

COPING AFTER BABY

EIN ONLINE-WORKSHOP ZUR FÖRDERUNG PSYCHISCHER GESUNDHEIT NACH DER GEBURT



WORUM GEHT'S?

Haben Sie vor kurzem Nachwuchs bekommen und fühlen sich traurig, depressiv oder freudlos? Damit sind Sie nicht alleine, denn ca. 10-15% der Mütter und 8% der Väter in Deutschland leiden an einer postpartalen Depression.

Wir wollen Sie unkompliziert unterstützen, indem wir Ihnen einen **Online-Gruppen-Workshop** anbieten. Dieser richtet sich an Mütter, Väter und Eltern mit postpartalen depressiven Symptomen und wird im Rahmen einer **Pilotstudie** begleitet. Der Workshop basiert auf Techniken der kognitiven Verhaltenstherapie und einem Programm, welches sich bereits in Kanada als **wirksam** erwiesen hat.

Möchten Sie an unserem Online-Workshop teilnehmen?

Dann füllen Sie das **Anmeldeformular** auf unserer Website aus.



https://psychiatrie.charite.de/leistungen/eltern_kind_einheit/anmeldung_zum_workshop_coping_after_baby/

Kontakt und Fragen:
Eltern-Kind-Einheit
eltern-und-kind@charite.de

TEILNAHME

Nächster Workshop am **10.10.23** (Anmeldung bis 29.09.23)

Wann?

Termine siehe Website.
Eintägig.
Ca. 9:00 - 16:00 Uhr.

Voraussetzungen

- ➔ Ihr Kind ist nicht älter als 12 Monate.
- ➔ Aktuelle Belastung durch depressive Symptome.
- ➔ Bereitschaft zur Teilnahme an einer Datenerhebung und kurzen Auswertung des Workshops.

Wo?

Online.

KONTAKT

Workshopleitung:
Dr. Sabine Aust

CHARITÉ
UNIVERSITÄTSMEDIZIN BERLIN

Klinik und Hochschulambulanz für Psychiatrie und Psychotherapie, Campus Benjamin Franklin.