



Event-Themen 2022/23 im Überblick

Gerne bereichere ich Ihr Event – ob ein Frauenevent, Seminar, eine Fachtagung, Lesung usw. Die Themen werden dem Rahmen des Events entsprechend entfaltet. Themen mit einem Stern am Anfang (*) eignen sich auch gut für längere Einheiten (Seminare etc.). Die Vorträge werden nach Möglichkeit durch ansprechende PowerPoint Präsentationen unterstützt. Auch weitere Themen oder alternative Titelformulierungen sind möglich. Der christliche Glaube und biblische Bezüge fließen ganz selbstverständlich und natürlich in meine Referate mit ein.

* 1. **Blühe dort, wo du gepflanzt bist** – himmelwärts verwurzelt leben

Die Aufforderung „Blühe dort, wo du gepflanzt bist!“ geht leicht über die Lippen, ist aber in der praktischen Umsetzung eine Herausforderung. Der vergleichende Blick auf den viel idealeren Garten der Nachbarin, Freundin, Schwester macht uns mutlos. „Blühe dort, wo du gepflanzt bist!“ ist ein Prinzip, das uns auch in der Bibel begegnet. Gottes Wort macht uns Mut, nicht aufzugeben – trotz Sturm und Wetter. Was hilft meiner Lebensblume, sich zu entfalten und zur vollen Blüte zu reifen? Gönn deinem Lebensgarten diese Zeit der Ermutigung und Inspiration!

2. **Die Frau im Spiegel** – die Würde der Weiblichkeit entdecken

„Spieglein Spieglein an der Wand, wer ist die Schönste im ganzen Land?“ Frauen blicken in den Spiegel und fragen sich: Wie sehe ich aus? Sitzt meine Kleidung, meine Frisur? Oft bleibt es bei dieser oberflächlichen Betrachtung. Mutig wollen wir uns der Frau im Spiegel stellen und einen Blick hinter die äußere Erscheinung werfen. Tief in uns hineinblicken und uns der Frage stellen: Wer ist denn die Frau, die mich im Spiegel anschaut? Wer bin ich eigentlich? In der Bibel finden wir klare Antworten auf diese Frage und erfahren, was Gott der Schöpfer über uns Frauen denkt.

3. **Die leisen Weltveränderer** – von der Stärke introvertierter Menschen

Ungefähr die Hälfte aller Menschen ist introvertiert. Dennoch werden Persönlichkeitsmerkmale von Extrovertierten oft als positiver dargestellt. Dies gilt auch für den christlichen Kontext. Folglich fühlen sich Introvertierte oft defizitär. Dabei übersehen nicht nur sie selbst, sondern auch andere, welche Stärken und Fähigkeiten Introvertierte einbringen können. Debora Sommer zeigt, wie Introvertierte ticken und dass ihr Beitrag – privat, beruflich und im Kontext der Kirche – von großer Bedeutung ist.

* 4. **einzigartig! Entfalte, was in dir steckt** – von der Raupe zum Schmetterling

Debora Sommers Schmetterlingsbotschaft richtet sich an all jene, die sich danach sehnen, dass in ihrem Leben zur Entfaltung kommt, was Gott in sie hineingelegt hat. Doch wie kann das geschehen? Lass dich von der Verwandlung der Raupe zum Schmetterling ermutigen für dein eigenes Leben. Die Raupe trägt Flügel in sich! In ihr ist alles angelegt, was sie für die Verwandlung zum Schmetterling braucht. Ganz ähnlich ist es bei dir. Auch in dir darf zur Entfaltung finden, was der Schöpfer in dir angelegt hat.

5. **Empfangen und weitergeben** – Staffellauf der Generationen / Hinterlasse ein positives Erbe

Wir alle haben einen Stab von einer Läuferin vor uns erhalten und wir alle geben unseren Stab an eine nächste Generation weiter. Wie man uns den Stab übergeben hat, prägt unseren Lauf, unser Leben. Unser Lauf wird die nächste Generation prägen. Wie gelingt es mir, ein positives Erbe zu hinterlassen, selbst wenn das Erbe, das mir übergeben wurde, nicht nur positiv, sondern auch schmerzlich war?

