de Psychologie Positive  
Società Svizzera di Psicologia Positiva



Schweizerische Akademie der Geistes- und Sozialwissenschaften  
Académie suisse des sciences humaines et sociales  
Accademia svizzera di scienze umane e sociali  
Academia svizra da ciencias humanas e sociais  
Swiss Academy of Humanities and Social Sciences



## PROGRAMM

- 08.45 Tageskasse geöffnet, Willkommenskaffee
- 09.15 Begrüssung und Eröffnung der Konferenz  
(Pasqualina Perrig-Chiello und Andreas Krafft)
- 09.30 swissfuture Hoffnungsbarometer  
(Andreas M. Walker)

### Keynote speech

- 09.45 The Secret of Hope  
(Leo Bormans)

- 10.30 Kaffeepause

### Aktuelle Ergebnisse aus dem swissfuture Hoffnungsbarometer:

- 11.00 Die zwei Gesichter der Hoffnung:  
Kognitive und transzendente Hoffnung  
(Andreas Krafft)
- 11.30 More hopeful, less depressed:  
How hope protects us from depression?  
(Alena Slezáčková)
- 12.00 Passion, optimism, satisfaction,  
wellbeing, and health: Comparison in four  
European countries  
(Charles Martin-Krumm)
- 12.30 Lunch, Zeit für Gespräche mit Referierenden  
und Forschungsteams

### Aktuelle Ergebnisse aus zwei Projekten des NFS LIVES:

- 14.00 Charakterstärken und ihre Auswirkungen  
auf Job Outcomes und Lebenszufriedenheit  
(Jenny Hofmann)
- 14.30 Wohlbefinden nach Scheidung  
und Verwitwung  
(Bina Knöpfli, Stefanie Spahni,  
Pasqualina Perrig-Chiello)
- 15.00 Kaffeepause
- 15.30 Persönliches Wachstum nach  
kritischen Lebensereignissen  
(Hansjörg Znoj)

### Gastreferat

- 16.00 Józef Koziński's Concept of Hope  
(Paweł Izdebski, Elżbieta Kasprzak)
- 16.30 Summary and Final  
Remarks together with speakers  
(Andreas Krafft)
- 17.00 Apéro

## REFERENTEN

- Prof. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello  
Universität Bern, Entwicklungspsychologie, Leiterin  
NFS LIVES IP212, Vorstand SWIPPA
- Dr. Andreas M. Krafft  
Akademischer Leiter Hoffnungsbarometer,  
Vorstand swissfuture, Associate Researcher and  
Lecturer Universität St. Gallen, SWIPPA
- Dr. Andreas M. Walker  
Initiator Hoffnungsbarometer,  
Co-Präsident swissfuture, weiterdenken.ch
- Leo Bormans  
Autor des »World Book of Happiness“, »World Book  
of Love“ und »World Book of Hope“, Belgien
- Prof. Dr. Alena Slezáčková  
Masaryk University Brno CZ, Czech Positive  
Psychology Centre, ENPP representative for the  
Czech Republic
- Prof. Dr. Charles Martin-Krumm  
Université Rennes F, Member of the executive  
committee of the ENPP, Elected member of the IPPA  
Board of Directors
- Dr. Jenny Hofmann  
Universität Zürich, Persönlichkeitspsychologie und  
Diagnostik, Member NFS LIVES, SWIPPA
- M Sc Bina Knöpfli  
Universität Bern, Entwicklungspsychologie,  
Member NFS LIVES
- Dr. des. Stefanie Spahni  
Universität Bern, Klinische Psychologie und  
Psychotherapie, Member NFS LIVES, SWIPPA
- Prof. Dr. Hansjörg Znoj  
Universität Bern, Klinische Psychologie  
und Psychotherapie, Co-Leiter NFS LIVES IP212
- Prof. Dr. Paweł Izdebski  
Kazimierz Wielki University PL - Bydgoszcz,  
Differential Psychology Department
- Prof. Dr. Elżbieta Kasprzak  
Kazimierz Wielki University PL - Bydgoszcz, Social,  
Health and Organizational Psychology Department

## TEILNAHMEGEBÜHR UND ANMELDUNG

Teilnahmegebühr inkl. Kaffeepausen, Lunch und Apéro:  
CHF 50.- für SWIPPA- und swissfuture-Mitglieder  
CHF 30.- für studentische Mitglieder  
CHF 100.- für Nichtmitglieder  
CHF 60.- für studierende Nichtmitglieder

Anmeldung via Internet oder Email:  
[www.swissfuture.ch](http://www.swissfuture.ch), [future@swissfuture.ch](mailto:future@swissfuture.ch)