



Katholisches Klinikum Essen

Presseinformation

Marienhospital Altenessen
Hospitalstraße 24
45329 Essen
Tel. (0201) 6400-1310

Philippusstift
Hülsmannstraße 17
45355 Essen
Tel. (0201) 6400-1370

St. Vincenz Krankenhaus
Von-Bergmann-Straße 2
45141 Essen
Tel. (0201) 6400-1340

Homepage www.kk-essen.de
Zeitschrift www.gesundinessen.de
Facebook <https://www.facebook.com/katholischesklinikumessen>
Google+ <https://plus.google.com/112605166316317693064>
Twitter https://twitter.com/KK_Essen
Xing <https://www.xing.com/companies/katholischesklinikumessengmbh>

Ihr Ansprechpartner für Pressefragen:

Oliver Gondolatsch
Tel. (02 01) 6400-1020
Fax (02 01) 6400-1029
Mail o.gondolatsch@kk-essen.de

Essen, 24.09.2014

Wie können Selbsthilfegruppen bei der Bewältigung psychischer Erkrankung unterstützen?

Eine Veranstaltung der Selbsthilfeberatungsstelle WIESE e.V., dem Essener Netzwerk der Depressions-Selbsthilfegruppen und dem Sozialpsychiatrischen Zentrum, Philippusstift

Neben der ambulanten und stationären Behandlung, den psychosozialen Versorgungsstrukturen ist die Selbsthilfe eine stabilisierende Säule bei der nachhaltigen Bewältigung psychischer Erkrankung.

Vor allem nach einer Krankenhausbehandlung oder abgeschlossener Psychotherapie stellt sich die Frage: „Wie können die Behandlungserfolge in den Alltag umgesetzt werden“? Die täglichen Anforderungen verleiten oftmals dazu, in die alten Gewohnheiten zurückzufallen.

In dieser Phase kann der regelmäßige Besuch einer Selbsthilfegruppe helfen, mehr auf sich zu achten und neue Verhaltensmuster weiter zu erproben. Im Austausch mit anderen Betroffenen wird das in der Therapie erlernte Verhalten vertieft. Die Kraft der Gruppe hilft, diese Umsetzung auch weiterhin zu verfolgen.

Der Einzelne profitiert durch die umfangreichen Erfahrungen aller Teilnehmer und kann durch die gemeinsame Betroffenheit ein Verständnis erfahren, das im eigenen Umfeld oftmals nicht in dem Umfang gegeben ist. Zu diesen Themen werden Mitglieder aus Selbsthilfegruppen Stellung nehmen und über Erfahrungen aus ihrer Arbeit berichten.

Frau Becker, WIESE e.V., wird Wege zur Gründung neuer Selbsthilfegruppen aufzeigen.

**Ort: Sozialpsychiatrisches Zentrum, Germaniaplatz 3,
45355 Essen (Erdgeschoss)**

Zeit: Mittwoch, 22.10.2014 von 15.00 bis 17.00 Uhr

Die Veranstaltung ist kostenfrei und für alle interessierten Bürger geöffnet.