



Volkshochschule
Schaumburg



schaumburger
bündnis
gegen
DEPRESSION

**Veranstaltungsreihe der `AG Selbsthilfe` im Rahmen
des Schaumburger Bündnisses gegen Depression in
Kooperation mit der Begegnungsstätte Bückeburg:
Der Kampf ums Leben.**

Thema der Veranstaltung:

Wie fühlt sich eine Depression an? - Szenen einer psychischen Störung.

Wie fühlt sich eine Depression an? Tatsächlich lässt sich das Erleben einer betroffenen Person nur skizzieren. Eine allgemeingültige Antwort auf die Frage gibt es nicht: Der Verlauf und die Ausprägung der Störung ist individuell unterschiedlich.

Als nicht-betroffener Mensch ist es schwer, den gefühlten Alltag von Betroffenen nachzuvollziehen. Es stellen sich mehr Fragen, als sich Antworten finden lassen.

Was empfinden Angehörige und Freunde, die einem Betroffenen nahestehen? Wie kann mit der Hilflosigkeit, dem Gefühl des Versagens, der Kluft in der zwischenmenschlichen Beziehung umgegangen werden? Wie kann man die Krankheit erkennen und gemeinsam mit dem Betroffenen oder für sich selbst Bewältigungsstrategien entwickeln? Was unterstützt, was ist hinderlich für einen Heilungsprozess?

Die Veranstaltung bietet Einblick in das Erleben einer Depression aus Sicht unterschiedlicher Beteiligter. Am Ende stehen Betroffene, Angehörige und Fachleute für einen Erfahrungsaustausch bereit und informieren zu Unterstützungsmöglichkeiten im Landkreis Schaumburg.

28.01.2019

18:30 Uhr

**VHS Schaumburg,
Außenstelle
Bückeburg,
Schlossplatz 3C**

DEPRESSIONEN
ERKENNEN UND DAMIT
UMGEHEN LERNEN.

ERFAHRUNSAUSTAUSCH
VON BETROFFENEN,
ANGEHÖRIGEN UND
BERUFLICH HELFENDEN.

**Anmeldung bei der VHS,
Kurs Nr. 940202
Tel: 05721 7870
Anmeldeschluss 22.1.19
Eintritt : 5,-**

Informationen zu der
Veranstaltung finden Sie
auch hier:

[www.schaumburger-
buendnis-gegen-
depression.de /](http://www.schaumburger-buendnis-gegen-depression.de/)
„AG Selbsthilfe &
Depression“,

Tel.: 05721/9395444

E-Mail:

[schaumburger@buendnis-
gegen-depression.de](mailto:schaumburger@buendnis-gegen-depression.de)



Volkshochschule
Schaumburg



schaumburger
bündnis
gegen
DEPRESSION

**Veranstaltungsreihe der `AG Selbsthilfe` im Rahmen
des Schaumburger Bündnisses gegen Depression in
Kooperation mit der der Begegnungsstätte Bückeburg:
Der Kampf ums Leben.**

Thema der Veranstaltung:

Wie fühlt sich eine Depression an? - Szenen einer psychischen Störung.

Wie fühlt sich eine Depression an? Tatsächlich lässt sich das Erleben einer betroffenen Person nur skizzieren. Eine allgemeingültige Antwort auf die Frage gibt es nicht: Der Verlauf und die Ausprägung der Störung ist individuell unterschiedlich.

Als nicht-betroffener Mensch ist es schwer, den gefühlten Alltag von Betroffenen nachzuvollziehen. Es stellen sich mehr Fragen, als sich Antworten finden lassen.

Was empfinden Angehörige und Freunde, die einem Betroffenen nahestehen? Wie kann mit der Hilflosigkeit, dem Gefühl des Versagens, der Kluft in der zwischenmenschlichen Beziehung umgegangen werden? Wie kann man die Krankheit erkennen und gemeinsam mit dem Betroffenen oder für sich selbst Bewältigungsstrategien entwickeln? Was unterstützt, was ist hinderlich für einen Heilungsprozess?

Die Veranstaltung bietet Einblick in das Erleben einer Depression aus Sicht unterschiedlicher Beteiligter. Am Ende stehen Betroffene, Angehörige und Fachleute für einen Erfahrungsaustausch bereit und informieren zu Unterstützungsmöglichkeiten im Landkreis Schaumburg.

28.01.2019

18:30 Uhr

**VHS Schaumburg,
Außenstelle
Bückeburg,
Schlossplatz 3C**

DEPRESSIONEN
ERKENNEN UND DAMIT
UMGEHEN LERNEN.

ERFAHRUNSAUSTAUSCH
VON BETROFFENEN,
ANGEHÖRIGEN UND
BERUFLICH HELFENDEN.

**Anmeldung bei der VHS,
Kurs Nr. 940202
Tel: 05721 7870
Anmeldeschluss 22.1.19
Eintritt 5,-**

Informationen zu den
Veranstaltung finden Sie
auch hier:

[www.schaumburger-
buendnis-gegen-
depression.de /](http://www.schaumburger-buendnis-gegen-depression.de/)
„AG Selbsthilfe &
Depression“,

Tel.: 05721/9395444

E-Mail:

[schaumburger@buendnis-
gegen-depression.de](mailto:schaumburger@buendnis-gegen-depression.de)