



SEX. TOD. KRIEG.

**Wörter, die Aufmerksamkeit erzeugen.
Psychische Krisen verdienen das auch.**

Programmheft

Kostenlose Online- Vortragsreihe HSN Impulse

Perspektiven Psychischer Krisen **Wissen · Prävention · Intervention**

08.10.–12.11.2026 | Jeden Donnerstag | 19:00 -20:30 Uhr

HSN
Helfen in Seelischer Not



Wir beginnen bewusst provokant mit einem alten Trick der Werbeindustrie: Emotional besetzte Wörter wie Sex, Tod oder Krieg ziehen sofort Aufmerksamkeit auf sich und können unterschiedlichste Emotionen wecken... ganz ähnlich wie es auch in psychischen Krisensituationen passiert.

Angesichts weltweiter Krisen, gesellschaftlicher Veränderungen und zunehmender Belastungen im Alltag ist es wichtiger denn je, über psychische Krisen zu sprechen und sie zu verstehen – bei uns selbst und bei anderen.

Unter dem Titel:

Perspektiven Psychischer Krisen –
Wissen · Prävention · Intervention

startet das Projekt **HSN – Helfen in Seelischer Not** am Lehrstuhl für Psychiatrie und Psychotherapie der Universität Regensburg nun eine **kostenlose Online-Vortragsreihe**.

Einmal wöchentlich geben Expert:innen aus unterschiedlichen Bereichen Einblicke in Ursachen, Dynamiken und Bewältigungsmöglichkeiten psychischer Krisen – von wissenschaftlichen Hintergründen bis hin zu praktischen Impulsen für den Alltag.

Wir laden euch herzlich ein, teilzunehmen oder die Reihe in euren Netzwerken weiterzugeben!

Zur Anmeldung hier klicken: www.hsn-kurse.de

Programm

Perspektiven Psychischer Krisen – Wissen, Prävention & Intervention

08.10.2026

19 Uhr

Sie sind da, wenn die Welt ins Wanken gerät:

Einblicke in die Tätigkeit von Teams der Krisenintervention
und Notfallseelsorge

Sebastian Hoppe, München

15.10.2026

19 Uhr

Wenn die KI zuhört, aber nicht versteht:

Chancen und Risiken künstlicher Intelligenz für
Menschen in psychischen Krisen

Chris Kerbeck, Regensburg

22.10.2026

19 Uhr

Zwischen Krise und Perspektive:

Suizidprävention bei jungen Menschen

Christin Grevenhaus, Kassel

29.10.2026

19 Uhr

Online. Vernetzt. Und einsam.

Stephan Dann, Rostock

05.11.2026

19 Uhr

Suizidalität verstehen -

erkennen, ansprechen, begleiten

Prof. Peter Kreuzer, Regensburg

12.11.2026

19 Uhr

Sexualität in der Krise

Dr. Thula Koops, Hamburg

08.10.2026

Sie sind da, wenn die Welt ins Wanken gerät:

Einblicke ist die Tätigkeit von Teams der
Krisenintervention und Notfallseelsorge

Es gibt Ereignisse, die das eigene Leben in ein „Vorher“ und ein „Nachher“ unterteilen. Das können unerwartete Todesfälle, schwere Unfälle oder andere zutiefst einschneidende und unerwartete Erfahrungen sein. In solchen Momenten unterstützen Teams der Krisenintervention und Notfallseelsorge akut hochbelastete Betroffene. In Termin 1 unserer Vortragsreihe wird die Arbeit von Teams dieser sogenannten Psychosozialen Notfallversorgung vorgestellt, konkrete Einblicke in Einsätze gegeben und vermittelt, was beispielsweise beim Überbringen schlechter Nachrichten (z.B. Todesnachrichten) beachtet werden sollte.

Zur Person:

Sebastian Hoppe ist Psychologe und seit Jahren im Münchner Kriseninterventionsteam „KIT-München“ tätig. Er arbeitet in der AETAS Kinderstiftung, die Kinder, Jugendliche und deren Bezugspersonen nach hochbelastenden Lebenserfahrungen unterstützt und lehrt bundesweit zu Themen der Psychosozialen Notfallversorgung.

15.10.2026

Wenn die KI zuhört, aber nicht versteht:

Chancen und Risiken künstlicher Intelligenz für Menschen in psychischen Krisen

Wartezeiten von drei bis sechs Monaten auf einen Therapieplatz sind Realität. Immer mehr Menschen wenden sich in dieser Zeit an ChatGPT und ähnliche KI-Tools - als Gesprächspartner, zur Selbstrecherche, manchmal als Ersatz für professionelle Hilfe. Das passiert bereits jetzt, oft ohne jede Anleitung und ohne Bewusstsein für die Risiken. Was kann KI tatsächlich leisten, wenn es um psychische Gesundheit geht - und wo wird sie gefährlich?

Wir schauen auf Möglichkeiten wie Psychoedukation und Strukturhilfe, aber auch auf die Schattenseiten: emotionale Abhängigkeit von Chatbots, falsche Sicherheitsgefühle oder die Vermeidung echter Hilfe. Und wir fragen: Wie können alle, die beruflich oder ehrenamtlich mit psychisch belasteten Menschen arbeiten, diese dabei unterstützen, KI sicherer zu nutzen? Der Vortrag verbindet aktuelle Erkenntnisse aus Forschung und Praxis mit konkreten Handlungsideen - für Fachkräfte, Ehrenamtliche und alle, die das Thema betrifft.

