

## **Workshop W 2016-9**

**Titel:** Systemische und Hypnotherapeutische Ansätze bei Depressionen und Burn-Out

**Leitung:** Dipl. Psych. Ortwin Meiss

Der Referent Ortwin Meiss leitet das Milton Erickson Institut in Hamburg und arbeitet als Psychotherapeut in eigener Praxis.

### **Thema:**

Depressionen gehören zu den am häufigsten zu behandelnden Symptomen in der Psychotherapie. Depressive Klienten sind gleichwohl für viele Therapeuten schwierige und lästige Klienten, die viel klagen und wenig Ansatzpunkte für therapeutische Interventionen liefern. Die Angebote des Therapeuten verhalten oft ohne Wirkung oder werden entwertet: "Bringt alles nichts, hat nichts genützt, Sie können mir auch nicht helfen". Viele finden es ermüdend mit Depressiven zu arbeiten und fühlen sich nach der Sitzung geschlaucht und ausgelaugt.

Inhalte werden unter anderem sein: Was tun, wenn -

- a) der Klient keine Begründung für die depressiven Gefühle angeben kann ("eigentlich habe ich ja alles") oder einen lähmt mit Generalisierungen ("hat ja doch alles keinen Sinn")
- b) der Klient keine Verantwortung für seine Situation übernimmt und sich beständig als Opfer wahrnimmt
- c) der Klient klagt und ambivalent gegenüber Veränderungen ist und Vorschläge des Therapeuten ablehnt oder boykottiert
- d) ohne Hoffnung auf Veränderung ist und keine Perspektiven entwickeln kann
- e) mit Suizid droht

Ein weiterer Schwerpunkt sind Klienten mit einer Burn-Out- Problematik. Hier werden Behandlungsmöglichkeiten sowie Strategien zur Prävention dargestellt. Es wird erläutert, warum Burn-Out eine sinnvolle Diagnose in Abgrenzung zur Depression ist, und welche unterschiedlichen Kindheitserfahrungen eine Vorlage für Depressionen und welche eine für Burn-Out sind.

Das Seminar zeigt Methoden und Techniken zur Veränderung von depressionsfördernden Einstellungen und Barrieren sowie Wege aus der Problem- und Regeltrance. Zentral ist ein grundlegendes Verständnis der Depression als Ansammlung emotionaler Minuskonten, ein Konzept das psychoanalytisches Wissen und kognitive sowie verhaltenstherapeutische Ansätze mit systemischer und hypnotherapeutischer Praxis integriert.

**Zeit:** 19.-20.09.2016, (Mo. + Di. 10:00 - 18:00 Uhr)

**Kosten:** EUR 290,--