„Sei froh, dass es nichts Ernstes ist!“

WAS SAGT MAN DAZU?

LESUNG & GESPRÄCH

90 Minuten zzgl. einer kleinen Pause
für Betroffene von Depression und Angehörige

VERANSTALTER: ASB Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen

ORT: TGZ | Alter Holzhafen 19 (Raum N202) | Wismar

DATUM: 29.10.2026 **UHRZEIT:** 16:00 Uhr

ANMELDUNG: kiss@asbwismar.de | Tel. 03841-222616

mit Dr. Claudia Kociucki
Deutsche DepressionsLiga e.V.

BKK Dachverband

deutsche depressionsliga

LESUNG

WIE SPRECHEN WIR ÜBER DEPRESSION – UND WAS BEWIRKEN UNSERE WORTE?

2025 veröffentlichte die Deutsche DepressionsLiga e.V. mit Förderung des BKK Dachverbandes den Kommunikationsratgeber „Sei froh, dass es nichts Ernstes ist! – Was sagt man dazu?". 2026 werden seine Inhalte im Rahmen einer bundesweiten Veranstaltungsreihe an zehn Orten praxisnah und dialogorientiert vermittelt – diese Lesung ist Teil davon.

Die Autorin liest u. a. ausgewählte Passagen aus dem Ratgeber und gibt persönliche Einblicke aus der Perspektive von Betroffenen und Angehörigen. Die Lesung ist interaktiv gestaltet und bietet Raum für Austausch, Fragen und Diskussion.

Themen der Lesung:

- Typische Kommunikationssituationen rund um Depressionen in Alltag und Beruf
- Wirkung von Sprache auf Betroffene
- Hilfreiche und weniger hilfreiche Aussagen
- Erfahrungen aus Betroffenen- und Angehörigenperspektive
- Impulse für einen respektvollen und unterstützenden Dialog
- Setzen von Grenzen

BKK Dachverband

deutsche depressionsliga