Zur Person:

Christiane Kerbeck ist Genesungsbegleiterin und seit Mai 2025 für das HSN-Team tätig. Sie ist Vorstandsmitglied von EX-IN Bayern e.V. und Referentin für Mental Health aus persönlicher Perspektive. In ihrem Vortrag verbindet sie Erfahrungswissen mit einem praktischen Blick auf ein Thema, das in der Fachwelt bisher kaum aus Betroffenenperspektive beleuchtet wird.

22.10.2026

Zwischen Krise und Perspektive:

Suizidprävention bei jungen Menschen

Suizidalität wird im Kindes- und Jugendalter häufig unterschätzt. Dabei stellt der Suizid in dieser Altersgruppe eine der häufigsten Todesursachen dar, während Suizidversuche noch deutlich häufiger auftreten. Suizidale Krisen sind eng mit typischen Entwicklungsaufgaben dieser Lebensphase verbunden, was es im Alltag oft erschwert, sie zu erkennen und in ihrer Tragweite richtig einzuordnen. Gerade deshalb ist diese Altersgruppe besonders vulnerabel. Dieser Vortrag richtet den Blick darauf, wie sich suizidale Krisen bei jungen Menschen erkennen lassen, welche frühen Anzeichen dabei eine Rolle spielen und wie ein angemessener Umgang in solchen Situationen gestaltet werden kann. Zudem soll veranschaulicht werden, wie junge Menschen in Krisen gestärkt und unterstützt werden können und was im Kontakt mit ihnen besonders wichtig ist.

Zur Person:

Christin Grevenhaus ist Psychologin und in Weiterbildung zur Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin (analytisch und tiefenpsychologisch fundiert). Zudem arbeitet sie als Sprecherin der AG „Suizidprävention für junge Menschen“ des Nationalen Suizidpräventionsprogramms Deutschland (NaSPro) und als wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Psychologischen Hochschule Berlin.

29.10.2026

Online. Vernetzt. Und einsam.

Junge Menschen sind heute so gut vernetzt wie nie zuvor und erleben gleichzeitig bedrohliche Einsamkeit. Dabei geht es oft nicht um das Fehlen von Kontakten, sondern um das Gefühl, mit den eigenen Gedanken, Sorgen und Gefühlen allein zu sein. Einsamkeit entwickelt sich zunehmend zu einer zentralen Herausforderung im Aufwachsen und steht in engem Zusammenhang mit psychischen Belastungen, Scham, Rückzug und dem Verlust von Zugehörigkeit.

Der Vortrag nimmt aktuelle Erkenntnisse zur Einsamkeit junger Menschen auf und verbindet sie mit Erfahrungen aus SchreibenstattSchweigen.de, dem Seelsorgeangebot für junge Menschen. Er zeigt, welche Bedeutung die virtuellen Räume für junge Menschen spielen, warum das Schreiben über persönliche Krisen oft leichter fällt als das Sprechen und wie digitale Seelsorge erste Schritte aus Isolation ermöglichen kann. Darüber hinaus wird der Blick darauf gerichtet, welchen Wert Resonanz, tragfähige Beziehungen und niedrigschwellige Angebote für die Begleitung junger Menschen haben.

Zur Person:

Stephan Dann ist Pastor und Referent für Beratung und Seelsorge bei der Jungen Nordkirche. Er begleitet im Team die digitale Jugendseelsorge „Schreiben statt Schweigen“ und arbeitet seit vielen Jahren für junge Menschen in seelischen Krisen.

05.11.2026

Suizidalität verstehen –

Erkennen, Ansprechen, Begleiten

Suizidalität gehört zu den herausforderndsten Themen in der psychosozialen und therapeutischen Arbeit und kann als Ausdruck großer existenzieller Not in vielfältigen Formen auftreten. Der Vortrag gibt einen Überblick über verschiedene Betrachtungsweisen suizidaler Krisen, über relevante Zahlen, Daten und Fakten sowie zentrale Schutz- und Risikofaktoren. Darüber hinaus werden praxisnahe Ansätze der Gesprächsführung vorgestellt, welche Orientierung für die Einschätzung, Kommunikation und Begleitung von Menschen in suizidalen Krisensituationen bieten sollen.

Zur Person:

Prof. Dr. Peter Kreuzer ist als Chefarzt an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie in Regensburg tätig und beschäftigt sich seit vielen Jahren mit psychischen Krisen, Krisenintervention und der Begleitung von Menschen in belastenden Lebenssituationen. In seinen Vorträgen verbindet er fachliche Expertise mit praxisnahen Erfahrungen und legt besonderen Wert auf eine verständliche und anwendungsorientierte Vermittlung komplexer Themen.

12.11.2026

Sexualität in der Krise

Krisenhafte Lebenssituationen lassen Sexualität oftmals nicht unberührt. Belastende Erlebnisse und anhaltende psychische Belastung können in einigen Fällen zum Rückzug aus sexuellen Beziehungen führen, in anderen zur Funktionalisierung von Sexualität als Bewältigungsstrategie. Auch Krisen in der Partnerschaft können sich derart in der Sexualität widerspiegeln. Anhand von Fallbeispielen gibt dieser Vortrag Einblicke in den Nutzen von Sexualanamnese und -diagnostik für das Verständnis von Krisensituationen und Behandlungsempfehlungen.

Zur Person: Dr. Thula Koops ist Psychologin und in Weiterbildung zur Psychologischen Psychotherapeutin (tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie). Sie ist Clinical Scientist am Institut für Sexualforschung, Sexualmedizin und Forensische Psychiatrie des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf (UKE) und forscht zu sexuellen Störungen und Paarsexualität.

Die kostenlose Vortragsreihe

HSN-Impulse

Perspektiven Psychischer Krisen

Wissen · Prävention · Intervention

Wird präsentiert von

HSN

Helfen in Seelischer Not

