

Der Regionale Steuerungsverbund des Versorgungsgebietes Regensburg (PSAG Regensburg)

Landratsamt Regensburg . Postfach 12 03 29 . 93025 Regensburg



Landratsamt Regensburg
Staatliches Landratsamt
Gesundheitsamt für Stadt und
Landkreis Regensburg

Altmühlstraße 3, 93059 Regensburg
Susanne Frisch, Tel. 0941 4009-760
sozialdienst@landratsamt-regensburg.de
Regensburg, den 11.10.2021

„Vorsicht! Licht am Ende des Tunnels“ Digitale Vorträge für Multiplikator:innen

Sehr geehrte Damen und Herren,

im Namen der Arbeitsgruppe Suizidprävention der Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft Regensburg (PSAG) laden wir Sie herzlich zu unserer Kurzreihe „Vorsicht! Licht am Ende des Tunnels“ ein.

Die beiden Online-Vorträge sollen dafür sensibilisieren, dass mit dem Abflauen der Krise die Gefährdung noch lange nicht vorbei ist. Gerade die Gruppe der Heranwachsenden hat während der Pandemie große Einschränkungen hingenommen – sowohl in schulischer, beruflicher wie auch privater Hinsicht. Oft zeigen sich krisenhafte Entwicklungen und Gefährdungen erst, wenn die Normalität zurückkehrt. Deshalb stehen die Heranwachsenden im Fokus der beiden Abende. Das Ziel ist, ihre Situation wahrzunehmen und zu verstehen sowie sie gegebenenfalls hilfreich unterstützen zu können.

Nach den Vorträgen stehen Ihnen die Referenten sowie die Mitglieder unserer Arbeitsgruppe, die in ambulanten und stationären Hilfseinrichtungen tätig sind, gerne für Fragen zur Verfügung.

Mit dem jeweiligen Zugangs-Link des Gesundheitsamtes können Sie sich einwählen und kostenfrei an den Vorträgen teilnehmen.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und interessante Vorträge.

Mit freundlichen Grüßen, die Sprecherinnen der AG Suizidprävention

Elfriede Heller, Beratungsstelle Horizont, Caritasverband Regensburg und Diakonie Regensburg
Simona Maier-Market, Sozialpsychiatrischer Dienst, Bayerische Gesellschaft für Psychische Gesundheit e.V.

„Vorsicht! Licht am Ende des Tunnels“

Betreuen Sie junge Menschen? Erste Hilfe für die Seele Heranwachsender

Jugendliche und Heranwachsende befinden sich in Entwicklung. Im Spannungsfeld zwischen Selbstfindung mit dem zunehmenden Erkennen eigener Wünsche und Bedürfnisse, zunehmender Ablösung von der Ursprungsfamilie und Orientierung an gesellschaftlichen Gegebenheiten und Normen kommt es immer wieder zu Konflikten und teils auch Krisen. Die schulische und berufliche Orientierung folgt dabei in der Regel bereits bestehenden Entwicklungspfaden. Das Erkennen der eigenen Ziele wie auch ihrer eigenen Motivation und Leistungsbereitschaft ist für junge Menschen nicht immer leicht, insbesondere dann nicht, wenn sie sich zusätzlich mit psychosozialen oder auch psychischen Belastungen auseinandersetzen müssen. Die Corona-Pandemie hat zum einen eine deutliche Mehrbelastung von jungen Menschen eingebracht. Andererseits setzen sich Jugendliche und Heranwachsende zunehmend aktiv und kritisch mit ihrer eigenen Zukunft auseinander, zu der auch die Klima-Krise gehört.

In dem Impulsvortrag, der sich vor allem an Betriebe und schulische und berufliche Einrichtungen richtet, in welchen junge Menschen betreut, unterrichtet und ausgebildet werden, werden Grundzüge der adoleszenten Entwicklung besprochen. Gefolgt von Erkenntnissen über die Corona-bedingte Mehrbelastung der jungen Bevölkerung werden Entwicklungslinien junger Menschen aufgezeigt. Insbesondere soll sich die Veranstaltung den Entwicklungsbedürfnissen junger Menschen zuwenden und Raum für die interdisziplinäre Betrachtung entstehen.

Referent: Dr. med. Christian Rexroth, Chefarzt Zentrum Amberg |Cham |Weiden d. Klinik u. Poliklinik für Kinder- u. Jugendpsychiatrie, Psychosomatik u. Psychotherapie d. Universität Regensburg am Bezirksklinikum Regensburg

Donnerstag, 14. Oktober 2021 16-18 Uhr

<https://landkreis-regensburg.webex.com/landkreis-regensburg/j.php?MTID=md3ec232fb9dc7632295fecf73fc2a46c>

„Vorsicht! Licht am Ende des Tunnels“

Sind Sie Eltern? Erste Hilfe für die Seele junger Menschen

Freizeit aktiv gestalten, sich mit Freunden treffen, Sport treiben, wieder in einen (fast) „normalen“ Schulalltag zurückkehren, wieder zurück ins vertraute Familienleben aus Zeiten vor der Pandemie – all dies geht mit Lockerungen von Kontaktbeschränkungen und der Rücknahme anderen Maßnahmen zur Pandemiebekämpfung einher. Oder doch nicht?

