

Soul food

20 Minutes for Your Mind

Termine & Themen

25.04.2012 Psychosen – Was ist das und was kann man tun? Alexandra Nikolaidis, Dipl.-Psych.

Konzentrationsstörungen, zunehmende Schwierigkeiten, mit den Aufgaben des Studiums und des Alltags klarzukommen, Rückzug von anderen Menschen, vermehrtes Misstrauen – das können Hinweise auf eine beginnende Psychose sein. Wir wollen vermitteln, was man heute unter dieser Gruppe von psychischen Störungen versteht, wie man sie rechtzeitig erkennen und erfolgreich behandeln oder sogar vermeiden kann.

23.05.2012 Aus dem Leben gehen – Hilfe bei Suizidalität. Priv.-Doz. Dr. med. Stephan Ruhrmann

Manchmal scheinen die eigenen Lebensumstände, Probleme und Sorgen so überwältigend, und die eigenen Bewältigungsmöglichkeiten so begrenzt, dass es für Betroffene nur einen Ausweg zu geben scheint: ihr Leben zu beenden. Wir wollen aufzeigen, was die Anzeichen eines erhöhten Suizidrisikos sind, wie eine suizidale Krise entsteht und was man tun kann, um sich und Anderen in solch einer Situation zu helfen.

20.06.2012 „Bloß nicht ins Kaufhaus!“ – Wenn Angst und Panik das Leben einschränken. Alexandra Nikolaidis, Dipl.-Psych.

Unwohlsein in großen Menschenansammlungen, genervt sein in der überfüllten Straßenbahn, hoffen, dass der volle Aufzug nicht stecken bleibt... Das kennen viele von uns. Doch was, wenn die Ängste Überhand nehmen und das Leben bestimmen? Wenn man nicht mehr alleine das Haus verlassen möchte und der morgendliche Weg zur Arbeit zum Horrortrip wird? Wir möchten aufzeigen, wie solche Angstzustände entstehen und wie sie sich erfolgreich behandeln lassen.

04.07.2012 Zu dick? Zu dünn? – Wenn Essen zum Problem wird. Priv.-Doz. Dr. med. Christian Albus

Viele junge Menschen sind hinsichtlich ihrer körperlichen Erscheinung verunsichert und versuchen, sich an den gängigen Schönheitsidealen zu orientieren. Kann sich der Wunsch nach der perfekten Figur zu einer Essstörung ausweiten? Was steckt noch dahinter? Wir wollen vermitteln, wann Gewichtskontrolle und Essverhalten zum Problem werden, welche psychische Dynamik dahinter stehen kann und wie Sie professionelle Hilfe finden.

Soul food

20 Minutes for Your Mind

www.fetz.org

Psychische Störungen sind sehr häufig und haben Auswirkungen auf alle Lebensbereiche der Betroffenen und ihrer Angehörigen. Wie aber erkennt man, dass etwas nicht stimmt und was kann man tun? Auf diese Fragen wollen wir in unserer Veranstaltungsreihe kurz und prägnant eingehen. Eingeladen sind alle Studierenden und MitarbeiterInnen der Universität.

*Nutzen Sie Ihre Kaffeepause, stellen Sie Fragen!
Tee, Kaffee und Gebäck sind frei verfügbar.*

*Themen und Termine finden Sie auf der Rückseite. Alle Veranstaltungen finden statt im
Stehkonvent des neuen Seminargebäudes, 14:00 Uhr s.t.*