6. **Hoffnungsschimmer in der Dunkelheit** – Lektionen aus 8 Schmerzjahren

Nichts ist verständlicher und menschlicher, als in Zeiten des physischen oder psychischen Schmerzes in Mut- und Hoffnungslosigkeit zu versinken. Herausgefordert von einer chronischen Schmerzsituation hat sich Debora Sommer in den vergangenen Jahren immer wieder auf die Suche nach Hoffnungsschimmern gemacht. Dabei wurde ihr auch der Glaube an Jesus Christus und Gottes Wort als Quelle der Lebenskraft und des Trostes neu kostbar. Mit Hoffnungsschimmern möchte sie diejenigen ermutigen, die neue Hoffnung brauchen.

7. **Im Herzen ist Raum für mehr** – Sehnsucht als Lebenskraft entdecken

Wieso hört das menschliche Herz nie auf sich zu sehnen? Warum stellt sich selbst nach den schönsten Erlebnissen und dem Erreichen von Zielen wieder dieses diffuse Gefühl ein, dass es doch mehr geben muss? Debora Sommer nimmt uns mit auf eine spannende Entdeckungsreise in die Welt der Sehnsucht. Was ist Sehnsucht eigentlich? Welchen Ursprung hat sie? Wie filtern wir aus unseren oft nicht richtig greifbaren Gefühlen unsere Grundsehnsüchte heraus? Was hat Gott mit all dem zu tun? Und wie können wir Sehnsucht in Lebenskraft umwandeln?

*8. **introvertiert & extrovertiert** – Vom Segen der Ergänzung mit Rolf Sommer

Dass unterschiedliche Veranlagungen auch Probleme mit sich bringen, haben Debora (introvertiert) und Rolf (extrovertiert) zur Genüge erlebt. Ihre Andersartigkeit hat ihre Beziehung und ihr Familienleben vor etliche Zerreißproben gestellt. Heute sehen sie ihre Andersartigkeit trotz aller Herausforderungen als Segen und wertvolle Ergänzung. Durch das Vermitteln von Grundlagen und persönliche Erfahrungsberichte sensibilisieren Debora und Rolf für die Unterschiede von introvertierten und extrovertierten Menschen und ermutigen zu einem konstruktiven Miteinander – in Ehe und Familie, am Arbeitsplatz und in der Kirche.

9. **Lernen aus der Geschichte** – 250 Jahre Juliane von Krüdener und wir

Die hochgebildete, deutschbaltische Botschaftergattin Juliane von Krüdener (1764-1824) versetzte mit ihrem missionarischen Wirken halb Europa in Aufruhr: Durch ihre Botschaft, ihren Einfluss auf die europäische Politik als Vertraute von Zar Alexander I. sowie als Sozialreformerin von West- bis Osteuropa. Debora Sommer hat sich intensiv mit dem Leben dieser faszinierenden Zeitgenossin von Napoleon, Goethe und Pestalozzi auseinandergesetzt und über sie ihre Doktorarbeit sowie eine Biografie geschrieben. Entdecken Sie die vergessene Geschichte einer einflussreichen Schriftstellerin und Salondame zur Zeit der französischen Revolution, die die vorherrschenden Schranken durchbrach und im Dienst für Gott mutige Wege beschritt. Am Ende steht die entscheidende Frage: Was können wir heute von der Baronin lernen?

*10. **Mit allen Sinnen auf Empfang** – (Hoch)Sensibilität als Gottesgeschenk und Auftrag

Debora Sommer beleuchtet die bemerkenswerte Wahrnehmungsgabe der Hochsensibilität (auch Neurosensitivität genannt) aus christlicher Perspektive und fragt nach dem besonderen Auftrag von Hochsensiblen im Reich Gottes. „Mit allen Sinnen auf Empfang“ ist nicht nur eine Beschreibung dessen, was viele Hochsensible im Alltag erleben, sondern auch Ausdruck einer Sehnsucht in geistlicher Hinsicht. Wenn wir bereit sind, unsere Sinne von Gott schärfen zu lassen (das gilt auch für Nichthochsensible), werden wir mehr von Gott in unserem Leben empfangen und wird die Schönheit und Kraft des Reiches Gottes noch viel deutlicher unter uns sicht- und spürbar.

