

### Fallbeispiel Depression:

Zum Aufnahmegespräch in einer Klinik erscheint eine 28-jährige, ledige, gepflegte Frau, die im Gespräch zwar freundlich zugewandt aber deutlich verunsichert wirkt. Sie berichtet über starke Minderwertigkeitsgefühle, gleichzeitig mache sie sich große Sorgen um ihre weitere Zukunft und sei häufig sehr angespannt.

Ein großes Problem von ihr sei die Vorstellung, im Vergleich mit anderen sozial unbeholfen und unattraktiv zu sein. Sie habe zwar einige wenige Kontakte, sie vermeide aber – wenn es irgendwie ginge – berufliche und private Situationen, die zu intensiveren zwischen-menschlichen Kontakten führen könnten, aus Angst abgelehnt oder kritisiert zu werden.

Nach einem Arbeitsplatzverlust sei es in den letzten 1 ½ Jahren zu einer depressiven Entwicklung mit Schlafstörungen gekommen. Akute Selbstmordgedanken habe sie nicht, obwohl sie manchmal den Wunsch habe, nicht mehr da zu sein.

Die Probleme bezüglich ihrer ängstlichen Persönlichkeit wurden durch eine Gruppentherapie sehr rasch vermindert. Durch die von ihr als wohlwollend und ehrlich erlebte Atmosphäre in der Kleingruppe gelang es ihr, Ängste abzubauen und das Ausmaß ihrer negativen Vorstellungen als Folge nicht gelungener Beziehungsmuster in ihrer Ursprungsfamilie begreifen, in der ein sehr entwertender Beziehungsstil vorgeherrscht hatte.

Mit Unterstützung ihrer Gruppe, die sie zunehmend wie eine gute Familie erlebte, gelang es ihr, sich sehr persönlich zu zeigen, Aufgaben zu übernehmen, bei denen sie im Mittelpunkt stand und die Nähe anderer Menschen zu genießen.

Gegen Ende der Therapie erlebte sich die Patientin deutlich selbstsicherer, sie konnte auf andere Menschen zugehen, ihre Bedürfnisse äußern und auch

**Frustrationen ertragen, ohne in ihr gewohntes Rückzugsverhalten zu gehen. Die Depression war weitgehend zurückgegangen.**

**Quelle: Psychosomatische Klinik, B.Grönenbach**

