



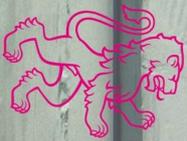
Kanton Zürich
Gesundheitsdirektion

Prävention und Gesundheitsförderung

Fortbildung für Fachpersonen

Postpartale Depression Zur psychischen Gesundheit im Übergang zur Elternschaft

Referat von Dr. phil. Fabienne Forster
Psychologin Gynäkopsychiatrie WII



Kanton Zürich
Gesundheitsförderung

Prävention und
Gesundheitsförderung



Leben mit Baby

Fokus psychische Gesundheit

Dr. phil. Fabienne Forster
Psychologin Gynäkopsychiatrie Wil
im Auftrag von Prävention und Gesundheitsförderung
Kanton Zürich



Kanton Zürich
Gesundheitsförderung

Prävention und
Gesundheitsförderung



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Inhalt

- 1 Was sind Merkmale einer postpartalen Depression?
- 2 Warum soll ich mich als Fachperson mit postpartalen Depressionen beschäftigen?
- 3 Wie soll ich über postpartale Depressionen sprechen?
- 4 Wie kann ich zur psychischen Gesundheit von Eltern beitragen?

Ziele

- Sich vertraut fühlen mit dem Thema postpartale Depression
- Anlaufstellen und Angebote für die psychische Gesundheit kennen
- Gelegenheit zum Austausch mit anderen Fachpersonen

Ablauf

Inhalt

- Merkmale einer postpartalen Depression
 - Screening-Übung
- Beschäftigung mit Depressionen als Fachperson
 - Selbstreflexionsübung
- Sprechen über Depressionen
 - Gruppenübung
- Förderung der psychischen Gesundheit
- Reflexion und Abschluss

Zeitplan

- 50min Präsentation & Übung
- 10min Pause
- 50min Präsentation & Übung
- 10min Pause
- 50min Präsentation & Übung
- 40min Fragenpuffer & Fazit