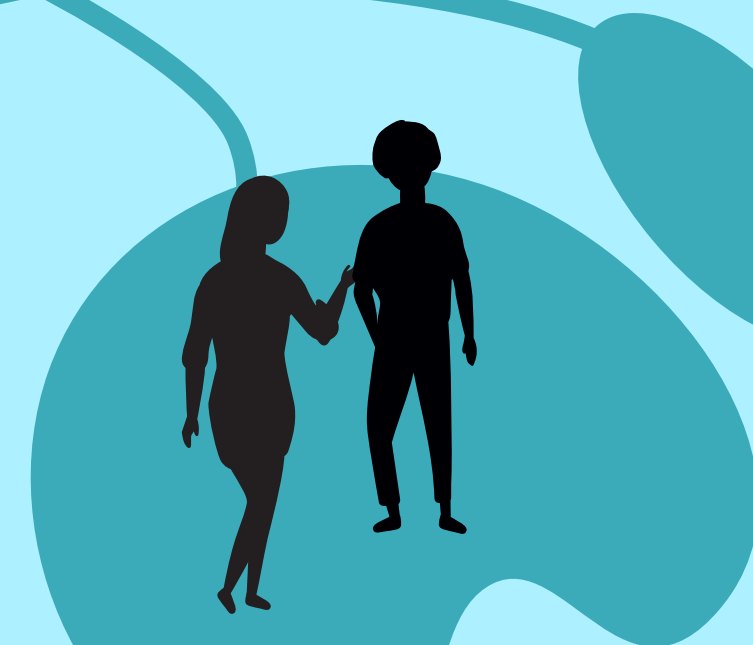


# Im Austausch bleiben

Online-Veranstaltungsreihe für  
Angehörige von Menschen mit  
psychischer Erkrankung

von  
**24.9.2021-22.10.2021**

Informationen und Anmeldung:  
[www.hpe.at/tagung](http://www.hpe.at/tagung)



Im Austausch bleiben



 Bundesministerium  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz

 Sozialministeriumservice  
 Bundeskanzleramt

**Veranstalter:**  
HPE Österreich  
Brigittenauer Lände 50-54/1/5  
1200 Wien  
[www.hpe.at](http://www.hpe.at) 01-5264202



HILFE FÜR ANGEHÖRIGE  
PSYCHISCH ERKRANKTER

# Im Austausch bleiben

## Online-Veranstaltungsreihe für Angehörige von Menschen mit psychischer Erkrankung

### VORTRÄGE

Anmeldung ab 1.7.2021

#### ANGEHÖRIG SEIN HILFE FÜR ANGEHÖRIGE PSYCHISCH ERKRANKTER MENSCHEN

Seit 43 Jahren engagieren sich Angehörige für andere Angehörige psychisch erkrankter Menschen, sie organisieren Selbsthilfegruppen, Vorträge, Seminare, organisieren professionelle Beratungsstellen, setzen sich im Rahmen der Interessenvertretung für eine strukturelle Verbesserung der Situation ein und vergessen nicht aufs gemütliche Beisammensein. Angehörige und professionelle Mitarbeiter\*innen der HPE aus ganz Österreich erzählen von ihren Erfahrungen und stellen ihre Arbeit vor.

**Vertreter\*innen der HPE aus ganz Österreich**  
Freitag 24. September 2021 16-18 Uhr

#### PSYCHISCHE STÖRUNGEN UND PAARBEZIEHUNGEN: ÜBERLEGUNGEN AM BEISPIEL EINER DEPRESSION

In diesem Online-Vortrag wird aufgezeigt, welche Rolle die Qualität der Partnerschaft für den Verlauf von psychischen Störungen (insbesondere Depressionen) spielt und über welche Prozesse dies erklärt werden kann. Ferner wird herausgearbeitet, dass von der psychischen Störung immer beide betroffen sind, die PatientInnen ebenso wie die PartnerInnen. Es handelt sich um eine „gemeinsame Herausforderung“. Daher gilt es beider Leiden zu verstehen und im therapeutischen Arbeiten zu berücksichtigen, aber auch beider Ressourcen zu sehen und zu stärken.

