

Inhaltsverzeichnis

1. Einführung Depression, [S.2/9]
2. Mögliche Ursachen einer Depression, [S.3/9]
3. Symptome von Depressionen, [S.4/9]
4. Diagnose, [S.5/9]
5. Therapieformen, [S.6/9]
6. Depressionen bei Jugendlichen, [S.7/9]
7. Der Suizid, [S.8/9]
8. Literaturverzeichnis, [S.9/9]

„Das Gefühl der inneren Leere ist eine Form der chronischen Depression, so als traure man ständig um den Verlust des eigenen, wahren Selbst.“¹

John Bradshaw



Bild 1: Depressive Frau, gefangen in ihrem Körper

1. Einführung Depression

Das Wort „Depressiv“ aus dem lateinischen *deprimere* und bedeutet übersetzt „niederdrücken“. Eine Depression bezeichnet somit einen Zustand psychischer Niedergeschlagenheit.²

Eine Depression ist nicht nur eine kurzzeitige Traurigkeit, eine negative Stimmungslage, sondern genauso eine Erkrankung wie z.B. Rheuma oder ein Beinbruch. Der Unterschied der Erkrankung liegt darin, dass der Betroffene nicht aus eigener Kraft aus dieser Störung hinaus findet.³ Eine Depression kann mehrere Wochen, Monate oder Jahre andauern und das ganze Leben beeinflussen. Und muss daher dringend behandelt werden.

¹ http://www.psp-tao.de/zitate/thema/Depression__Schwermut/465, [02.10.11]

² <http://de.wikipedia.org/wiki/Depressiv>, [02.10.11]

³ Vgl.: <http://www.lilly-pharma.de/gesundheit/depression/was-ist-eine-depression.html>, [02.10.11]

2. Mögliche Ursachen einer Depression?

Meist müssen mehrere innere und äußere Einflussfaktoren zusammenkommen, damit die Krankheit entsteht. ⁴

Ich hab meine
Freunde verloren
und wurde von
Mitschülern
gemobbt.

Ich habe eine
lange,
schwere
Erkrankung
hinter mir.

Ich habe in
meiner
Vergangenheit
viel psychische
und körperliche
Gewalt erlebt

Ich habe einen
wichtigen
Menschen in
meinem Leben
verloren.

Ich bin ein
Scheidungskind

Ich habe die
genetischen
Veranlagungen
zu Depressionen.

Ich habe viel
Stress in der
Schule und
kann mit dem
Druck nicht
umgehen.

Ich lebe in
ziemlich
ärmlichen
Verhältnissen.

⁴ Vgl.: <http://www.depressionen-wiki.de/d,ursachen-bei-kindern,46.html>, [16.10.11]

3.Symptome von Depressionen



⁵ Vgl.: <http://www.depressionen-depression.net/depressionen-bei-kindern/symptome-nach-lebensalter.html>, [16.10.11]

5. Diagnose

Eine Depression sollte schon beim Hausarzt erkannt werden. Dies gelingt aber häufig nicht, daher stellt dann im Idealfall ein psychiatrischer Facharzt und/oder Psychotherapeut - anhand eines ausführlichen Gesprächs die Diagnose. Anhaltspunkte für eine depressive Erkrankung können Tests wie der Goldberg-Test liefern.⁶ Solche Tests ermöglichen dem Arzt die unterschiedlichen Symptome einer Depression bei seinem Patient abzufragen.

Hier ein paar Fragen eines solchen Tests⁷:

