

## Corona: Zunahme von Gewalt in Familien - Psychologische Hilfen

Sehr geehrte Herren und Damen,

als Experten für psychologische Beratung vor allem für Familien befürchten wir eine Zunahme von Gewalt in Familien. Wir haben deshalb begonnen, kleine Videos zu erstellen, die sich mit Gefühlen und Beziehungen beschäftigen. Sie sind niedrigschwellig, menschlich ansprechend und freundlich gehalten. Die Sprache ist einfach und vor allem für Menschen gedacht, die sich noch nicht mit Psychologie beschäftigen.

Wir reden über Spannungen in Beziehungen, die wichtigen Grundgefühle wie Wut und Angst und wie man damit umgehen kann, ohne sich und andere zu schädigen. Zur Anwendung kommen die gewaltfreie Kommunikation nach Rosenberg und das für die innere Psychodynamik leicht verständliche System der Transaktionsanalyse. Die Reihe ist psychoedukativ angelegt. Die nächsten Videos werden sich mit den Themen Alkohol und Gewalt, Depression und Gewalt gegen Kinder beschäftigen. Das Thema sexueller Missbrauch von Kindern wurde schon angesprochen.

Unsere Playlist wurde schon auf der Homepage der evangelischen Landeskirche Württemberg eingestellt (<https://www.elk-wue.de/corona>). Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie sich an der Verbreitung dieser Videos beteiligen würden. Sie können die Playlist gerne für Ihre Homepage verwenden oder darüber berichten. Wir sind überzeugt, dass die Videos dazu beitragen können, die zunehmenden Spannungen in Familien oder für Alleinlebende zu verringern.

Die Playlist wird automatisch immer aktualisiert:

**„Psychologie für Zuhause in Zeiten von Corona“**

[https://www.youtube.com/playlist?list=PL\\_brvy6D8ZFsep3grJEo4XXK-5C5zmN](https://www.youtube.com/playlist?list=PL_brvy6D8ZFsep3grJEo4XXK-5C5zmN)

Über Ihre Unterstützung, dieses Format weiterzuverbreiten und bekanntzumachen, freuen wir uns sehr!

Für Rückfragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Susanne Bakaus

Leiterin, Diplom-Psychologin

Systemische Therapeutin und Supervisorin

### Landesstelle der Psychologischen Beratungsstellen

in der Evang. Landeskirche in Württemberg

Augustenstr. 39 B, 70178 Stuttgart (Germany)

Tel ++49 (0) 711 / 66 95 86

Hdy ++49 (0) 178 8090165

Fax ++49 (0) 711 / 66 95 871

E-Mail [sekretariat@lpb-elk-wue.de](mailto:sekretariat@lpb-elk-wue.de)

[susanne.bakaus@lpb-elk-wue.de](mailto:susanne.bakaus@lpb-elk-wue.de)

[www.psych-beratungsstelle-landesstelle.de](http://www.psych-beratungsstelle-landesstelle.de)