

Liebe Mitglieder, liebe Bezieher*innen unseres Newsletters,

Hier unsere aktuellen News aus der Deutschen DepressionsLiga (DDL) sowie rund um die Themen Depression, Soziales und Gesundheitswesen:



Patientenkongress Depression: Geballte Energie und ein großes Miteinander

Was war das für eine großartige positive Energie, was war das für ein tolles Miteinander! Nicht umsonst sagten viele (auch wir DDL-Vorstandsmitglieder) hinterher, dass der diesjährige, 7. Deutsche Patientenkongress Depression der beste war, den es je gegeben hat. Organisiert und veranstaltet wie immer von der Deutschen DepressionsLiga und der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention.

[Weiterlesen](#)



Sonderfolge NDR-Podcast: Psychische Krise in der Arbeit

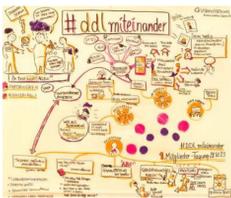
In einer Sonderausgabe des Podcasts „Raus aus der Depression“ von NDR und Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention wird das Thema „Psychische Krise und Job: Sag ich's oder sag ich's nicht?“ beleuchtet. Live aufgenommen beim Deutschen Patientenkongress Depression mit Moderator Harald Schmidt.



Sonderfolge: Psychische Krise bei der Arbeit

Raus aus der Depression - 14.06.2024 - 21 Min.

[Weiterlesen](#)



Neues Format "DDL-Meeteinander" für Mitglieder

Wir freuen uns, Ihnen unser neues Veranstaltungsformat "ddl-meeteinander" vorzustellen und Sie am 26.06.2024 zur ersten Veranstaltung in dieser Reihe einzuladen! In regelmäßigen virtuellen Meetings möchten wir Sie künftig über neue Projekte, aktuelle Informationen aus Geschäftsstelle und Vorstand sowie interessante Themen rund um das Thema Depression informieren und einen Austausch untereinander ermöglichen.

[Weiterlesen](#)

MEDIENTIPPS



Autor, Podcaster und Psychologe Lukas Klaschinski über Gefühlsbereitschaft, das Spüren von Wut und emotionale Erfüllung

Lukas Klaschinski ist zu Gast in der neuen Folge von Laut gedacht. Der Psychologe, Podcaster, Speaker und Autor betont die Bedeutsamkeit von Gefühlen für die psychische Gesundheit. Im Interview reflektiert er über den Umgang mit verschiedenen Emotionen. Die Folge wurde von der DDL, dank Förderung der DAK, unterstützt.

[Zum Podcast auf frnd.tv](#)

Mit Bildern vom Gehirn sechs Arten von Depressionen unterscheiden

MDR: Eine Forschungsgruppe der kalifornischen Stanford University hat sechs verschiedene Arten von Depressionen identifiziert. In Zukunft könnten MRT-Bilder vom Gehirn helfen, die beste Behandlungsmethode zu ermitteln.

[Zum Artikel](#)

Über 500 Teilnehmer*innen demonstrierten für Finanzierung der psychotherapeutischen Weiterbildung vor dem Deutschen Bundestag

Informationsdienst Wissenschaft / Deutsche Gesellschaft für Psychologie: „Psychotherapie-Weiterbildung finanzieren – jetzt!“ forderte ein breites Bündnis aus Psychotherapie-Studierenden, Kammern, Verbänden, Ausbildungsstätten, Universitäten und weiteren Interessengruppen vor dem Deutschen Bundestag. Hintergrund war die fehlende Finanzierung der psychotherapeutischen Weiterbildung.

[Zum Artikel](#)

Erste Hilfe für die Psyche: Was ist ein Mental-Health-Kurs?

Apothekenschau: In den MHFA-Kursen („Mental Health First Aid“) werden psychische Erkrankungen wie Depression, Angststörung, Alkohol- und Drogenabhängigkeit, Suizidalität und Psychosen besprochen. Bei der Aufbereitung der einzelnen Krankheitsgebiete dienen die Leitlinien der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Neurologie (DGPPN) als Grundlage.

[Zum Artikel](#)

Warten auf den Therapieplatz: Wie kann psychisch Kranken schneller geholfen werden?

WDR - die story: Seit Wochen sucht Imane, tief in einer Lebenskrise, einen Therapieplatz. Sie braucht dringend Hilfe – findet sie aber nirgendwo. Ohne Ausweg versucht Imane sich das Leben zu nehmen. Sie wird gerettet. Nach dem Klinikaufenthalt herrscht dasselbe Problem: Imane findet einfach keinen Platz für eine Psychotherapie. Vor allem schwer psychisch erkrankte Menschen müssen oft monatelang auf eine Behandlung bei Psychotherapeut:innen mit Kassensitz warten. Wie könnte man die Wartezeit verkürzen?

[Zur Sendung in der ARD-Mediathek](#)

BUCHTIPP



Psychotherapie für zu Hause: Selbsthilfe bei Lebenskrisen, depressiven Verstimmungen und emotionalen Konflikten von Dr. med. Birgit Jakobs

Depression, Burnout, Trauer oder Trennung – es gibt viele Gründe, weshalb Menschen Werkzeuge zur Krisenbewältigung brauchen. Die Psychotherapie für zu Hause bietet Ihnen Unterstützung durch vielfältige Tools, mit denen Sie an Ihren psychischen Problemen arbeiten können. Die Ärztin und Psychotherapeutin Dr. Birgit Jakobs zeigt Ihnen:

- Die hilfreichsten Möglichkeiten der Selbstorientierung, Selbstregulation und Selbstermächtigung aus ihrer Praxis,
- Fragen zur Selbsterkenntnis, Entscheidungsfindung und Verhaltensänderung,
- Erste Hilfe bei akuten Krisen und nachhaltige Regulationsmöglichkeiten.

TRIAS Verlag, 2023
200 Seiten
ISBN 978-3-432-11786-7

Zur Rezension von DDL-Mitglied
Mechthild Strahler

[Zur DDL-Literaturmediathek](#)



Ihre Spende hilft Betroffenen. Unterstützen Sie die Arbeit der Deutschen DepressionsLiga. Jeder Beitrag zählt, damit wir weitere Projekte realisieren und ausbauen können.

[JETZT SPENDEN](#)

Impressum:
Deutsche DepressionsLiga e.V.
Waltraud Rinke, Armin Rösl, Jürgen Leuther, Dr. Claudia Kociucki, Frank Mercier, Maximiliane Schaffrath, Oliver Vorthmann

Oppelner Straße 130, 53119 Bonn
Telefon: +49 228 – 2406 5772
E-Mail: kontakt@depressionsliga.de

www.depressionsliga.de
[Ich möchte keinen Newsletter mehr erhalten!](#)