

Offener Gesprächskreis

des Bochumer Bündnis gegen Depression e.V.



Das offene Treffen gibt Erkrankten, Angehörigen oder interessierten Bürgern die Möglichkeit zum Austausch.

Wann: jeden ersten Donnerstag im Monat von 18.30 – 20.30 Uhr

Wo: im Haus der Begegnung, Alsenstraße 19 a, 44789 Bochum

Hier wird die Möglichkeit geboten, sich in zwanglosem Rahmen mit Depressionserfahrenen auszutauschen und zu erörtern, was bezüglich Depression, Psychotherapie, Selbsthilfe oder Therapieerfahrungen auf der Seele liegt.

Wem ist es nicht schon einmal so gegangen? Da taucht in Bezug auf einsetzende Befindlichkeitsstörungen die Frage auf, wie sich eigentlich eine Depression anfühlt oder ob man vielleicht auch erkrankt sein könnte. Oder man stellt fest, das ein naher Angehöriger oder Freund seit geraumer Zeit nicht mehr so ist wie früher und man nicht mit ihm darüber reden kann.

Es können eine Menge Fragen auftauchen, die in Ratlosigkeit münden, weil man gar nicht so richtig weiß, wen und wo man da eigentlich zunächst einmal unverbindlich fragen könnte.

Um eine aus eigener Erfahrung bestehende Lücke zu schließen, auftretenden Verunsicherungen zu begegnen und Berührungsängste abzubauen, bietet der offene Gesprächskreis die Möglichkeit, mit depressionserfahrenen Bündnis-Mitgliedern in Kontakt und in den Austausch zu treten, um Fragen gemeinsam zu erörtern.

Auch wenn dabei sicher nicht immer das Ei des Kolumbus gefunden wird, die Tatsache viel zu langer Wartezeiten auf einen Behandlungsplatz nicht beseitigt werden kann und der offene Gesprächskreis eine Begutachtung durch fachkompetente Behandelnde keinesfalls ersetzen kann und darf, ist ein Austausch in der Regel dennoch hilfreich, um Anschub zu geben, Berührungsängste bezüglich ärztlicher und psychotherapeutischer Kontakt-Herstellung oder einer Klinik-Behandlung abzubauen und die Erkrankung besser einzuordnen.

Wir freuen uns auf das Treffen mit Ihnen.