



Depressive brauchen Therapie

Description

Zeichen der Zeit

Foto: Klaus Glas

Vor etwas mehr als einem Jahr riss Andreas L. 149 Menschen mit sich in den Tod. Der Co-Pilot der Germanwings ließ absichtlich ein Flugzeug in die französischen Alpen abstürzen. Schon wenige Tage nach der Katastrophe wurde die Nachricht verbreitet, der junge Pilot sei an einer psychischen Störung erkrankt. Er selber hatte die Lufthansa zuvor über eine „schwere depressive Episode“ informiert.

In den folgenden Monaten wurde in der Öffentlichkeit darüber diskutiert, was Menschen mit einer psychischen Erkrankung Schlimmes anrichten könnten. Einige Medienberichte ließen den Eindruck entstehen, Schwermut führe zu gewalttätigem Verhalten. Der Bayrische Innenminister Joachim Herrmann (CSU) forderte gar ein Berufsverbot für Menschen mit Depressionen.

Die Fixierung auf die seelische Krankheit des Piloten hat großen Schaden bei Betroffenen und ihren Angehörigen angerichtet. Florian Holsboer ist überzeugt, dass der willkürlich herbeigeführte Flugzeugabsturz nicht die Tat eines schwer depressiven Menschen sein kann. Der renommierte Psychiatrie-Professor hatte 2003 den an einer Depression erkrankten Fußball-Nationalspieler Sebastian Deisler behandelt. Holsboer stellte nach der Flugzeug-Katastrophe in einer TV-Sendung klar: "Depressive sind keine potenziellen Massenmörder!"

Depressive haben schon Gedanken an den Tod – an den eigenen. Sie wollen aber niemand anderes verletzen oder töten. Die Gefahr eines Selbsttötungs-Versuches wird bei Depressionen auf 20 Prozent geschätzt. Der Depressive steht mit dem Rücken zur Wand. Er oder sie will die furchtbare innere Leere endlich hinter sich lassen. Ein Patient in einer suizidalen Krise sagte mir einmal: „Innerlich war ich ja schon tot, darum wollte ich auch körperlich tot sein.“

Jedes Jahr sterben in Deutschland mehr als 10.000 Menschen durch Suizid. Das sind mehr Personen, als jedes Jahr durch Verkehrsunfälle, Gewalttaten und illegale Drogen zusammen umkommen. Rund 100.000 Angehörige – Partner, Kinder, Eltern – müssen mit dem Verlust eines Menschen fertig werden, der sich das Leben genommen hat.

Die am häufigsten angewandte Behandlungsform für Menschen mit Depressionen ist die Kognitive Verhaltenstherapie. Nach Martin Hautzinger ist die Effizienz dieser Therapie durch eine Vielzahl von Studien belegt. Der Tübinger Psychologie-Professor betont, dass nicht nur die Symptome reduziert werden. Durch Kognitive Verhaltenstherapie könne die Anzahl weiterer depressiver Episoden wirksam vermindert oder sogar verhindert werden.

[Klaus Glas](#)

Informationen für Betroffene und Angehörige: [Depression – Hilfe](#)