

Tagungsleitung

Pfr. Frank Kittelberger

Tagungsorganisation

Cornelia Spehr, Telefon: 08158 251-125, Telefax: 08158 99 64 24
E-Mail: spehr@ev-akademie-tutzing.de, beantwortet Ihre Anfragen
zu der Veranstaltung in der Zeit von Montag bis Freitag von 9.00 Uhr
bis 12.00 Uhr.

Anmeldung

Ihre Anmeldung erbitten wir schriftlich, mit anhängender Karte oder direkt
online. Ihre Anmeldung wird von uns bestätigt und ist verbindlich. Anmelde-
schluss ist der **4. November 2019**.

Abmeldung

Sollten Sie kurzfristig an der Teilnahme verhindert sein, bitten wir bis spätestens
zum **4. November 2019** um entsprechende schriftliche Benachrichtigung,
andernfalls werden Ihnen 50 % des vollen Preises, ab dem Tag des Tagungsbe-
ginnns 100 % der von Ihnen bestellten Leistungen in Rechnung gestellt. Nach
Abmeldefrist entfällt der Anspruch auf Ermäßigung. Sie erhalten von uns eine
schriftliche Bestätigung über den Eingang Ihrer Abmeldung. Zu Ihrer Buchung
empfehlen wir den Abschluss einer Seminar-Versicherung.

Preise

für die gesamte Tagungsdauer: €

Teilnahmebeitrag 70.–

Verpflegung (ohne Übernachtung/Frühstück)	48.50
Vollpension im Einzelzimmer	107.–
Vollpension im Doppelzimmer	85.–
Vollpension im Doppelzimmer als Einzelzimmer	115.–
Kurzzeitzuschlag	10.–
In den Pausen werden Kaffee/Tee/Kuchen angeboten und auch bei Teilnahme ohne Verpflegung berechnet	à 4.–

Wir bitten um Begleichung bei Anreise durch Barzahlung oder EC-Karte.
Bestellte und nicht in Anspruch genommene Einzel-
leistungen können nicht rückvergütet werden.

Sonderkost

Gerne bietet unsere Küche gegen einen Aufpreis von 10.– € pro Person &
Veranstaltung bei streng veganem Essen, Unverträglichkeiten oder Allergien die
Zubereitung einer Sonderkost an – s. Anmeldekarte.

Preisnachlass

Auszubildende, SchülerInnen, StudentInnen und Arbeitsuchende erhalten eine
Ermäßigung von 50 %. JournalistInnen wird der Teilnahmebeitrag erlassen, wenn
der Presseausweis von einer ausstellungsberechtigten Organisation zusammen
mit dem Auftrag zur Berichterstattung vorliegt. Bei Inanspruchnahme einer
Ermäßigung schicken Sie uns bitte eine Kopie Ihres Ausweises mit Ihrer
Anmeldung zu.

Kooperation



Punkte für das „Fortbildungszertifikat“ der **Bayerischen Landes-
ärztekammer (BLÄK)** sind beantragt.

Fortbildungspunkte für Pfegende (RbP) sind beantragt.



Stiftung Schloss Tutzing

Die Stiftung hat es sich zur Aufgabe gemacht, für den Erhalt des
denkmalgeschützten Gesamtensembles „Schloss und Park Tutzing“
Sorge zu tragen. Möchten Sie der Stiftung einen Betrag zukommen
lassen, stellen wir Ihnen gerne eine Spendenbescheinigung aus.

Die Tagung wird zu einem erheblichen Teil aus Kirchensteuermitteln
finanziert.

Verkehrsverbindungen

Für die Planung Ihrer Anreise nutzen Sie bitte das Portal
Greenmobility auf unserer Homepage.
Die Akademie verfügt über eine begrenzte Anzahl von Parkplätzen.
Wir empfehlen die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln.

Tagungsgäste, die zur Anreise öffentliche Verkehrsmittel benutzen und
dieses durch Vorlage ihres Fahrscheins (Mindestbetrag: 10.– €) an der
Rezeption nachweisen können, erhalten auf den vollen (nicht
ermäßigten) Tagungsbeitrag einen Preisnachlass.

Bildnachweis: © Adobe Stock
Tagungsnummer: 0152020

Evangelische Akademie Tutzing / Schlossstraße 2-4 / 82327 Tutzing
www.ev-akademie-tutzing.de / www.schloss-tutzing.de
Blog: web.ev-akademie-tutzing.de/rotunde



facebook.com/EATutzing
twitter.com/EATutzing/
instagram.com/catutzing/



Umspiegel Druck CO₂-free
Schützt den Amazonas
Klimaneutral gedruckt



Der CO₂-neutrale Versand
mit der Deutschen Post

EVANGELISCHE AKADEMIE
TUTZING
Schloss-Straße 2 + 4, 82327 Tutzing
www.ev-akademie-tutzing.de



Wenn unzustellbar, zurück! Bei Umzug Anschriftenberechtigungskarte!



EVANGELISCHE AKADEMIE
TUTZING

Noch erschöpft oder schon krank?

