
Presseinformation

„Die Familiäre Perspektive als Prävention“

11. Europäischer Depressionstag am 1.10.2014 – Depression und Familie

Berlin, 24. September 2014 - Erkrankt ein Familienmitglied an einer Depression, so wirkt sich das immer auch auf die anderen Familienmitglieder und damit auf die familiäre Atmosphäre aus. Dies soll an zwei Beispielen verdeutlicht werden:

1. Wenn eine Mutter mit einem Kleinkind depressiv erkrankt, wirkt sich dies auf die nonverbale Kommunikation und die Interaktion zwischen beiden und damit auf die Entwicklung des Kindes aus.
2. Verlusterleben in Verbindung mit Kränkungen des Selbstwertgefühls stehen oft am Anfang einer depressiven Erkrankung. So bedeutet etwa der Verlust des Arbeitsplatzes meistens eine Beeinträchtigung des Selbstwertgefühls. Beides hat wiederum Auswirkungen auf die Entwicklung der Kinder.

„Die familiäre Perspektive kann bei depressiven Erkrankungen vorbeugend oder unterstützend wirken. Ist ein erwachsenes Familienmitglied von einer depressiven Erkrankung betroffen, so empfehlen Psychotherapeuten häufig eine Familientherapie“, sagt Univ.-Prof. Dr. phil. Rainer Richter, Präsident der Bundespsychotherapeutenkammer und Geschäftsführender Direktor des Instituts für Psychotherapie der Universität Hamburg anlässlich des 11. Europäischen Depressionstages am 1. Oktober 2014. In diesem Setting sei es möglich, nicht nur das erkrankte Familienmitglied zu behandeln, sondern darüber hinaus negative Auswirkungen auf die anderen Familienmitglieder präventiv zu vermeiden.

In einer Familientherapie kann der ganzen Familie und nicht nur der an einer Depression erkrankten Person geholfen werden. In jeder Psychotherapie werden immer alle Beziehungsgeflechte, in denen jeder Mensch lebt, beleuchtet. Das ist eine Grundvoraussetzung, um Veränderungen des Erlebens und Verhaltens zu initiieren. Wenn aber alle Personen des familiären Beziehungsgeflechts in die Behandlung mit einbezogen werden, kann der an der Depression erkrankten Person oftmals wirksamer geholfen werden. Dabei erweist es sich als Vorteil, dass auf diese Weise auch den anderen Familienmitgliedern Hintergrund und Ausprägung der Erkrankung deutlicher werden und damit verständlicher und weniger beunruhigend sind.

Zwar ist es auch im Rahmen einer von einer Gesetzlichen Krankenkasse finanzierten Behandlung möglich, Angehörige mit einzubeziehen. Aufgrund der positiven Erfahrungen in Kliniken oder Beratungsstellen sollte Familientherapie in der ambulanten Versorgung aber stärker gefördert werden.

Kontakt:

Univ.-Prof. Dr. phil. Rainer Richter
Präsident der Bundespsychotherapeutenkammer
Geschäftsführender Direktor des Instituts für Psychotherapie der Universität Hamburg
E-mail: richter@bptk.de