11. **Salongesellschaft 2.0** – Ein Plädoyer für Salons der Gegenwart

Dieses Referat verbindet zwei Faszinationen: Auf der einen Seite diejenige für die historische Salonkultur unter weiblicher Führung, als Netzwerk, das sich im 18. Jh. auf ganz Europa ausgedehnt hatte. Auf der anderen Seite für das globale Netzwerk der Generation Web 2.0. Eine nähere Untersuchung beider Netzwerke bringt überraschende Parallelen zum Vorschein. Kein Wunder, dass es in jüngster Zeit zu einer Renaissance der Salongesellschaft kommt. Mein Referat zeigt Hintergründe auf und ist ein Plädoyer für Salons als Begegnungsräume der Gegenwart. Als Orte der gemeinsamen Reflexion über das Leben, Religion, Politik, Kunst, Literatur und vieles mehr.

12. Trotz-dem – Einladung zu einem Trotzdem-Glauben

Das Leben ist nicht einfach. Immer neu sind wir herausgefordert und oft auch überfordert: Wie kann es gelingen, dass unsere begrenzte menschliche Realität immer mehr von der göttlichen Realität durchdrungen wird, die unseren Verstand übersteigt? Wie können wir mitten in unseren Lebensstürmen eine übernatürliche Freude erfahren und einen göttlichen Frieden, der nicht erklärt werden kann? Wie können wir zu einem Trotzdem-Glauben durchdringen, der unabhängig davon ist, wie sich die Dinge in unserem Leben entwickeln?

13. Unverschämt leben – toxische Scham überwinden

Neben gesunder Scham, die uns vor Grenzüberschreitungen schützt, gibt es auch toxische Scham, welche sämtliche Lebensbereiche vergiftet. Toxische Scham treibt uns wegen gefühlter Mängel, unerfüllter Ideale, Versagen, Beschämungserfahrungen und aus anderen Gründen in die Isolation. Wir möchten uns mutig dem Tabu-Thema Scham stellen. Wie können wir Masken der Scham ablegen und ehrlich voreinander werden? Gottes Wort weist uns den Weg – in eine Dimension der Freiheit, Würde und Wiederherstellung.

14. Vantage-Sensitivität – die Sonnenseite der hochsensiblen Veranlagung stärken

Dank ihres durchlässigeren Nervensystems nehmen erhöht Neurosensitive (= Hochsensible) äußere und innere Reize intensiver wahr als Nichthochsensible. Dies kann leicht zu Gefühlen der Überforderung führen. Allerdings bringt die hochsensible Wahrnehmungsfähigkeit nicht nur eine Empfänglichkeit für negative Einflüsse mit sich, sondern auch für positive. Daran knüpft die Vantage-Sensitivität an. Debora Sommer erklärt, was das ist und zeigt Wege auf, wie die Sonnenseite der hochsensiblen Veranlagung gestärkt werden kann und Hochsensible zu einem gesunden, eigenverantwortlichen und erfüllenden Umgang mit ihrer Gabe finden.

15. Wenn Lebensträume platzen – heilsame Verhaltensmuster trainieren

Wenn Lebensträume platzen, fühlt man sich, als stünde man vor dem Scherbenhaufen seines Lebens. Tragische Schicksalsschläge oder einfach Dinge, die sich in meinem Leben nicht so entwickeln, wie ich sie gerne hätte. Was nun? Wie gehe ich damit um? Die entscheidende Frage lautet: Gibt es eine Möglichkeit, mit einem geplatzten Lebenstraum so umzugehen, dass er nicht die gesamte weitere Entwicklung meines Lebens negativ beeinflusst? In Krisenzeiten unseres Lebens habe wir die Wahl zwischen schädlichen und heilsamen Verhaltensmustern. Die Bibel ist uns bei der Beantwortung dieser Frage eine wichtige Hilfe.

Kurzvorstellung

Dr. Debora Sommer (Jg. 1974) ist Theologin, Dozentin am Theologischen Seminar St. Chrischona, Referentin, Autorin und Menschenbegleiterin (www.deborasommer.com). Sie ist verheiratet, Mutter von zwei jungen Erwachsenen und lebt im Schweizer Mittelland.

Debora Sommer

