



Landesstelle der  
Psychologischen  
Beratungsstellen



**Krisen als Chance**

**2022**

Online-Workshop für Menschen,  
die Krisen als Chance sehen

# Zwei Jahre Corona-Pandemie. Was hat das mit mir zu tun?



EVANGELISCHE LANDESKIRCHE  
IN WÜRTTEMBERG

*Ich bin frei, denn ich bin einer Wirklichkeit  
nicht ausgeliefert, ich kann sie gestalten.  
Paul Watzlawick (1921–2007)*

## **Zwei Jahre Corona-Pandemie. Was hat das mit mir zu tun? Online-Workshop für Menschen, die Krisen als Chance sehen**

Nutzen Sie Ihre Vergangenheit als Ausrede? Oder sehen Sie es als Stärke, dass Sie immer wieder aufgestanden sind und weitergemacht haben?

In den vergangenen zwei Jahren hat die ganze Welt den Atem angehalten. Jeder Mensch auf der Erde hat die Pandemie auf unterschiedliche Art und Weise erlebt. Egal welche Erfahrungen wir mit der Pandemie gemacht haben, sie bleibt ein Stück unserer aller Leben. Wie können wir unsere Vergangenheit reflektieren, daraus nützliche Schlüsse ziehen, um gestärkt daraus hervorzugehen? Wir möchten Ihnen in diesem Workshop Werkzeuge an die Hand geben, damit Sie genau diese wertvollen persönlichen Erfahrungen bei sich freilegen und mit anderen teilen können. Außerdem tauschen wir mit Ihnen nützliche Tipps und Tricks aus, wie Sie Ihre Erfahrungen als Stärke einsetzen können. Darüber hinaus teilen wir mit Ihnen das japanische Geheimnis über dem Umgang mit Ihrer Vergangenheit.

In diesem Online-Workshop werden wir zusammen mit Ihnen u.a. folgende Themen beleuchten:  
Wie kommuniziere ich mit anderen? Wie spreche ich mit mir selbst? Erlaube ich mir selbst Ruhepausen? Was ist Stress und wie gehe ich effizient damit um? Wie nutze ich meine Vergangenheit um andere Menschen zu stärken? Wie werde ich zu einem Menschen, der positiv in die Zukunft blickt? Wie nutze ich Krisen als Chancen für mein persönliches Wachstum?

## **Termine**

---

Wir bieten diesen Workshop zweimal an. Der Workshop besteht aus drei Treffen. Die Inhalte jedes Workshops sind identisch.

**Montags**, 19:30–21:00 Uhr (nur komplett buchbar)  
01.08.2022 | 08.08.2022 | 15.08.2022

**Mittwochs**, 19:30–21:00 Uhr (nur komplett buchbar)  
07.09.2022 | 26.10.2022 | 02.11.2022

## **Teilnahme und Datenschutz**

---

Wir schicken Ihnen einen Link zu, mit dem Sie über jeden Browser teilnehmen können. Die datenschutzrechtlichen Auflagen sind erfüllt. Die Sitzungen werden nicht aufgezeichnet, Inhalte werden vertraulich behandelt.

## **Teilnehmer\*innenzahl**

---

15 Personen

## **Zielgruppe**

---

Menschen, die Krisen als Chance sehen – unabhängig von ihrem religiösen Empfinden oder ihrer Konfession, ihrer Lebensform oder ihrer sexuellen Orientierung.

## **Kosten**

---

Der Workshop wird aus EU-Mitteln finanziert, die Teilnahme ist deshalb kostenlos. Die Teilnehmenden werden aber gebeten, den Workshop über einen anonymisierten Fragebogen zu evaluieren.

## **Technische Voraussetzung**

---

Wir empfehlen als technische Voraussetzung entweder ein Tablet oder einen Laptop / Computer mit Kamera und Lautsprecher sowie eine stabile Internet-Verbindung.

## **Kontakt und Anmeldung**

---

Per Mail an sekretariat@lpb-elnk-wue.de



### Dr. Pascal Kühner

Diplom-Psychologe  
Onlinebeauftragter im EU-Projekt



### Cornelia Christian

Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Fachberaterin und Teamleiterin  
bei EUTB Offene Herberge e. V.



EVANGELISCHE LANDESKIRCHE  
IN WÜRTTEMBERG



Landesstelle der  
Psychologischen  
Beratungsstellen

[www.psych-beratungsstelle-landesstelle.de](http://www.psych-beratungsstelle-landesstelle.de)

Landesstelle der Psychologischen Beratungsstellen  
in der Evangelischen Landeskirche in Württemberg  
Augustenstr. 39 B · 70178 Stuttgart  
Telefon: +49 (711) 669586 · sekretariat@lpb-elk-wue.de  
[www.psych-beratungsstelle-landesstelle.de](http://www.psych-beratungsstelle-landesstelle.de)

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Arbeit und Soziales

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



Offene Herberge e.V.

Das Angebot wird im Rahmen des Projekts DIG-PB „Digitalisierung der Psychologischen Beratung in kirchlicher Trägerschaft“ umgesetzt (Projektleitung Dr. Esther Stroe-Kunold, Landesstelle). Dieses Projekt wird aus Mitteln der Europäischen Union (REACT-EU) bezuschusst.



GEFÖRDERT VOM MINISTERIUM FÜR SOZIALES, GESUNDHEIT UND INTEGRATION  
AUS MITTELN DER EUROPÄISCHEN UNION  
IM RAHMEN DER REAKTION AUF DIE COVID-19 PANDEMIE

