



## Depressionen und bipolare Störungen überwinden helfen

---

Die Depression ist das wohl verbreitetste Krankheitsbild in der sozialpsychiatrischen Arbeit. Depression kommt als eigenständige Erkrankung vor, tritt aber auch bei fast allen anderen psychischen Erkrankungen begleitend auf. Menschen mit bipolaren Störungen begegnen uns ebenfalls in allen sozialpsychiatrischen Arbeitsfeldern und beanspruchen Mitarbeitende gerade in akut-manischen Krisen stark.

In diesem Seminar wird der aktuelle Forschungsstand zum Verständnis der Depression und der bipolaren Störungen vermittelt. Hauptsächlich wird es allerdings um Handlungsstrategien für die sozialpsychiatrische Alltagsarbeit gehen. Ein Schwerpunkt wird sich mit Menschen beschäftigen, die unter chronischen und wiederkehrenden Depressionen leiden. Viele dieser Klienten haben Beziehungstraumata erlitten und können mit den herkömmlichen Methoden zum Umgang mit depressiven Störungen nicht genesen.

Dieses Seminar richtet sich sowohl an Mitarbeitende, die noch nicht so viel Erfahrung in der Arbeit mit bipolaren und depressiven Klienten haben, als auch an „alte Hasen“, die neue Anregungen suchen. Unter anderem werden neue Erkenntnisse zum Umgang mit problematischem Grübeln und Achtsamkeitsansätze bei bipolaren Störungen vorgestellt. Außerdem beschäftigen wir uns damit, was Helfende tun können, um nicht selber in eine depressive Stimmung hineingezogen zu werden.

---

<b>Zielgruppe:</b>	Dieses Seminar richtet sich an Mitarbeitende, die mit depressiv oder bipolar erkrankten Menschen arbeiten oder mehr darüber erfahren möchten.
<b>Referent:</b>	Andreas Knuf, Dipl.-Psych./Psychologischer Psychotherapeut, <a href="http://www.andreas-knuf.de">www.andreas-knuf.de</a>
<b>Termin:</b>	11. – 12. Mai 2023 9-17 Uhr
<b>Ort:</b>	Freiräume Konstanz Vor der Halde 5 D-78462 Konstanz
<b>Kosten:</b>	280 Euro
<b>Anmeldung:</b>	Erfolgt über die Shop-Funktion auf unserer Homepage.