

Referate 2019/2020

1) Wertvoll und geliebt

Wer bin ich? Wer kennt sie nicht, diese grundlegende Lebensfrage! Bei genauem Hinschauen entdecken wir, dass vieles, was wir tun oder lassen, denken oder nicht denken, mit genau dieser Frage zu tun hat. Doch was ist die Wahrheit? Bin ich wirklich das, was andere über mich denken? Lässt sich mein Wert an meiner Leistung messen? Wie denkt Gott über mich? Gemeinsam machen wir uns auf die Suche nach unserem wirklichen Wert, dem Wert einer bedingungslos geliebten Königstochter.

2) Wenn sich die Not der Welt in meinem Herzen niederlässt

Während es den einen Menschen leicht fällt, sich von Nöten im engeren oder weiteren Umfeld abzugrenzen, drohen andere daran zu zerbrechen. Hochsensible Menschen sind mit einem besonders sensiblen Gespür für die Nöte ihrer Mitmenschen ausgestattet. Das birgt die Gefahr, sich allzu stark mit dieser Not zu identifizieren, so dass sie zu einer echten Last wird. Wie kann man sich abgrenzen? Was entlastet? Was können wir von Jesus lernen? Ein hilfreiches und praktisches Referat - nicht nur für Hochsensible.

3) Beziehungen – Balsam für die Seele oder Quelle der Not?

Gott beschenkte die Menschen mit Gemeinschafts-Fähigkeit, er legte uns auf Beziehung hin an. Ein wunderbares Geschenk, über das wir uns freuen dürfen! Doch überall wo Menschen zusammen sind, gibt es auch Konflikte und daraus entstehen seelische Verletzungen. Wohin mit diesen Verletzungen?

4) Raus aus dem Sorgenkarussell

Wer kennt sie nicht, die Sorgen? Sorgen um und am Arbeitsplatz. Sorgen um Mitmenschen. Finanzielle Sorgen. Gesundheitliche Sorgen. Sorgen im Blick auf das Weltgeschehen. Schnell werden aus Sorgen Ängste. Zukunftsängste. Existenzängste. Verlustängste. Ganz unbewusst steigen wir ein in ein Sorgenkarussell, das immer weiter dreht. Ein Ausstieg ist oft gar nicht so einfach. Gemeinsam entdecken wir bewährte Strategien für den Umgang mit unseren Sorgen. Wir sind ihnen nämlich nicht ausgeliefert...

5) Loslassen, damit Neues entstehen kann

In unserem Lebensalltag treffen wir immer wieder auf Situationen, in denen wir herausgefordert sind loszulassen. Das sind oft schmerzhafteste Prozesse. Doch wenn es uns gelingt loszulassen, entsteht Raum für Neues. Statt krampfhaft festzuhalten, entdecken wir neue Perspektiven.

6) Muttersein – was für eine Challenge! Vom Loslassen, Vergleichen und anderen Knacknüssen.

Wer hat sich nicht schon mit andern verglichen? Sein Familienmodell verteidigt? Oder die Stiche im Herzen gespürt, wenn Kinder sich lösen? Unzufriedenheit, Minderwertigkeit und krampfhaftes Festklammern nehmen schnell unser Herz ein. Doch stattdessen können wir unsere Möglichkeiten feiern. Loslassen. Raum für Neues zulassen. Was für ein Unterschied!

7) Hochsensibilität – Zwischen Begabung und Verletzlichkeit

Was ist Hochsensibilität? Eine Last? Oder gar eine Krankheit, auf die alle Rücksicht nehmen müssen? Oder kann diese besondere Sensitivität auch als Gabe betrachtet werden? Bin ich hochsensibel? Auf diese und weitere Fragen geht dieser informative Vortrag ein und beleuchtet, was Hochsensibilität ist und was sie nicht ist.