**Referent: Prof. Dr. Guy Bodenmann, Ordinarius für Klinische Psychologie und Paartherapeut an der Universität Zürich**  
Mittwoch 29. September 2021 16-18 Uhr

#### DEPRESSION UND ARBEIT: TROTZ DEPRESSIVER PHASEN ARBEITSFÄHIG BLEIBEN

Depressive Erkrankungen gehören zu den Volkskrankheiten am Arbeitsplatz. Sie sind für einen beträchtlichen Anteil der Fehltage verantwortlich und ein häufiger Grund für Anträge auf Berufsunfähigkeitspension/Rehab-Geld. Antriebslosigkeit, Schlafstörungen, Ängste, mangelndes Selbstwertgefühl usw. schränken die Lebensqualität und die Arbeitsfähigkeit sehr ein. Dabei werden gerade Menschen mit Depressionsneigung oft als die fleißigsten Arbeitnehmer\*innen wahrgenommen, weil sie hohe Ansprüche an Leistung, Perfektion und Qualität haben – und gerade unter diesem Druck zusammenbrechen. Im Zentrum der Behandlung steht daher neben der Wiedererlangung von Leistungsfähigkeit die Förderung des eigenen Wohlbefindens gut zu sorgen.

**Referent\*innen: Birgit Elsayed-Glaser, Ergotherapeutische Leitung Zentrum für seelische Gesundheit LEOpoldau und SIMmering**

**Christine Reinhard, Fachbereich Selbsthilfeorientierte Projektarbeit-Selbsthilfebereich der pro mente Wien**

**Prim. Dr. Marc Keglavic, Psychiatrische Reha St. Veit**

Dienstag 5. Oktober 2021 16-19 Uhr

Informationen und Anmeldung:  
[www.hpe.at/tagung](http://www.hpe.at/tagung)

### VORTRÄGE

Anmeldung ab 1.7.2021

#### DAS STIGMA PSYCHISCHER ERKRANKUNG AUSWIRKUNGEN UND INTERVENTIONEN

Das Stigma mit dem Menschen mit psychischer Erkrankung konfrontiert sind, ist manchmal schlimmer als die Erkrankung selbst! Stigma begegnet uns in allen Lebensbereichen, in der Gesellschaft, in Medien, in der Arbeitswelt, im Gesundheitswesen, im Freundeskreis, der Familie und auch bei einem selbst. Viele Menschen, die spüren, dass sie Hilfe brauchen würden, zögern, oder ziehen sich aus Scham zurück und vermeiden Behandlung. Prof. Rüschi bringt Beispiele sowie Denkanstöße, zeigt auf wie Stigmatisierung wirkt und was man dagegen tun kann.

**Referent: Univ.-Prof. Dr. Nicolas Rüschi, Sektion Public Mental Health, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie II, Universität Ulm**

Montag 11. Oktober 2021 18-20 Uhr

#### REBELLION ODER SYMPTOM: WENN JUGENDLICHE NICHT ERWACHSEN WERDEN WOLLEN/KÖNNEN

„Null Bock auf nix“ – so erscheinen manche Jugendliche bzw. junge Erwachsene ihren Eltern: Sie gehen nicht mehr zur Schule, machen die Nacht zum Tag, hängen vor ihren Computern herum, sperren sich in ihrem Zimmer ein, brechen die Sozialkontakte ab, kiffen sich zu und beantworten die Kontaktversuche der Eltern mit Schweigen oder unwirschen Antworten. Eltern fragen sich: Ist das Verhalten meines Kindes noch im Rahmen einer normalen pubertären Entwicklung? Wann wird aus pubertärer Verweigerung ein krankheitswertiger Zustand? Wann braucht mein Kind Hilfe? Und: Wie soll/muss ich als Eltern-(teil) handeln – und wo sind meine Grenzen?

**Referent: Dr. Christoph Minar, Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie**

Mittwoch 13. Oktober 2021 17-19 Uhr

#### MEDIKAMENTÖSE BEHANDLUNG BEI PSYCHISCHEN ERKRANKUNGEN

Das Thema Medikamente beschäftigt viele Angehörige sehr, ist es doch häufig ein wiederkehrendes Diskussionsthema mit ihrem erkrankten Familienmitglied. Psychopharmaka sind unumstritten eine wichtige Säule in der Behandlung psychischer Erkrankungen, trotzdem werden sie kontrovers diskutiert. Werden zu viele Medikamente verordnet und zu lange? Wie sieht es mit den Nebenwirkungen aus und ist ein Aussteigen möglich? Die Referentin wird das Thema von verschiedenen Gesichtspunkten beleuchten, Wirkungen und Nebenwirkungen ansprechen und auf Fragen der Teilnehmer\*innen eingehen.