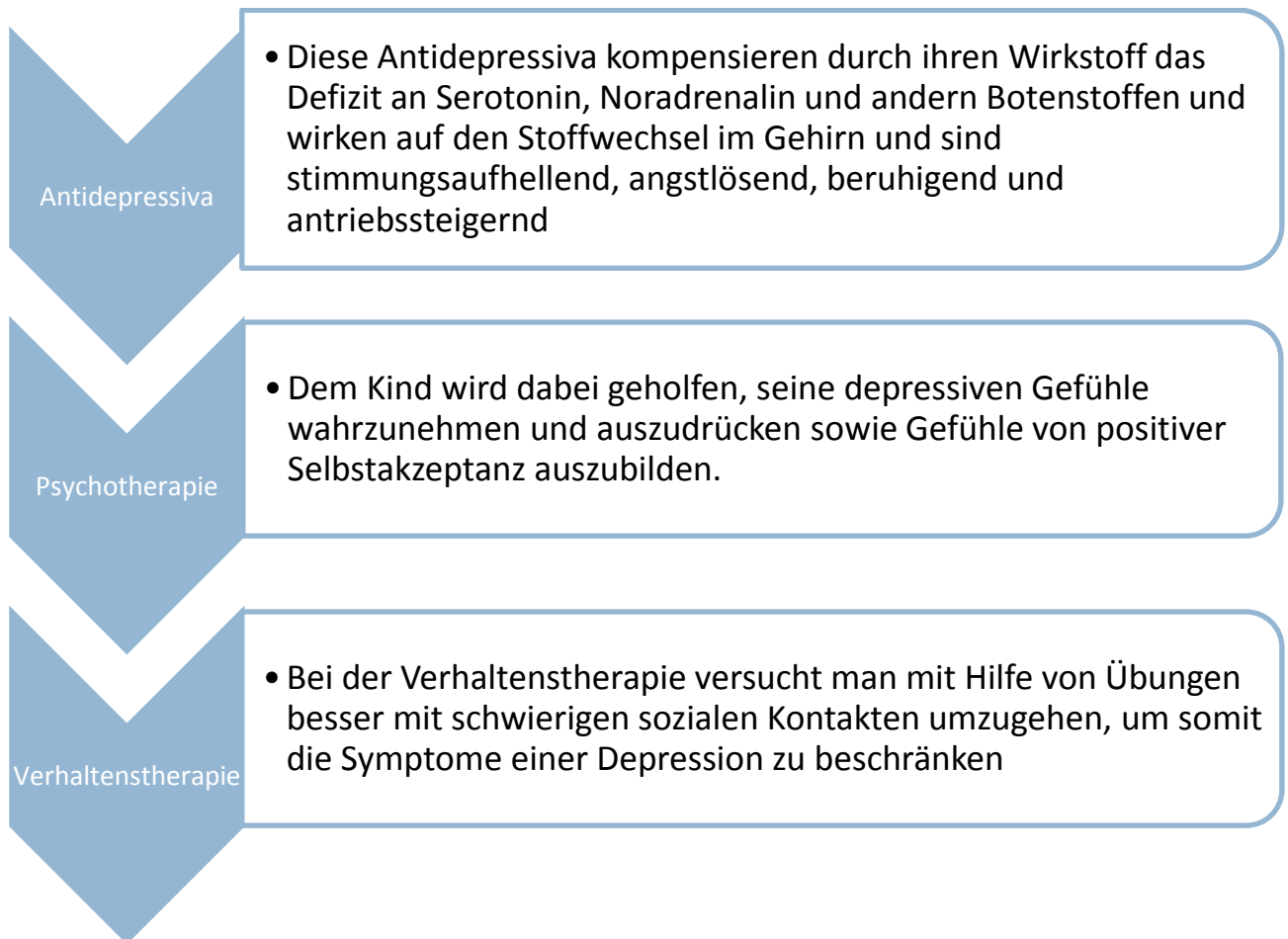
1. Ich verrichte meine Arbeit sehr langsam	<input type="text"/>
2. Ich sehe hoffnungslos in die Zukunft	<input type="text"/>
3. Ich habe Schwierigkeiten, Entscheidungen zu treffen	<input type="text"/>
4. Ich fühle mich gefangen und eingeschlossen	<input type="text"/>
5. Ich fühle mich als Versager	<input type="text"/>

⁶ <http://www.netdoktor.de/Krankheiten/Depression/Diagnose/Depression-Diagnose-7032.html>, [02.10.11]

⁷ Vgl.: <http://www.lilly-pharma.de/gesundheit/depression/diagnose-der-depression.html>, [02.10.11]

6. Therapieformen

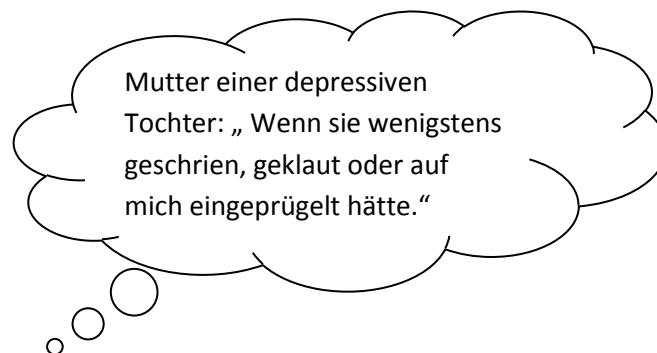
Bei der Therapie sollten alters- und entwicklungstypische Besonderheiten, wie zum Beispiel in der Kontakt- und Beziehungsgestaltung, in der Ausdrucks- und Mitteilungsfähigkeit sowie in der Art des Lebens, berücksichtigt werden.⁸




