

Jeden
letzten
Montag im
Monat

Angehörigengruppe Depression

In unseren Angehörigengruppen lernen Sie Menschen in ähnlichen Lebenssituationen kennen und erweitern im Rahmen der Psychoedukation Ihr Wissen zur Erkrankung.

Nach einem festen Anfangsritual erweitern Sie durch einen psychoedukativen Impulsvortrag Ihr Wissen zur und rund um die Erkrankung. Anschließend haben Sie die Möglichkeit, sich mit den anwesenden Angehörigen (z. B. Partnerinnen und Partner, Eltern, Geschwister, Kinder und Freundinnen und Freunde) zum jeweiligen Themenschwerpunkt auszutauschen. Am Ende steht immer eine kleine Einheit zur Selbstfürsorge.

Unsere Angehörigengruppen sind offene Gruppen, bei denen Sie jederzeit herzlich willkommen sind und gerne ohne Voranmeldung dazukommen können.

Psychotherapeutische Leitung: M.Sc. Eva Ryschka

Sollten Sie vorab Fragen haben, melden Sie sich gerne telefonisch unter 0151 61007997.

WANN: 18:30–20:00 Uhr

WO: Vivantes Auguste-Viktoria-Klinikum
Rubensstr. 125, 12157 Berlin
Haus 17, EG, Inselcafé

Termine und Themen 2022

31. Januar 2022

Was sind Depressionen?
Symptome der Depression,
Diagnosen, Verläufe

28. Februar 2022

Wie entstehen Depressionen?
Einführung in Entstehungs- und
Störungsmodelle der Depression

28. März 2022

Wie gehe ich mit Depressionen um?
Lebensführung mit Depression und
Umgangsstrategien für Angehörige

25. April 2022

Was sind depressive Denkmuster?
Und was kann ich tun?
Typische Gedanken depressiver
Patient*innen und Umgangs-
strategien

30. Mai 2022

Was tun, wenn es „ganz schlimm“
wird? Umgang mit Suizidalität und
Krisen

27. Juni 2022

Welche Gefühle gibt es und wie
können wir diese verändern?
Strategien zur Emotionsregulation

25. Juli 2022

Wie beeinflusst Depression unser
Miteinander und was sind wieder-
kehrende Konflikte und Belastungen?
Interpersonelle Fähigkeiten, Belas-
tungen und Unterstützungsmög-
lichkeiten

29. August 2022

Wie werden Depressionen behan-
delt? Therapieverfahren in der
Depressionsbehandlung

26. September 2022

Wie helfen Medikamente?
Welche gibt es und wofür?
Die medikamentöse Therapie
der Depression und ihre Neben-
wirkungen

31. Oktober 2022

Was ist denn mit Papa/Mama los?
Mit Kindern über Depression spre-
chen

28. November 2022

Was kann ich tun, um eine weitere
depressive Episode zu verhindern?
Rückfallprophylaxe

19. Dezember 2022

Was kann ich für mich tun?
Selbstfürsorgestrategien



Wie komme ich zum Vivantes Auguste-Viktoria-Klinikum?

S1 Feuerbachstraße, weiter mit dem **Bus M76** bis Cranachstraße oder **Bus X76** bis Auguste-Viktoria-Klinikum Süd
S2, S25 Priesterweg, weiter mit dem **Bus M76, X76** bis Auguste-Viktoria-Klinikum Süd
Bus 143 bis Auguste-Viktoria-Klinikum oder Auguste-Viktoria-Klinikum Süd; **Bus 170** bis Insulaner
Bus 246 bis Brüggemannstraße/AVK Ost
U9 Walther-Schreiber-Platz, weiter mit dem **Bus M76, X76** bis Auguste-Viktoria-Klinikum Süd
S41, S42, U4 Innsbrucker Platz, weiter mit dem **Bus 187** oder **Bus 143** bis Auguste-Viktoria-Klinikum

Vivantes Auguste-Viktoria-Klinikum
 Akademisches Lehrkrankenhaus der Charité
 – Universitätsmedizin Berlin
 Rubensstraße 125 | 12157 Berlin
www.vivantes.de/avk

Folgen Sie uns auf:



www.instagram.com/vivantesgmbh
www.facebook.com/vivantes
www.twitter.com/vivantes