



Psychosoziales
Kommunikationszentrum
Berlin

KommRum e.V.



Vortragsreihe

**Diese Veranstaltungen
sind kostenlos**

18. Psychiatrische Themenabende 2017

Do 20. April 2017 um 19 Uhr

Das psychische Trauma – wenn nichts mehr normal ist

Unsere Reaktion auf ein belastendes traumatisches Erlebnis durchläuft in der Regel drei Phasen: Schockphase, Einwirkungsphase des Traumas und Erholungsphase. Doch was tun, wenn die Erholungsphase ausbleibt? Wenn schwere Verwirrtheit, wiederkehrende Erinnerungsbilder und die Angst, „verrückt zu werden“ einen anhaltend quälen? Unsere Seele besitzt jedoch, ähnlich wie unser Körper, starke Kräfte zur Selbstheilung. Diese können wir gezielt unterstützen, wenn wir uns mit dem natürlichen Traumaverlauf vertraut machen.

Referenten: Dr. Heinz Thiele, Herr Dr. Kandirian

Do 15. Juni 2017 um 19 Uhr

Von der Bedeutung der Rituale

Rituale sind magische Handlungen, die Menschen zu allen Zeiten genutzt haben, um besondere Stadien des Lebens zu bewältigen, Gemeinschaft zu erhalten und starke Gefühle zu bewältigen. Keine Gesellschaft kommt ohne sie aus. Sie geben Stabilität und Orientierung in einer komplexen Welt. Auch im therapeutischen und pädagogischen Bereich spielen sie eine wichtige Rolle, denn sie können sinnlich erfahrbar machen, was Worte allein nicht vermitteln können. Wie können wir uns im Alltag die Kraft der Rituale zunutze machen?

Referentin: Bettina Gaertner (Ärztin)

Do 17. August 2017 um 19 Uhr

Kopfschmerzen

Fast jeder hat sie schon irgendwann erlebt. Nach Rückenschmerzen sind Kopfschmerzen die zweithäufigste Schmerzform und treten bei Er-

In Kooperation mit

Vivantes

Auguste-Viktoria-Klinikum (AVK)

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Dr. med. Heinz Thiele (Leitender Oberarzt AVK)

Bettina Gaertner (Ärztin, Medizinische Fakultät,
Otto-von-Guericke-Universität, Magdeburg)

wachsenen wie auch Kindern auf. Die Kopfschmerzen beeinträchtigen zwar die Lebensqualität, sind medizinisch aber meist harmlos. Leichte, vorübergehende Kopfschmerzen lassen sich mit Hausmitteln oder einfachen Schmerzmitteln behandeln. Migräne und schwere chronische Schmerzen erfordern jedoch eine spezielle Therapie. Und mitunter sind die Kopfschmerzen ein Warnsignal für zugrunde liegende ernste Erkrankungen. Welche Selbsthilfemöglichkeiten gibt es und wann muss ich zum Arzt?

Referenten: Dr. Heinz Thiele, Frau Schnipper

Do 12. Oktober 2017 um 19 Uhr

Auf der Suche nach Lebenszielen

"Wer im Leben kein Ziel hat, verläuft sich" sagte dereinst Abraham Lincoln. Doch was Lebensziele sein können, da gehen die Vorstellungen weit auseinander. Bei der Vielzahl an Wahlmöglichkeiten ist es manchmal schwierig, diese zu benennen und Wege zu beschreiten, um sie zu realisieren. Vom chinesischen Staatsmann Konfuzius dagegen stammt das berühmte Zitat: "Der Weg ist das Ziel", mit dem der Genuss des "Hier und Jetzt" propagiert wird. Das bedeutet eine Abkehr von der Jagd nach den großen Zielen, die als einengend und wirklichkeitsfern verstanden werden. Können beide Positionen für ein gelingendes Leben vereinbart werden?

Referentin: Bettina Gaertner (Ärztin)

Do 14. Dezember 2017 um 19 Uhr

Neuigkeiten bei der medizinischen Behandlung der Depression

Wir schreiben das Jahr 2017: Was wissen wir nach über 60 Jahren pharmakologischer Behandlung der Depression? Welche Erfolge gibt es zu vermelden und welche Kontroversen? Welchen Stellenwert haben Antidepressiva, Stimmungsstabilisierer und Antipsychotika? Welche alternativen physikalischen antidepressiven Therapiestrategien gibt es? Welchen Stand hat die Psychotherapieforschung der Depression? Und was genau hilft mir jetzt persönlich bei meiner Depression? Der Versuch einer Zusammenführung der Therapiestrategien zu einem passgenauen Ansatz.

Referenten: Dr. Heinz Thiele, Herr Gaus