



praktische Empfehlungen für den Umgang mit depressiven Menschen

„was man vermeiden sollte“

- Aufforderung „sich zusammenzureißen“
- Verdrängung/Verharmlosung der Symptome
- Aufforderung fröhlich zu sein
- Patient in „Kuraufenthalt“ schicken
- Tabuisierung von Suizidgedanken
- zu frühe Aktivierung (Überforderung)
- zu lange Schonhaltung (Passivierung)
- Eindimensionale Therapie

„was man tun sollte“

- Zuversicht und Vertrauen in die Genesung schaffen
- die Symptome als Krankheit erklären
- Behandlungsplan erklären (geordnete Zeitstruktur)
- Aussprache über Suizidimpulse
- schrittweise, vorsichtige Aktivierung
- Lebenspartner/Familie in Therapie mit einbeziehen
- dreigleisige Therapie (Milieu-, Psycho- u. Pharmakotherapie)