Depression und Burnout in der Arbeitswelt

11. bis 12. November 2019

In Kooperation mit Münchner Bündnis gegen Depression e.V.

„STELL DICH NICHT SO AN!“

– so persiflierte ein wütender Blogger die verharmlosende Darstellung psychischer Leiden in einem Beitrag der Süddeutschen Zeitung (19.01.2019). Es ist ein harter Satz, der unsere Schwierigkeit im Umgang mit den Stimmungen anderer Mensch zeigt. Für jemanden, der oder die sich hängen lässt und nur einen Anstoß braucht, mag er passen. Einen anderen Menschen, der – vielleicht unerkannt – ernsthaft krank ist, wird er verletzen. Depression ist eine schwere und nicht selten zu wenig beachtete Erkrankung! In Konkurrenz dazu tritt der unschärfere Begriff des „Burnout“ als Sammlung von Symptomen, aber auch als sprachliche Kippfigur. In der unübersichtlichen Gemengelage zwischen Modeerscheinung, mannigfaltig verursachter Verstimmung und psychischer Erkrankung tun Differenzierungen Not!

Die Weltgesundheitsorganisation, die schon lange über eine klare Definition von Depression verfügt, arbeitet inzwischen an einer genaueren Klassifikation von Burnout. Zumindest für den Stress im Beruf ist das Phänomen nun genauer charakterisiert. Ob das genügt? Die Erfahrung zeigt, dass die Symptome auch andere Ursachen haben können. Der wissenschaftliche Streit darüber ist noch nicht entschieden. Im Alltag treffen wir auf vielerlei Gründe, die zur Verstimmung, zur tiefen Traurigkeit und Lustlosigkeit und zum „Ausgebrannt-und-leer-Sein“ sein führen können. Davon zu unterscheiden ist die Krankheit Depression mit ihren vielfältigen Ursachen, die im Inneren eines Menschen genauso liegen können, wie in äußeren Umständen.

Auch die Diskussion um therapeutische Hilfen im Gegensatz zu eigenen Anstrengungen und einer gesunden Lebensweise ist in vollem Gang. Wirtschaft und Arbeitswelt beklagen die Zunahme an psychischen Krankheiten, an Störungen der Motivation und Arbeitslust sowie am immer häufiger diagnostizierten „Burnout“. Auch in dieser Debatte verwischen die Grenzen zwischen psychischer Krankheit, temporärer Verstimmung oder schlichter Überlastung. Die Begriffe werden unscharf. Dabei ist unbestritten, dass nicht nur die Arbeitswelt großen Einfluss auf die Befindlichkeit von Menschen hat, sondern dass diese Befindlichkeit umgekehrt auch die Fähigkeit und Motivation zu guter und sinngebender Arbeit beeinflusst. Solche Wechselwirkungen werden für alle Beteiligten zu einem Teufelskreis.

Die Tagung will die genannten Aspekte aus unterschiedlichen Blickwinkeln beleuchten, möglichst zur Begriffsklärung beitragen und Lösungen aufzeigen. Zur Diskussion laden wir herzlich zur vierten Depressionstagung in die Evangelische Akademie Tutzing an den Starnberger See ein.

Dr. med. Joachim Hein, ehem. Vorstandsvorsitzender Münchner Bündnis gegen Depression e.V., München
Prof. Dr. Dr. med. Martin E. Keck, Vorstandsvorsitzender, Münchner Bündnis gegen Depression e.V., München
Pfr. Frank Kittelberger, Studienleiter, Evangelische Akademie Tutzing

PROGRAMM

MONTAG, 11. NOVEMBER 2019

	Anreise ab 08.30 Uhr	
09.30 Uhr	Willkommenskaffee im Foyer	
10.00 Uhr	Begrüßung Pfr. Frank Kittelberger & Dr. med. Joachim Hein	
10.15 Uhr	Beflügelt oder beschwert – wie wir leben und arbeiten Eine thematische Einführung in die Tagung Prof. Dr. Dr. med. Martin E. Keck	21.00 Uhr
10.40 Uhr	Volkskrankheit Depression – aktueller Wissensstand Dr. med. Götz Berberich	
11.30 Uhr	Burnout: Gibt es das überhaupt? Was ist das? Und was unterscheidet Burnout und Depression? Prof. Dr. med. Dr. phil. Andreas Hillert	
12.20 Uhr	Zwischenbilanz & Organisatorisches	
12.30 Uhr	Mittagessen	
13.50 Uhr	Gibt es ein Leben nach dem Burnout? Ein Betroffener erzählt Edgar Rodehack	
14.40 Uhr	Der Einfluss psychologischer Charakteristika auf den Verlauf von Burnout Dr. Barbara Hochstrasser	
15.30 Uhr	Kaffeepause	
16.00 Uhr	Reflexionsgruppen	
17.00 Uhr	Lebensführung gegen Depression: Welche Rolle spielt die Ernährung? Prof. Dr. Undine Lang	
18.00 Uhr	Abendessen	
19.00 Uhr	Projekte, Tipps, Modelle und Erfahrungen – garniert mit Musik zur „blue hour“	

