

**Общероссийская общественная организация
Ассоциация медицинских сестер России
Карельская региональная общественная организация
медицинских работников
«Союз профессионалов»**

Семинар «Депрессия: блажь или болезнь»

ПРОГРАММА

24 марта 2023 года

Место проведения: г. Санкт-Петербург, online

9.00-10.00	Регистрация участников.
10.00-10.10	Открытие конференции. Романова Елена Александровна , председатель специализированной секции РАМС «Сестринское дело в психиатрии»
10.10-10.30	Доклад «Депрессия. Мифы и реальность» Спикер: Романова Елена Александровна , старшая медицинская сестра ГБУЗ «Республиканская психиатрическая больница» Республика Карелия, г. Петрозаводск. <i>Докладчик поможет развенчать мифы о депрессии, которые бытуют у населения. Поможет разобраться, что ошибочно, а что реально; обсудит с участниками семинара такие вопросы: бывает ли депрессия без причины, свидетельствует ли депрессия о слабости и лени человека, всегда ли можно определить по внешнему виду, что у человека депрессия и др.</i>
10.30-11.00	Доклад «Депрессия: блажь или болезнь» Спикер: Ирванева Ольга Ивановна , клинический психолог ГБУЗ МЗ Республики Карелия «Республиканская психиатрическая больница», член Ассоциации когнитивно-поведенческой терапии. <i>Из доклада слушатели узнают, как распознать когда грусть и апатия перешли "рубеж нормальности" и уже пришло время обратиться к врачу. Как обычному человеку, столкнувшись с признаками депрессии (апатия, сниженное настроение, раздражительность, тревожность) понять к какому специалисту следует обратиться, кто поможет определить депрессия это или просто период сниженного настроения. Участники семинара узнают, какие симптомы возникают при психотравмирующей ситуации (смерть близкого, потеря работы и т.д), когда следует обратиться к специалисту. Спикер разберет нюансы депрессивного состояния, поговорит о возможных направлениях работы как с врачом, так и с психологом. Обсудит важность комплексного подхода в лечении депрессии (тандем врача и психолога).</i>

11.00- 11.05	Дискуссия. Ответы на вопросы.
11.05 –11.35	<p>Доклад: «Реактивная депрессия» Спикер: Романова Елена Александровна, старшая медицинская сестра ГБУЗ «Республиканская психиатрическая больница» Республика Карелия, г. Петрозаводск.</p> <p><i>Из доклада медицинские сестры узнают: что такое реактивная депрессия, отчего она возникает, особенности и симптомы реактивной депрессии. Спикер расскажет о том, кто находится в группе риска, какие специфические признаки реактивной депрессии можно наблюдать, какие методы лечения применяются при таких состояниях.</i></p>
11.35-11.40	Дискуссия. Ответы на вопросы.
11.45-12.05	<p>Доклад: «Профилактика депрессивного расстройства. Техники когнитивно-поведенческой терапии. Поведенческая активация» Спикер: Ирванева Ольга Ивановна, клинический психолог ГБУЗ МЗ Республики Карелия «Республиканская психиатрическая больница», член Ассоциации когнитивно-поведенческой терапии.</p> <p><i>Слушатели узнают о мерах профилактики депрессивных расстройств, возможно ли избежать этого состояния. Спикер представит техники поведенческой активации для выхода из депрессии, слушатели познакомятся с такой техникой как «План заботы о себе»</i></p>
12.05-12.15	Завершение мероприятия. Ответы на вопросы