



Jugendliche mit depressiven Symptomen

Verstehen und begleiten

Warum dieser Workshop?

Immer mehr Jugendliche zeigen Anzeichen von depressiven Symptomen. Antriebslosigkeit, Rückzug, Selbstzweifel oder Selbstverletzung der Jugendlichen gehören für viele Fachkräfte mittlerweile zum pädagogischen Alltag. Der Umgang damit stellt hohe Anforderungen an Empathie, Beobachtung und Selbstschutz. Fachkräfte stehen oft vor der Herausforderung, zwischen Nähe und professioneller Distanz zu balancieren und angemessen zu reagieren, ohne sich selbst zu überfordern.

Inhalte des Workshops

- Erscheinungsbild und Ursachen von Depressionen im Jugendalter
- Warnsignale, Komorbiditäten und Risikofaktoren
- Pädagogische Handlungsmöglichkeiten und Gesprächsführung
- Selbstfürsorge und Umgang mit eigener Hilflosigkeit

Methodische Umsetzung

Fachlicher Input, praxisnahe Fallarbeit, Kleingruppenübungen, Rollenspiele, kollegialer Austausch und Reflexion.

Zielgruppe

Pädagogische Fachkräfte in der Jugendhilfe, Schulsozialarbeit, Heimerziehung und anderen sozialpädagogischen Arbeitsfeldern, die mit Jugendlichen in belasteten Lebenssituationen arbeiten.



Ihr Gewinn

- **Mehr Handlungskompetenz** im Umgang mit psychisch belasteten Jugendlichen
- **Einheitliche pädagogische Haltung** bei Krisen und emotional herausfordernden Situationen
- **Stärkung der Teamkommunikation** und gegenseitigen Unterstützung
- **Verbesserte Zusammenarbeit** mit externen Fachstellen und Hilfesystemen
- **Reduzierte Belastung** durch mehr Klarheit, Sicherheit und Selbstfürsorge im Kollegium

Ziele

- Depressive Symptome im Jugendalter erkennen und verstehen
- Die psychologischen Hintergründe und Entstehungsfaktoren einordnen
- Mit Jugendlichen unterstützend ins Gespräch kommen
- Ihre Handlungsmöglichkeiten und Grenzen im pädagogischen Kontext reflektieren
- Sich selbst im Umgang mit belastenden Situationen schützen

Organisatorisches

Ort: Gerne bei Ihnen vor Ort – als Inhouse Schulung oder in einer passenden Tagungsumgebung

Datum: Nach Absprache | **Uhrzeit:** 09:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Teilnehmerzahl: max. 20 Personen | **Preis:** 120€ p.P.

Meine Expertise

Katja Baldauf, Psychologin (B.Sc., im Masterstudiengang Psychologie mit dem Schwerpunkt Klinische Psychologie und psychologisches Empowerment)

- Fundiertes psychologisches Fachwissen mit einem tiefen Verständnis für die alltäglichen Herausforderungen pädagogischer Teams
- Langjährige Erfahrung in der Kinder- und Jugendhilfe
- Mehrjährige Erfahrung mit jungen Menschen im Übergang Schule-Beruf
- Spezialisiert auf psychische Gesundheit, Beziehungsgestaltung und Selbstfürsorge im päd. Kontext.

„Jugendliche brauchen nicht immer Lösungen – manchmal nur jemanden, der ihre Dunkelheit aushält, bis wieder Licht kommt.“

Referentin

Katja Baldauf

Staatl. anerk. Kinderpflegerin, staatl. anerk. Arbeitserzieherin und Psychologin (B.Sc.)