Moderation:
Pfr. Frank Kittelberger & Dr. med. Joachim Hein

Musik: „Blue Jazz by Bouterweck, Haas & Hess“

Kurzpräsentationen:

- psyGA – Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt
Franziska Stiegler von INQA
- Initiative für mentale Gesundheit im Gesundheitswesen
Eva Kuhn von „Blaupause“
- Ex in – Möglichkeit zurück ins Berufsleben
Dr. theol. Karolina De Valerio
- Vorstellung der Akademie und des Psychotherapeutischen Gesundheitszentrums Frauenchiemsee
Franko Göbel

21.00 Uhr Gespräche & Begegnungen in den Salons des Schlosses

DIENSTAG, 12. NOVEMBER 2018

07.30 Uhr	Frühstück	
08.45 Uhr	Morgenandacht in der Schlosskapelle	
09.15 Uhr	Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt – Eine Standortbestimmung Dr. med. Herbert Reisinger	
10.00 Uhr	Und wenn ich wieder gesund bin? Reintegration am Arbeitsplatz Dr. rer. med. Beate Schulze	
10.45 Uhr	Kaffeepause	
11.15 Uhr	Erschöpft im Garten des Herrn – Kirchliche Mitarbeiter zwischen Totalrolle und Arbeitsverdichtung Ottmar Polnau	
12.00 Uhr	Zwischenbilanz im Plenum	
12.30 Uhr	Mittagessen	
14.00 Uhr	Breaking The Silence – Destigmatisierung psychischer Erkrankungen am Arbeitsplatz Dr. Ulrich Birner	
15.00 Uhr	Und nochmals: Lebensführung gegen Depression – Ein ermutigendes Fazit Prof. Dr. Dr. med. Martin E. Keck	
15.30 Uhr	Schlussplenum & Verabschiedung Moderation: Pfr. Frank Kittelberger	
15.45 Uhr	Ausklang & Kaffee im Foyer	

REFERIERENDE

Dr. med. Götz Berberich, Chefarzt Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Psychosomatische Klinik Windach
Dr. Ulrich Birner, Head of Psychosocial Health and Well-Being; Siemens AG, München
Dr. theol. Karolina De Valerio, Mitarbeiterin EX-IN sowie Münchner Bündnis gegen Depression e.V., München
Franko Göbel, Bachelor of Arts Sportwissenschaften und Master of Arts Prävention- und Gesundheitsmanagement, Mitarbeiter der Akademie und des Psychotherapeutischen Gesundheitszentrums Frauenchiemsee
Prof. Dr. med. Dr. phil. Andreas Hillert, Facharzt für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatische Medizin, Chefarzt – Psychosomatik und Psychotherapie, Schön Klinik Roseneck
Dr. med. Barbara Hochstrasser, Präsidentin Swiss Expert Network on Burnout, Chefarztin Psychiatrie und Psychotherapie Privatklinik Meiringen / Schweiz
Eva Kuhn, Vorstandsmitglied, Blaupause – Initiative für mentale Gesundheit im Gesundheitswesen, TU München
Prof. Dr. Undine Lang, Ordinaria für Psychiatrie der Universität Basel; Klinikdirektorin der Klinik für Erwachsene und Privatklinik Universitäre Psychiatrische Kliniken Basel / Schweiz
Ottmar Polnau, Religionslehrer i.R., Lehrsupervisor, Seelsorger, Berater, Freiburg
Dr. med. Herbert Reisinger, Facharzt für Arbeitsmedizin, Bezirksklinikum Mainkofen
Edgar Rodehack, Organisationsberater, Teamentwickler, Lean & Agile Coach, München
Franziska Stiegler, Referentin psychische Gesundheit in der Arbeitswelt (psyGA) im BKK Dachverband e.V., Abteilung Gesundheitsförderung, Pflege und Rehabilitation, Berlin
Dr. rer. med. Beate Schulze, Vizepräsidentin des Schweizer Expertennetzwerks für Burnout; Gastwissenschaftlerin am Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health an der Universität Leipzig; Lehrbeauftragte an der Universität Zürich und der Kaleidos Fachhochschule für Wirtschaft in Zürich; Inhaberin Schulze Resource Consulting, Genf / Schweiz

TAGUNGSLEITUNG

Dr. med. Joachim Hein, Arzt; ehem. Vorstandsvorsitzender Münchner Bündnis gegen Depression e.V., München
Prof. Dr. Dr. med. Martin E. Keck, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Facharzt für Psychosomatik und Psychotherapie, Facharzt für Nervenheilkunde, Facharzt für Allgemeinmedizin; Akademie und Gesundheitszentrum Kloster Frauenchiemsee, Vorstandsvorsitzender des Münchner Bündnis gegen Depression e.V., München (www.martinkeck.info)
Pfr. Frank Kittelberger, Pastoralpsychologe, Studienleiter für Ethik in Medizin und Gesundheitswesen, Pastoralpsychologie und Spiritual Care an der Evangelischen Akademie Tutzing

MUSIK

Trio – Thomas Bouterwek (Sax), Alex Haas (Bass) und Bernd Hess (Gitarre), Tutzing & Umgebung