



Tag der Psychologie der Landesgruppe Baden-Württemberg im BDP
im BDP-Programm zur Woche der Seelischen Gesundheit 2025: „Lass Zuversicht wachsen – Psychisch stark in die Zukunft“

**Wenn der Boden wackelt:
Wie Humor uns stabilisiert – und Zuversicht trägt**
**Gesellschaftliche Verunsicherung und Polykrisen –
psychologische Perspektiven und Ressourcen**

am Samstag, 11. Oktober 2025, von 10.00 bis 15.30 Uhr
virtuell auf BigBlueButton, offen für alle im BDP und darüber hinaus
Anmeldung via [Online-Anmeldeformular](#)

Programm

10.00 Uhr	Begrüßung
10.15 Uhr	Lead-Vortrag mit Dr. Fabian Chmielewski Mad World - Globale Krisen und die Psychologie und Psychotherapie In krisenhaften Zeiten passiert es häufiger, dass Menschen aktuelle gesellschaftliche Themen wie die Klima-Krise, den Rechtsruck oder Kriege in Therapie und Beratung einbringen. Die Konfrontation mit diesen Krisen kann psychische Probleme verschlimmern oder sogar verursachen. Mit welchen psychologischen Modellen lässt sich die Verarbeitung dieser Krisen verstehen? Wie gelingt es, konstruktiv über globale Krisen zu sprechen? Welche Interventionen lassen sich anwenden, um einen adaptiven Umgang mit diesen Krisen zu erreichen? Welche Rollen spielen Psycholog*innen in krisenhaften Zeiten? Der Workshop hält Antworten auf diese Fragen sowohl für Beratung als auch Psychotherapie bereit.
11.00 Uhr	Im Anschluss an den Leadvortrag gibt es Raum für einen moderierten Austausch unter den Teilnehmenden
11.30 Uhr	Pause
11.45 Uhr	Humor – Ressource oder Hemmnis im Umgang mit Unsicherheit? Vortrag mit Prof. em. Dr. Willibald Ruch



	Humor kann in Krisenzeiten eine bedeutende psychologische Kraft entfalten: Er hilft, emotionale Distanz zu gewinnen, Verbundenheit zu fördern und neue Perspektiven zu erschließen. Der Beitrag beleuchtet die psychologische Wirkung von Humor im individuellen Coping sowie in sozialen und organisationalen Kontexten. Neben theoretischen Grundlagen stehen praxisnahe Anwendungsbeispiele, interaktive Elemente und Raum zur Reflexion im Mittelpunkt.
12.45 Uhr	Mittagspause
13.15 Uhr	Improtheater Konstanz
13.45 Uhr	Stimmen zur Darbietung vom Improtheater Konstanz
14.00 Uhr	Zuversicht stärken – psychologische Impulse für eine gestaltbare Zukunft Vortrag von Franca Cerutti Wie lässt sich tragfähige Zuversicht entwickeln – trotz und gerade wegen der gegenwärtigen Herausforderungen? Der Beitrag bietet psychologische Zugänge zur Förderung von Hoffnung, Selbstwirksamkeit und Zukunftskompetenz. Theoretische Konzepte und praxisorientierte Methoden zeigen, wie Menschen in Beratung, Führung oder Bildung gestärkt werden können, um aktiv und konstruktiv mit Unsicherheit umzugehen.
15.00 Uhr	Fazit und Abmoderation
15.15 Uhr	Pause
15.30 Uhr	Weiter geht es für die Mitglieder der Landesgruppe Baden-Württemberg mit der Mitgliederversammlung 2025