Manche Jugendlichen erleben die Rückkehr in Schulalltag und Klassenverband als Hürde. Manche zocken lieber weiter anstatt raus zu gehen. Manche bleiben sozial zurückgezogen. Manche wirken bedrückt oder niedergeschlagen. Wie lässt sich das erklären und was brauchen Heranwachsende, denen der Rückweg in den Alltag schwerfällt?

Jugendliche haben eine Vielzahl von Herausforderungen zu bewältigen – körperliche Veränderungen, Identitätsfindung, Berufswahl und Qualifikation, Umgang mit Konsumangeboten, erste Partnerschaft und erste Trennung, Umgang mit Sexualität, Gestaltung sozialer Beziehungen im Freundeskreis, Herauslösung aus der Ursprungsfamilie und so weiter. Die Bewältigung solcher Entwicklungsaufgaben findet im Spannungsfeld zwischen den eigenen seelischen Grundbedürfnissen und den Anforderungen und Anregungen des Umfeldes statt. Unter den Bedingungen der Pandemie und den damit verbundenen Maßnahmen mussten Jugendliche neue Lösungen finden.

Die Veranstaltung hat das Ziel, das Erleben und Verhalten von Jugendlichen unter dem Blickwinkel der seelischen Grundbedürfnisse zu betrachten. Gemeinsam können auf dieser Grundlage Ideen entwickelt werden, was Jugendlichen auf ihrem Weg in ein psychisch gesundes Leben hilft.

Referent: Marcus Niepmann Dipl.-Psychologe, Dipl.-Sozialpäd., Psycholog. Psychotherapeut



Donnerstag, 21. Oktober 2021 19-21 Uhr

<https://landkreis-regensburg.webex.com/landkreis-regensburg/j.php?MTID=mo463025927ecaof157cb31e8f1fd9e37>



Allgemeine Vereinbarungen zu Online-Veranstaltungen via Webex

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,

für eine erfolgreiche Teilnahme am Webex-Meeting können Sie sich folgendermaßen vorbereiten:

Informationen zur Technik und den Endgeräten

- Für Online-Meetings ist es sinnvoll, einen Laptop/Computer zu verwenden. Bei der Nutzung eines Tablets sind durch das kleinere Display Präsentationen schlechter lesbar. Die Teilnahme mit dem Smartphone ist nicht empfehlenswert.
- Für die Teilnahme am Meeting müssen keine gesonderten Apps geladen werden. Im Vorfeld des Webex-Meetings bekommen Sie einen Link, welchen Sie (etwa 15 Minuten) vor Beginn des Termins lediglich anklicken müssen.
- Zur technischen Ausstattung benötigen Sie eine ausreichend gute Internetversorgung, ein Mikrofon und eine Kamera. Bitte überprüfen Sie deren Funktionen vor Beginn.
- Zur Teilnahme am Online-Meeting benötigen Sie die jeweils aktuellste Version einer der folgenden Browser: Google Chrome oder Microsoft Edge

Vorbereitung und Gestaltung Ihrer Umgebung

- Wählen Sie einen ruhigen Ort. Vielleicht möchten Sie sich auch Notizen machen?
- Überprüfen Sie den Hintergrund. Dieser wird den anderen Teilnehmenden angezeigt.
- Je weniger Bewegung und Unruhe herrscht, desto leichter ist es, aufmerksam zu bleiben.
- Melden Sie sich bitte ca. 10 Minuten früher zum Meeting an, um sicherzustellen, dass alles gut funktioniert. Bitte achten Sie auch im Online-Format auf Pünktlichkeit.

Während des Online-Meetings

- Schalten Sie das Mikrofon während des Vortrags stumm - außer wenn Sie selbst sprechen.
- Schalten Sie die Kamera während des Vortrags aus – außer wenn Sie selbst sprechen.

Vertraulichkeit und Datenschutz

- Schon allein aus beruflichen Gründen unterliegen wir der Schweigepflicht.
- Aufzeichnungen in Form von Video- oder Audiomitschnitten sind ausnahmslos untersagt.

Wenn Sie am Webex-Meeting teilnehmen, stimmen Sie diesen Vereinbarungen automatisch zu.

Wir freuen uns über Ihre Teilnahme,
Ihr Sozialdienst des Staatlichen Gesundheitsamtes für Stadt und Landkreis Regensburg