

**Veranstalter:**

Die My Way Psychiatrische Klinik bietet psychisch Kranken einen individuellen Weg aus der Krankheit und wendet sich mit der diskreten Intensivtherapie an Privatpatienten.

Es gilt der Grundsatz der Selbstbestimmung, in einem offenen, individuellen Behandlungssetting.

Betroffene, welchen einen besonders geschützten Rahmen benötigen, z. B. Suizidgefährdeten bieten wir die geschützte Station mit einer persönlichen Rund-um-die-Uhr Betreuung.



## Einzeltherapie

Der heilklimatische Kurort Eckenhagen, eingebettet in eine sanft geschwungene Mittelgebirgslandschaft im Oberbergischen Kreis, gilt als **Naherholungsbereich von Köln**.



My Way Psychiatrische Klinik, Hahnbacher Str. 10 a,  
51580 Reichshof-Eckenhagen - Kostenfreies Service-  
Tel.: 0800 737 0 777 Internet: [www.MyWay-Klinik.de](http://www.MyWay-Klinik.de)

**Fortbildungsort:**

Novotel Köln City  
Bayernstr. 51  
50678 Köln

**Anfahrt**

PKW: Von Dortmund/Frankfurt - A3 Kreuz Köln Ost - Ausfahrt Deutz Messe - über Severinsbrücke. Rheinufer Von Bonn - A555/A4 Köln Süd. Ausfahrt Zentrum. Rheinufer. 3 km geradeaus - ÖPNV: 7 Gehminuten von der U-Bahn-Haltestelle Ubierring



Die Fortbildung ist kostenfrei.

# Fortbildungsveranstaltung für Ärzte und Psychotherapeuten

## Ängste, Stress und Depression

Köln

19.11.2016

10.00 Uhr -16.00 Uhr

Veranstalter

**My Way  
Psychiatrische Klinik®**

## Ängste

sind zum einen ein sehr sinnvoller natürlicher Abwehrmechanismus zur Abwehr von Gefahren. Eine andere Angst, vor Wohlstandsverlust, beruflichen Abstieg, Prestige oder sozialen Beziehungen steigt bei Krisen jeder Art. Die psychiatrische Diagnose wird erst gestellt bei Störungen, in denen Angst ausschließlich oder überwiegend durch eindeutig definierte, eigentlich ungefährliche Situationen hervorgerufen wird. Diese Situationen werden typischerweise vermieden oder nur mit Furcht ertragen. Allein die Vorstellung, dass die phobische Situation eintreten könnte, erzeugt oft schon Erwartungsangst. Phobische Angst tritt häufig gleichzeitig mit Depression auf.

## Stress

bezeichnet durch spezifische Reize hervorgerufene psychische und physische Reaktionen, die zur Bewältigung besonderer Anforderungen befähigen. Positiv empfunden wird der so genannte Eustress, der zwar für den Organismus belastend ist, aber zur Lösung und Bewältigung besonderer Aufgaben befähigt. Distress hingegen bezeichnet Reize, die als unangenehm, überfordernd oder bedrohlich gewertet werden. In der Langzeitwirkung kann Distress zu Belastungsreaktionen, Anpassungsstörungen, Angststörungen, PTBS oder Depression führen.

## Depression

Die Betroffenen leiden unter einer gedrückten Stimmung und Verminderung von Antrieb und Aktivität. Die Fähigkeit zu Freude, das Interesse und die Konzentration sind vermindert. Ausgeprägte Müdigkeit kann nach jeder kleinen Anstrengung auftreten. Der Schlaf ist meist gestört, der Appetit vermindert. Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen sind fast immer beeinträchtigt. Sogar bei der leichten Form kommen Schuldgefühle oder Gedanken über eigene Wertlosigkeit vor. Betroffene haben einerseits großen Leidendruck und scheuen sich andererseits, „ihre Schwäche“ einzugestehen.

Das Seminar soll die Zusammenhänge zwischen Ängsten, Stress und Depression zeigen, Lösungswege aufzeigen und konkrete Handreichungen geben. Teilnehmer-Zielgruppe sind Ärzte, Therapeuten und Berater.

## Programm

Begrüßung, Eröffnungsvortrag

Soziale und wirtschaftliche Dimension von Angststörungen, Stress und Depression

Vorträge und Erörterungen

Die Arbeitswelt - Nährboden für Ängste und Stress

Diagnostik

Somatische Diagnostik

Psychiatrische Diagnostik

Leitlinien der medizinischen Fachgesellschaften

Kaffee-Pause 11.30 Uhr - 11.45 Uhr

Risikofaktoren

Privates Umfeld

Berufliches Umfeld

Mittags-Pause 13.00 Uhr - 14.00 Uhr

Lösungsmöglichkeiten

Vorbeugung

Selbstmanagement

Coaching

Therapien

Fallbeispiele und Schlussdiskussion

Vorträge und Erörterungen

Vita

## Referenten



**Schmitz, Dieter**

Facharzt für Psychiatrie, Psychotherapie, Dipl.-Psychologe. Medizinstudium Universität zu Köln, Psychologiestudium mit Schwerpunkt Management und Führung; als Facharzt für Psychiatrie mit den Facetten der komplexen Problematik vertraut. Wurde nach langjähriger ärztlicher Tätigkeit als Oberarzt in den Psychiatrischen Einrichtungen des Kreises Gummersbach 2011 zum Chefarzt an die My Way Psychiatrische Klinik berufen. Herr Schmitz ist Psychoanalytisch-systemischer Supervisor, Organisationsberater und Coach.



**Kampz, Klaus-Dirk**

ist ein Gründungsgesellschafter der My Way Betty Ford Klinik und war dort von 2005-2012 geschäftsführender Gesellschafter. Herr Kampz ist Gründer der Kinder- und Jugendhilfe-einrichtung Freeway 366, welche Kindern eine heiltherapeutische Heimat auf Zeit bietet. Herr Kampz hat die My Way Psychiatrische Klinik gegründet. Seit 2001 ist er geschäftsführender Gesellschafter der Sozialmanagement.de GmbH, welche Managementprojekte und Personal-Coaching durchführt.