

Buchbesprechung:



Depression als Störung des Gleichgewichts

Wie eine personbezogene Depressionstherapie gelingen kann

(Erstauflage: 2012)

Stuttgart: Kohlhammer; 2., überarbeitete und erweiterte Auflage, 2013

Susanne Kunz-Mehklaub

in: Schweizer Archiv für Neurologie und Psychiatrie 163(6):228, 2012

Das vorliegende Werk von Daniel Hell ist sehr anregend und lesenswert. Zum Thema Depressionen hat sich der Autor bereits einen Namen gemacht.

Mit dem vorliegenden Werk wird das Thema Depression, diesmal aus der Perspektive der personenzentrierten Therapie, vertieft und umfassend beleuchtet. Der Titel «Depression als Störung des Gleichgewichts» führt den Leser bereits in die Richtung des individuellen Therapiekonzeptes. Der Autor weist im ersten Kapitel auf die Handhabung des Buches hin, dass jedes Kapitel auch für sich gelesen werden kann und somit gut als Nachschlagewerk einsetzbar ist. Es ist in 11 Kapitel unterteilt. In den ersten fünf Kapiteln werden allgemeinere Fragestellungen zum Thema Individuum und Depression hinsichtlich Diagnostik und Therapie erörtert. Die Diagnose Depression als Konstrukt unterliegt letztlich einer willkürlichen Symptomenauswahl, die durchaus austauschbar wäre. Die Frage evidenzbasierte versus individuelle Behandlung ist somit eine der zentralen Ausgangsüberlegungen des Autors. Die verschiedenen Ansätze seit den 1970er Jahren münden letztlich, allen empirischen Erkenntnissen zum Trotz, in der Erkenntnis eines individuellen Behandlungsansatzes der Depression. Die wesentlichen neueren Therapieansätze, wie z.B. achtsamkeitsbasierte Verfahren, werden auf ihre Tauglichkeit hin kommentiert und in die Diskussion mit einbezogen.

Ab dem 6. Kapitel finden sich ausgewählte therapeutische Fragestellungen, die anhand spezifischer Aspekte wie Bindungsverhalten, Scham, Selbst und Förderung persönlicher Ressourcen abgehandelt werden. Insbesondere das Kapitel 10, «Stolpersteine in der Therapie», eröffnet Einblicke in die spannenden und anspruchsvollen Übertragungsphänomene in der

Therapie, welche die Therapeuten mit ihren Patienten intensiv beschäftigten. Die erwähnten Übertragungsphänomene äussern sich bei den Betroffenen oft in schwierigen Gefühlen wie Verzweiflung, Ohnmacht, Feindseligkeit und Wut, die es auf Seiten der Therapeuten geduldig zu «containen» und zu bearbeiten gilt.

Speziell dieses Kapitel ist gerade auch für weniger erfahrene Therapeuten von grosser Bedeutung und auch ausbaubar, können doch insbesondere diese Schwierigkeiten zu wirklichen «Stolpersteinen», also auch zu Therapieabbrüchen, führen.

Das letzte Kapitel ist dem gesellschaftlichen Stellenwert von Depression gewidmet und regt an, über unseren allgemeinen Lebenskontext