

Therapie der unipolaren Depression - Psychotherapie

Carsten Konrad

Hrsg.

Therapie der unipolaren Depression - Psychotherapie



Springer

Hrsg.
Carsten Konrad
Klinik für Psychiatrie
Agaplesion Diakonieklinikum Rotenburg
Rotenburg (Wümme), Deutschland

Ergänzendes Material zu diesem Buch finden Sie auf <http://link.springer.com>.

ISBN 978-3-662-68628-7 ISBN 978-3-662-68629-4 (eBook)
<https://doi.org/10.1007/978-3-662-68629-4>

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <https://portal.dnb.de> abrufbar.

© Der/die Herausgeber bzw. der/die Autor(en), exklusiv lizenziert an Springer-Verlag GmbH, DE, ein Teil von Springer Nature 2024

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von allgemein beschreibenden Bezeichnungen, Marken, Unternehmensnamen etc. in diesem Werk bedeutet nicht, dass diese frei durch jede Person benutzt werden dürfen. Die Berechtigung zur Benutzung unterliegt, auch ohne gesonderten Hinweis hierzu, den Regeln des Markenrechts. Die Rechte des/der jeweiligen Zeicheninhaber*in sind zu beachten.

Der Verlag, die Autor*innen und die Herausgeber*innen gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag noch die Autor*innen oder die Herausgeber*innen übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen. Der Verlag bleibt im Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutionsadressen neutral.

Planung/Lektorat: Katrin Lenhart

Springer ist ein Imprint der eingetragenen Gesellschaft Springer-Verlag GmbH, DE und ist ein Teil von Springer Nature.

Die Anschrift der Gesellschaft ist: Heidelberger Platz 3, 14197 Berlin, Germany

Wenn Sie dieses Produkt entsorgen, geben Sie das Papier bitte zum Recycling.

Für Ariane, Emilia, Philippa und Leonard

Vorwort

Die Behandlung von Menschen mit depressiven Episoden übt seit vielen Jahren eine Faszination auf mich aus, die u. a. damit zusammenhängt, dass so viele verschiedene Menschen mit verschiedenen Lebensläufen und Schicksalen im Laufe ihres Lebens ein depressives Syndrom zeigen, dass die Auswahl der Therapiemöglichkeiten so groß ist und dass aus meiner Sicht fast immer eine therapeutische Beeinflussung mit einer Verbesserung des Zustandes bis hin zur vollständigen Remission möglich ist.

Auch wenn landläufig über „die unipolare Depression“ als eine Erkrankung gesprochen wird, so fällt es mir doch schwer, diese als eine einzige Erkrankung zu betrachten. Ich betrachte „die unipolare Depression“ als eine immer ähnlich aussehende Ansammlung von Symptomen, also um ein Syndrom, das viele verschiedene Ursachen haben und auf viele verschiedene Weisen behandelt werden kann. Verschiedenste Depressionsauslöser üben ihre Einflüsse auf unsere auf das Gefühlsleben spezialisierten Systeme aus, darunter spezialisierte hormonelle, genetische und neuronale Systeme, die unter diesen Belastungen recht einförmig reagieren und am Ende ein immer ähnlich aussehendes depressives Syndrom entstehen lassen. Die richtige Behandlung zu finden und nie die Hoffnung auf einen Therapieerfolg zu verlieren, ist eine Herausforderung für die Betroffenen und ihre Behandler.

Nachdem das Buch *Praxis der Depressionsbehandlung* (Konrad 2017) auf großen Anklang gestoßen ist, haben der Springer-Verlag und ich mich entschlossen, statt einer einfachen Neuauflage nun eine Fortsetzung und Erweiterung in mehreren Bänden herauszugeben. Die Inhalte des vorherigen Buches bleiben in meist aktualisierter Form bestehen und neue Aspekte und Verfahren kommen hinzu.

Die Buchreihe richtet sich an die Angehörigen verschiedener Berufsgruppen, die mit der Behandlung von Menschen mit depressiven Syndromen zu tun haben, also u. a. Ärzte, Psychologen, Sozialarbeiter, Gesundheits- und Krankenpfleger, Ergotherapeuten, Physiotherapeuten, Kunst- und Musiktherapeuten oder Genesungsbegleiter.

