

Impulstag
28. August
2021

Christliche
Beratungsstelle
Hamburg



Einsamkeit
Erschöpfung
Existenzangst

Folgen der Pandemie
und die seelsorgerliche
Antwort der Gemeinde

Grundschule Traberweg
Eckerkoppel 125 , 22159 Hamburg

Einladung

Angst vor Ansteckung, soziale Isolation oder mehrwöchige Quarantäne haben vielen Menschen leidvolle Erfahrungen der **Einsamkeit, der Erschöpfung und der Existenzangst** beschert. Schockstarre hat uns gelähmt! Neue Hoffnung und Zuversicht gewinnen wir, wenn wir die Zusammenhänge verstehen, unsere persönlichen und gesellschaftlichen Ressourcen aktivieren und Schritte zur Gemeinschaft gehen.

Die Coronapandemie ist und bleibt ein großer Stressfaktor. Für viele ist diese Zeit nur schwer auszuhalten und um so wichtiger ist es, dass Menschen Verständnis, Trost und Hilfe finden. Dazu soll unser Impulstag dienen.

Deshalb laden wir ein, zu hören, was die Herausforderungen in dieser Zeit sind und wie wir in Begegnung mit Hilfesuchenden Antworten geben können. Die drei Themen **Einsamkeit, Erschöpfung und Existenzangst** wollen wir durch drei Impulse und ein Interview sowie drei Gesprächsgruppen vertiefen. Als Seelsorger und als Menschen der Gemeinde und Kirche wollen wir Überlegungen anstellen, wie wir dem Menschen in seiner Not in guter Weise begegnen können.

Herzliche Einladung an Sie. Melden Sie sich bitte per E-Mail an (Corona Hygienekonzept) unter kontakt@christliche-beratungsstelle-hamburg.de. Am Veranstaltungstag wird eine Kollekte erbeten.

Impulse

1. Impuls: „Einsamkeit“

Einsamkeit – ein Phänomen der Moderne, das durch die Pandemie noch vielfach verstärkt wurde. Gesellschaftliche und persönliche Zusammenhänge zu erkennen, hilft uns Wege aus der Einsamkeit zu finden und die persönlichen Ressourcen und Möglichkeiten in unserem Umfeld zu nutzen.



Werner Schäfer

Stiftungs- und Studienleiter der Stiftung Therapeutische Seelsorge. Verantwortlich für Ausbildung von Gemeinseelsorger/innen. Schulungen, Seminare und Vorträge zu seelsorgerlichen und aktuellen Themen. Dozent und Referent.

2. Impuls: „Erschöpfung“

Erschöpfung – jeder hat sie mal erlebt. Was passiert mit Körper, Seele, Geist wenn sie anhaltend bleibt und was können wir tun, damit sich die Erschöpfung bei uns nicht festsetzt.



Christine Scheible

Gestalt-Musik-Therapeutin (DmTG), Heilpraktikerin für Psychotherapie, Trauerbegleitung (DVTr), Begleitende Seelsorgerin (TS). Refentin.

3. Impuls: „Existenzangst“

Existenzangst – eine Erfahrung, die viele während der Corona-Pandemie erneut oder zum ersten Mal machen mussten. Detlef von Elling kennt Existenzkrisen seit seiner Jugend. Waren es am Anfang Panikattacken, kamen durch seine Selbstständigkeit als Unternehmer sowie durch eine „schwere Erkrankung“ Existenzängste dazu.



Detlef von Elling

Baumschulgärtner. Selbstständig mit der Bio-Gärtnerei von Elling, einem Garten- und Landschaftsbaubetrieb in Asendorf in der Nordheide.

Ablauf

14:00 Uhr	Begrüßung
14:30 Uhr	1. Impuls: „Einsamkeit“ mit Werner Schäfer
15:00 Uhr	2. Impuls: „Erschöpfung“ mit Christine Scheible
15:30 Uhr	3. Impuls mit Interview: „Existenzangst“ mit Detlef von Elling
16:00 Uhr	Kaffeepause
16:30 Uhr	Gespräche in drei Gruppen: „Einsamkeit“, „Erschöpfung“, „Existenzangst“
17:30 Uhr	Plenum
18:00 Uhr	Vaterunser und Segen

Veranstaltungsort

Aula der Grundschule Traberweg
Eckerkoppel 125, 22159 Hamburg

Direkt an der U1-Haltestelle
„Trabrennbahn“



**Christliche
Beratungsstelle
Hamburg**

Christliche Beratungsstelle Hamburg
Friedrich-Ebert-Damm 111, 22047 Hamburg

Telefonische Sprechzeiten:

Dienstag, 17–19 Uhr, Donnerstag, 11–13 Uhr

T 040/51 90 91 58

M kontakt@christliche-beratungsstelle-hamburg.de

I www.christliche-beratungsstelle-hamburg.de