⁸ <http://www.depression-therapie-forschung.de/>, [01.10.11]

7. Depressionen bei Jugendlichen

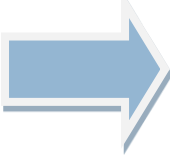
Früher ging man davon aus, dass Kinder und Jugendliche nicht an schweren Depressionen erkranken können und somit war diese Erkrankung lange nur für Erwachsene reserviert. Dis gilt heutzutage aber nicht mehr. Die Depression bei Jugendlichen wird auch die „leise“ Krankheit genannt und wird oftmals als Pubertätswirren missdeutet. Denn Depressionen bei Jugendlichen haben nichts mit einer unglücklichen Liebe, Hormonstörungen oder schlechten Erfahrungen in der Pubertät zu tun.



Die Symptome sind häufig sehr unspezifisch, denn Bauchschmerzen, Traurigkeit oder Angst können Anzeichen sein - müssen aber nicht. Das macht die Erkrankung durch Depressionen bei Jugendlichen so gefährlich.



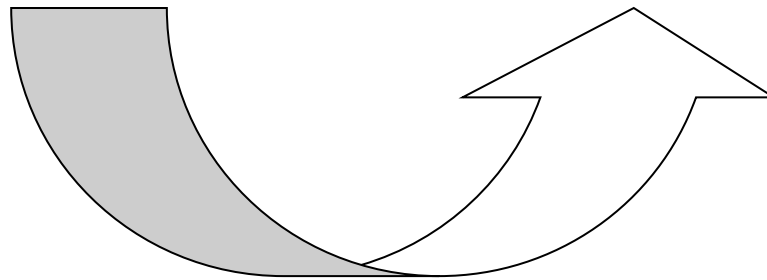
Schätzungsweise erleiden 20% der Heranwachsenden mindestens einmal eine Depression. Somit ist die Depression einer der häufigsten Krankheiten, die in der Pubertät vorkommen, auch wenn sie von der Außenwelt als solche oftmals nicht anerkannt werden.



Ungefähr 10-15% dieser Jugendlichen haben auch danach immer wieder depressive Episoden oder dauerhafte Depressionen. Bei ca. 8% der Erkrankten dauert die Depression ca. ein Jahr lang an. Die meisten Jugendlichen haben jedoch mehrere kurze depressive Episoden.⁹

⁹ <http://www.info-depressionen.de/jugendliche-depressionen/Depressionen-bei-Jugendlichen-pubertaet.shtml>, [01.10.11]

8. Der Suizid



Der junge Mensch fühlt sich den Belastungen des Lebens nicht mehr gewachsen und sieht seine Befreiung, dieser für ihn ausweglosen Situation, in dem Selbstmord. Dieses Denken wird von der Depression bestimmt. So erhöhen Depressionen den Suizid um das 7-20 fache und ist bei jungen Menschen die zweithäufigste Todesursache.

„Depressionen- Schreie, die keiner hört“

Julia Meister

Literaturliste
/
Internetliste:

- http://www.psp-tao.de/zitate/thema/Depression__Schwermut/465
- <http://de.wikipedia.org/wiki/Depressiv>
- <http://www.lilly-pharma.de/gesundheit/depression/was-ist-eine-depression.html>
- <http://www.depressionen-wiki.de/d,ursachen-bei-kindern,46.html>
- <http://www.depressionen-depression.net/depressionen-bei-kindern/symptome-nach-lebensalter.html>
- <http://www.netdokter.de/Krankheiten/Depression/Diagnose/Depression-Diagnose-7032.html>
- <http://www.lilly-pharma.de/gesundheit/depression/diagnose-der-depression.html>
- <http://www.depression-therapie-forschung.de/>
- <http://www.info-depressionen.de/jugendliche-depressionen/Depressionen-bei-Jugendlichen-pubertaet.shtml>

Bilder:

- <http://www.ebody.de/depression-die-seele-wird-dunkel/>
- http://www.hispaniolanews.net/joomla/index.php?option=com_joomlaboard&Itemid=37&func=view&id=4659&catid=9