**Referentin: Dr. Sabine Rückel, Fachärztin für Psychiatrie und psychotherapeutische Medizin und Psychotherapeutin für integrative Gestalttherapie**

Donnerstag 14. Oktober 2021 17-19 Uhr

#### MEIN RECOVERY

Recovery bedeutet Genesung oder Gesundung. Genesungswege nach psychischer Erkrankung können sehr verschieden sein, und doch können Profis und Angehörige mit einer Recovery-orientierten Haltung unterstützen. In diesem Online-Vortrag erzählt Dr. Michaela Amering, deren Name mit dem Begriff „Recovery“ untrennbar verbunden ist, von ihren vielfältigen Erfahrungen dazu.

**Referentin: Prof. Dr. Amering, Oberärztin an der Psychiatrischen Abteilung der MedUni Wien**

Freitag 22. Oktober 2021 17-19 Uhr

### WORKSHOPS

Anmeldung ab 1.9.2021

#### BEVOR ES ZU SPÄT IST! - KRISENINTERVENTION UND SUIZIDVERHÜTUNG

Viele Angehörige erleben, dass sich ihr erkranktes Familienmitglied in einer schweren Lebenskrise befindet. Ausgelöst durch plötzliche Verluste oder in Folge der psychischen Erkrankung selbst kommt es zum Gefühl der Ausweglosigkeit bis zu der Idee sich das Leben nehmen zu wollen. In diesem Online-Seminar möchten die Referentinnen mit Ihnen Warnsignale und Hinweise für eine suizidale Entwicklung beleuchten, um eine Gefährdung erkennen zu können. Außerdem sollen mögliche Hilfe- und Unterstützungsmöglichkeiten aufgezeigt werden und beigetragen werden, die eigenen Grenzen in der Begleitung zu erkennen.

**Referentinnen: Claudia Dauböck MSc, dipl. Krankenpflegeperson Psychiatrie & Neurologie, Pflegepädagogin, Mitarbeiterin der PSZ**

**Karin Zahnt, Psychotherapeutin und Mitarbeiterin im PSD Hollabrunn der PSZ**

Dienstag 28. September 2021, 16-18:30 Uhr

#### SOZIALRECHTLICHE ABSICHERUNGEN FÜR PSYCHISCH ERKRANKTE FAMILIENMITGLIEDER

Eine psychische Erkrankung führt oft dazu, dass sich die Erkrankten das Geld zur Bewältigung des Alltags nicht selbst verdienen können. Viele Angehörige unterstützen deshalb ihr erkranktes Familienmitglied auch finanziell. Diese finanzielle Abhängigkeit führt aber oft auch zu konflikthafter Situationen innerhalb der Familie. Dieser Online-Vortrag informiert deshalb über die verschiedenen Möglichkeiten der finanziellen Absicherung, die Menschen mit psychischen Erkrankungen geltend machen können, um ein selbstbestimmtes Leben zu führen.

**Referent: DSA Mag. Peter Gardowsky, Diplomsozialarbeiter, Coach in sozialrechtlichen Absicherungsfragen**

Donnerstag 30. September 2021 ODER Mittwoch 20. Oktober 2021 jeweils 18-20 Uhr

#### „WIE SAG ICH'S BLOSS?“ BESONDERHEITEN IN DER KOMMUNIKATION MIT EINEM PSYCHISCH ERKRANKTEN FAMILIENMITGLIED

Kommunikation spielt in jeder Beziehung eine wesentliche Rolle. Unter dem Einfluss von psychischen Erkrankungen kann die Kommunikation in der Familie aber besonders schwierig werden. Gespräche über das Zusammenleben, über Therapien und (berufliche) Rehabilitation können zu Spannungen führen. Angehörige möchten verstehen und helfen, aber auch verstanden werden. Dieses Online-Seminar vermittelt anhand von kurzen theoretischen Inputs und praktischen Übungen wesentliche Grundregeln für eine gelingende Kommunikation. Im Mittelpunkt stehen dabei die spezifischen Merkmale psychischer Erkrankungen.

**Referentin: Mag.a Claudia Altmann, Klinische-, Gesundheits- und Arbeitspsychologin, Psychotherapeutin.**

Langjährige Erfahrung in der Begleitung von Menschen mit psychischen Erkrankungen

Freitag 8. Oktober 2021 15-18 Uhr UND Samstag 9. Oktober 9-12 Uhr



**HILFE FÜR ANGEHÖRIGE  
PSYCHISCH ERKRANKTER**