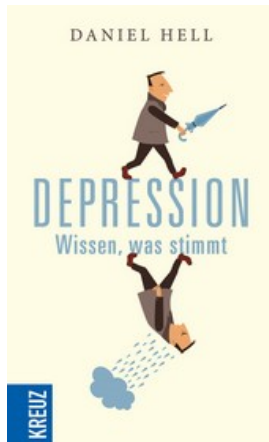


Buchbesprechung:



Depression - Wissen, was stimmt

Freiburg i. B.: Kreuz; 1. Auflage, 2015

Gerd Fleder

medienprofil-Rezension für die Borro Medien GmbH, 2016

Der langjährige Direktor der Zürcher Universitätsklinik für Psychiatrie stellt in diesem Taschenbuch klar, was an den vielen verschiedenen Auffassungen zu dieser Krankheit stimmt und was nicht stimmt. Im ersten Abschnitt geht der Autor auf landläufige plakative Aussagen zum Erscheinungsbild ("Depression ist Traurigkeit", "Depression ist Trägheit oder Faulheit" und "Depressive Menschen sind selbstbezogen und destruktiv") ein und stellt sie richtig. Im zweiten Abschnitt geht es um die Verbreitung: "Depression ist eine Wohlstands- und Modekrankheit", "Depression ist eine Frauenkrankheit" oder sogar "Depression ist ein Zeichen von Charakterschwäche". Mit den jeweils wirklich herausfordernden Überschriften will der Autor die haltlosen Vorwürfe, die in der Öffentlichkeit herumgeistern, aufgreifen und dann zeigen, warum sie haltlos sind. Im dritten Abschnitt geht es um den Verlauf, in dem weitere unhaltbare Aussagen widerlegt werden: "Einmal depressiv - immer depressiv", "Depressionen zerstören zwischenmenschliche Beziehungen" und "Depressionen sind tödlich". Ein weiteres Kapitel befasst sich mit den Ursachen, die der Autor wieder mit öffentlichen Fehlmeinungen anreißt. Danach werden Wege zur Heilung aufgezeigt, die fallweise natürlich verschieden sein können. Sehr wichtig ist dem Autor dazu auch die Prophylaxe. Im letzten Kapitel wird der Unterschied zwischen Depression und Burnout herausgestellt. - Das Buch ist erfreulich wenig mit Fachbegriffen überladen und daher gut lesbar. Angesichts der weiten Verbreitung dieser Krankheit für alle Büchereien zu empfehlen.