

Aus dem Inhalt

Teufelskreis Depression

Interview mit Martin Hautzinger von Thomas Höfer

Symptome / Die diagnostische Verwirrung / Entstehung von Depressionen / Körper und Seele wirken zusammen / Frauen sind anfälliger für Depressionen / Depressionen treten heute zehn Jahre früher auf / Depression und Partnerschaft / Therapieansätze / Das Denken spielt eine entscheidende Rolle / Automatische Gedanken / Wie Verzerrungen entstehen / Die Bedeutung muß sich ändern / Mit angezogener Bremse bergauf / Kognitive Therapie / Wie man Kontakt zu anderen herstellt / Wenn man sich selbst im Wege steht / Der Griff in die Trickkiste bringt nichts / Man muß mit Rückfällen rechnen. Seite 7

Kokon aus Stein

Interview mit Markus Treichler von Judith Pehrs und Wolfgang Weirauch

Die Schwere lastet im Depressiven / Die Verlockung des Abgrunds / Der Suizid als bedrohende Erlösung / Die der Depression innewohnende Qualität / Verlust der Werte und Einsamkeit im Gedränge / Überfüllung mit psychischen Inhalten / Gesetzmäßigkeiten und Qualitäten, die die Materie fordert / Männer überspielen Depressionen eher als Frauen / Reaktive Depression / Psychosen und Neurosen / Neurotische Depression / Endogene Depression / Jahreszeitlich gebundene Eigengesetzlichkeit / Rhythmische Gesetzmäßigkeiten während des Tagesverlaufs / Schuld, Angst und Schmerz / Exogene und somatogene Depression / Spezifisch weibliche Depressionen / Erschöpfungsdepression / Manisch-depressive Krankheit / Altersdepression / Allgemeines zu den Kategorien / Das Erscheinungsbild der Depression im Denken, Fühlen und Wollen / Depressionen in der Kindheit / Keine Depressionen in akuten Notsituationen / Selbsthilfe / Während einer Depression Berge bewältigen / Schlafentzug und Nachtaktivitäten / Falsche Ratschläge / Der Therapeut lebt das Prinzip der Hoffnung für den Depressiven / Antidepressiva / Anthroposophisch-psychiatrische Therapie / Während der Depression wird die Sinnfrage gestellt. Seite 39

Am Tunnelende scheint ein Licht

Markus Treichler im Gespräch mit seiner Patientin A.C.

Die erste Depression / Gefangen in einer schwarzen Hülle / „Plötzlich packte mich etwas wie ein Strudel“ / Existentiell bedrohender Schmerz / Suizid als falscher Ausweg / Schmerzen, Vorwürfe, Schuldgefühle / „Niemand verstand mich“ / „Ich konnte nicht glauben, daß die Sonne wieder aufgeht!“ / Ein glück-

liches Intermezzo / Binnen Sekunden kehrte der Alptraum zurück / Auf dem Weg zur Filderklinik / „Zum ersten Mal konnte ich wieder weinen“ / Bäder und Einreibungen / Während der Musiktherapie löst man die verschlossenen Gefühle / „Durch meine Melodie fand ich wieder ganz zu mir“ / Heileurythmie / Depression als Lebensbereicherung / Sich selber wieder wichtig nehmen! Seite 95

Gelähmt vor dem Abgrund

Markus Treichler im Gespräch mit seiner Patientin E.P.

„Traurigkeiten gehören zu meinem Leben“ / In der Filderklinik / Endstation / Alles wird grau und farblos / „Todesgedanken überfielen mich“ / Der Morgen ist am schlimmsten / Der Sog des Abgrunds / Gehalten wie von einer Gipshülle / „Als würden Steine von mir abfallen“. Seite 117

Ein Teil des Lebens

Interview mit Klaus Dörner von Klaus-Dieter Neumann

„Die Psychiatrie hat die Aufgabe, sich in möglichst großem Umfang überflüssig zu machen“ / Die Symptomentwicklung als Selbsthilfeversuch / Angst als Sinnesorgan / Das Therapieziel der Selbsthilfe / Der Begriff der Landschaft / Einbeziehung aller Beteiligten in die Therapie / Depression und Partnerschaft / Der Fehlentwicklung einer Partnerschaft vorbeugen / Die Tyrannei der Intimität / Das Dunkle wird abgespalten – die Unfähigkeit zu trauern / Der Zustand der Niedergeschlagenheit / Das normale Entlastungsverhalten bewirkt das Gegenteil / Eine Chance zur Öffnung des Gefängnisses / Selbstwahrnehmung und Handlungsmöglichkeiten / Symptome sollten nicht direkt angegangen werden / Wenn der Suizid droht / Eine Risikogruppe. Seite 135

Durch die dunkle Nacht

Interview mit Olaf Koob von Klaus-Dieter Neumann

Der Entwicklungsaspekt der Krankheit / Gefesselt in sich selbst / Strudel in die Vergangenheit / Die ausgleichende Kraft des Gemüts / Die Organe sind ein verdichtetes Seelisches / Das Organische kann rein seelische Symptome erzeugen / Wenn die Lunge zu sehr Erde wird / Die Tränen der Leber / Das dumpfe Augenpaar der Nieren / Elemente leiblicher Therapie / Licht und Wärme / Vorbeugung und aufbauende Maßnahmen / Grundzüge seelischer Therapie / Schicksalsbejahung und Eigenverantwortung / Den inneren Menschen verwirklichen / Weltinteresse stärkt das Ich / Lebensrealismus und Geistesgegenwart / Der notwendige Gang durch die dunklen Tiefen / Die seelische Not der Gegenwart / Vor dem Abgrund des Bösen / Keine schnellen Heilungserfolge erwarten! / Das Ich steht nackt auf sich selbst. Seite 160