



EINLADUNG HERBSTTAGUNG 2026

24.09.2026

Thaerplatz 1, 29221 Celle



Zuviel Bildschirm - zu wenig Leben **Wege aus dem digitalen Burnout**

Vortrag von Sven Steffes-Holländer

Ärztlicher Direktor der Heiligenfeld Kliniken, Bad Kissingen / Berlin

Der Schulleitungsverband für Niedersachsen

„Kinder verlieren heute nicht an Intelligenz, sie verlieren an innerer Ruhe. Wer ständig sendet, hat kaum Zeit, sich selbst zu empfangen.“



Die Generation Smartphone lebt in einer Welt ohne Leerlauf. Jede freie Sekunde füllt sich mit Reizen, Bildern und Nachrichten. Viele Jugendliche erleben keine Langeweile mehr und finden kaum noch Momente echter Ruhe.

Das Gehirn reagiert mit Stress: Konzentrationsabbrüche, emotionale Erschöpfung und Reizüberflutung gehören zum Alltag. Der Vortrag zeigt, wie sich digitaler Burnout entwickelt und welche psychologischen Prozesse dabei wirksam sind. Schulen können gegensteuern, indem sie Strukturen schaffen, in denen Aufmerksamkeit wieder geübt wird.

Dazu gehören bewusste Pausen, klare Grenzen und Erfahrungen jenseits des Bildschirms. Achtsame Mediennutzung und bewusste Entschleunigung stärken Selbstwahrnehmung, Empathie und Lernfähigkeit. Schule kann zu einem Ort werden, an dem junge Menschen lernen, bei sich zu bleiben - trotz der Welt, die ständig ruft.

Sven Steffes-Holländer, Jahrgang 1974, ist Ärztlicher Direktor der Heiligenfeld Kliniken und Chefarzt der Heiligenfeld Klinik Berlin. Der Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie wurde 2025 als FOCUS-Top-Mediziner ausgezeichnet. Ein besonderer Schwerpunkt seiner Arbeit liegt auf der psychischen Gesundheit von Lehrkräften und Führungspersonen im Bildungsbereich. In Klinik, Forschung und Lehre beschäftigt er sich mit Stress, Erschöpfung und Resilienz in Schule und Unterricht. Als Referent und Dozent, unter anderem an der Sigmund-Freud-Privat-Universität Berlin und der Akademie für Psychosomatische Medizin, vermittelt er praxisnahe Strategien für Achtsamkeit, Selbstfürsorge und gesunde Führung. Seine Vorträge verbinden psychologische Tiefe mit konkreten Impulsen für den Schulalltag und fördern den Dialog über seelische Gesundheit im Bildungssystem.

TAGUNGSVERLAUF

09:15 Uhr **Eintreffen**

09:30 Uhr **Begrüßung**

09:45 Uhr **Grußwort Dr. Jörg Nigge**, Oberbürgermeister der Stadt Celle

10:00 Uhr **Rede des 1. Vorsitzenden des SLVN Matthias Aschern**

10:30 Uhr **Rede der Niedersächsischen Kultusministerin Julia Willie Hamburg**

11:00 Uhr Pause und Austausch

11:45 Uhr **Vortrag von Sven Steffes-Holländer** zum Thema:

“Zuviel Bildschirm – zu wenig Leben”

12:15 Uhr Rückfragen an den Referenten

12:30 Uhr “Mehr Bildung wagen”: Fragen an die Bildungspolitischen Sprecher:innen

14:00 Uhr Ende des Vormittags, Mitgliederversammlung im Anschluss

Einladung zur Mitgliederversammlung

- Begrüßung und Genehmigung der Tagesordnung
- Genehmigung des Protokolls vom 25.09.2025
- Bericht des Vorstands: Arbeitsschwerpunkte und Perspektiven
- Bericht des Vorstands: Kassenbericht
- Bericht der Kassenprüfung
- Entlastung des Vorstands
- Wahl neuer Vorstandsmitglieder
- Verschiedenes

Mit freundlichen Grüßen

Matthias Aschern

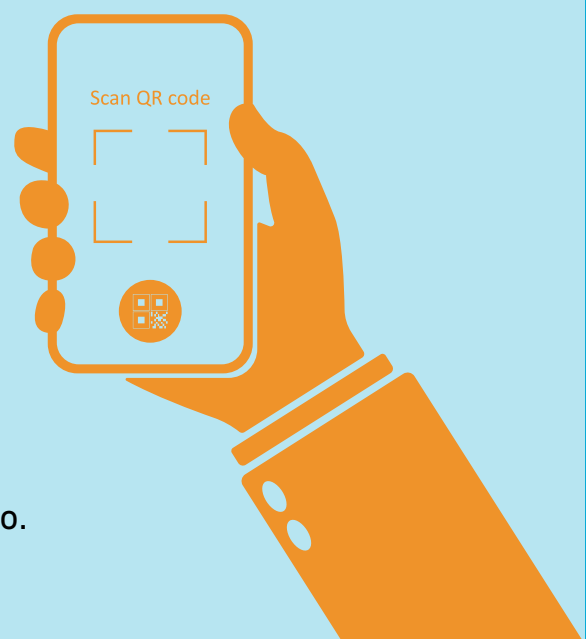


ANMELDUNG

Bitte melden Sie sich zur Herbsttagung 2026 online über unsere Homepage <https://herbsttagung.slvn.de>

bis zum 05. September 2026 an oder

nutzen Sie den QR-Code:



Für Mitglieder ist die Teilnahme kostenlos.

Für Nicht-Mitglieder beträgt der Tagungsbeitrag 50 Euro.

Die Geschäftsstelle des SLVN:

Schulleitungsverband Niedersachsen e.V.

Geschäftsstelle

Berliner Allee 19

30175 Hannover

Tel. (0511) 6005635

geschaeftsstelle@slvn.de

www.slvn.de

V.i.S.d.P. Matthias Aschern