

## Psychotherapie für die Praxis: Depression

Aktuelle psychodynamische und verhaltenstherapeutische Konzepte  
2002 141 Seiten - 21 x 14,8 cm

[Autor](#)  
[Vorwort](#)  
[Inhaltsverzeichnis](#)

### Vorwort

Anhaltende Traurigkeit und Angst bezeichnen Hippokrates, Galen und andere Autoren der Antike als Melancholie, Ausdruck von zuviel schwarzer Galle in Milz und Hoden. Humoralpathologisch, also nach der Logik der Säftelehre, bestand die Behandlung in der Gabe geeigneter Mittel zur Austreibung der schwarzen Galle. Empfohlen wurden Mandragora (Alraune) im Kopfkissen oder die Einnahme von Helleborus (Nieswurz) - die daraufhin ausgeschiedenen schwarzen Flüssigkeiten waren die Folge von Darmblutungen. Oribasius behandelte die Melancholia amorosa mit nahrhaften Mahlzeiten, angenehmen Wanderungen, Bädern und Spielen; Schwerverkrankten riet er zur Einnahme von Opium zur Kühlung des überhitzten und trockenen Gehirns im Schlaf. Titus Anfidius aus Sizilien liess sogar die Melancholiker mit kleinen Lederriemen mässig züchtigen und riet anschliessend zum Vollzug so vieler Akte wie möglich. Man sieht: die Therapie-Vorschläge gingen sehr unterschiedliche Wege.

Und heute? Auch wenn die Weltbilder der modernen Medizin und Psychotherapie weniger hermetisch geschlossen als die gedanklich zunächst überzeugende aber empirisch schwer zu untermauernde Säftelehre der Antike sind: Die Vielzahl von Büchern zum Thema Depression für Psychologen, Ärzte und Laien belegt die fortbestehende Aktualität des Themas und die Intensität der Diskussion. Ein Teil dieser neueren Publikationen befasst sich vorrangig mit der Pharmakotherapie, ein anderer mit der psychodynamischen und ein weiterer mit der Verhaltenstherapie depressiver Erkrankungen. Anmerkungen zur Humoralpathologie (und natürlich zur Nervenendokrinologie) finden sich in einleitenden Kapiteln und so werden sich - so darf man vermuten - Sottisen über Psychoanalyse, Behaviorismus und die biologischen Behandlungsmethoden des 20. Jahrhunderts auch in den Marginalien zukünftiger Publikationen finden. Warum also noch ein Buch zu diesem Thema?

Dieser Band enthält Material zu einer vorurteilsfreien Verknüpfung von undogmatischer Psycho- und Pharmakotherapie. Er will sehr konkret, fallbezogen und betont praxisorientiert dem Leser und Therapeuten Hilfen an die Hand geben, die er auf dem Hintergrund seiner Erfahrung und therapeutischen Kompetenz zur Behandlung seiner depressiven Patienten nutzen kann. Eine weitere Besonderheit: Dieser Band enthält Verbatim-Protokolle aus Therapiestunden mit einer sehr offenen und kritischen Diskussion zur Behandlungstechnik. Er ist also keine Einladung zu einer wahllosen Vermischung der Methoden, sondern eine Aufforderung zur Auswahl jener Strategien, die in der Behandlungssituation den optimalen Erfolg erwarten lassen. Dabei ist klar: Die Behandlungssituation wird nicht allein durch den Patienten definiert, sondern natürlich auch durch den/die Therapeuten und deren individuelle Kenntnisse und Fähigkeiten. Methoden als solche sind leblose Hüllen. Sie werden erst lebendig und wirksam durch die Person des Therapeuten, der seine persönliche Kompetenz und professionelle Erfahrung dem depressiv Kranken zur Verfügung stellt. Leser, die sich diesem kritischen und selbstkritischen Prozess stellen wollen, können hier profitieren.

*Hans Förstl, Michael v. Rad*