Die praktische Anwendung der dargestellten Therapieverfahren steht im Mittelpunkt. Auch wenn Psychotherapie ein komplexer integrativer Prozess ist, so hilft es, diesen zunächst in einzelne, aufeinander aufbauende Schritte zu zerlegen. In jedem Kapitel wird eine schrittweise Anleitung zur Anwendung des psychotherapeutischen Verfahrens gegeben, indem die Verfahren in „Therapiebausteine“ zerlegt werden. Weiterhin sorgt für die Praxisrelevanz, dass sich Fallbeispiele als roter Faden durch jedes Kapitels hindurchziehen. Insgesamt wird dem Leser ein Einblick in die Vielzahl von psychotherapeutischen Behandlungsmethoden der unipolaren Depression geboten.

Das vorliegende Buch ist unter Mitwirkung führender Experten und erfahrener Kliniker für die Psychotherapie der Depression entstanden. Alle Autoren haben sich ausnahmslos viel Mühe und viele Gedanken bei der Erstellung ihrer Kapitel gemacht; ihnen gilt mein besonderer Dank. Besonders danke ich meinem langjährigen Freund und Kollegen Hans Onno Röttgers und seiner Frau Barbara Menem, die gleich mehrere neue und spannende Kapitel zu psychotherapeutischen Methoden beigesteuert haben. Meiner Familie danke ich für die Unterstützung und ihr Ver-

ständnis für dieses Projekt. Frau Katrin Lenhart und Frau Barbara Karg vom Springer-Verlag danke ich für die gute Beratung und tatkräftige Unterstützung bei der Entstehung dieses Buches.

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit verwenden wir in diesem Buch überwiegend das generische Maskulinum. Dieses impliziert natürlich immer auch die weibliche Form.

Insgesamt bleibt das Feld der Depressionsbehandlung innovativ und spannend. Ich hoffe, dass dieses Buch den Lesern ein fundiertes Wissen in verschiedenen Psychotherapieverfahren vermitteln kann, sie beim Ausprobieren und Umsetzen unterstützt und somit einen Beitrag zur besseren Therapie von Menschen mit Depressionen leisten kann.

Carsten Konrad

Rotenburg (Wümme), Deutschland

Frühjahr 2024

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	1
	<i>Carsten Konrad</i>	
1.1	Behandlungsphasen und -ziel einer Depressionsbehandlung	2
1.2	Wirksamkeit von Psychotherapie	3
1.3	Rolle der Psychotherapie im multimodalen Behandlungskonzept	4
1.4	Psychotherapeutische Methoden	5
1.5	Zusammenfassung und Ausblick.....	7
	Literatur	8
2	Psychoedukation	9
	<i>Stefanie Losekam und Carsten Konrad</i>	
2.1	Einleitung.....	11
2.2	Fallvignette.....	12
2.3	Praktische Therapiedurchführung: Therapiebausteine	13
2.4	Besonderheiten und Fallstricke.....	27
2.5	Zusammenfassung des Kapitels	28
2.6	Materialien.....	29
	Literatur	29
3	Praxis der kognitiven Verhaltenstherapie	31
	<i>Stefanie Losekam und Carsten Konrad</i>	
3.1	Einleitung.....	33
3.2	Fallvignette.....	35
3.3	Praktische Therapiedurchführung: Therapiebausteine	36
3.4	Besonderheiten und Fallstricke.....	56
3.5	Zusammenfassung des Kapitels	58
3.6	Materialien.....	58
	Literatur	59
4	Praxis der psychodynamischen Psychotherapie	61
	<i>Christiane Steinert und Falk Leichsenring</i>	
4.1	Einleitung.....	63
4.2	Fallvignette.....	67
4.3	Praktische Therapiedurchführung: Therapiebausteine	69
4.4	Besonderheiten und Fallstricke.....	84
4.5	Zusammenfassung des Kapitels	85
4.6	Materialien.....	86
	Literatur	86

5	Gesprächspsychotherapie der Depression	89
	<i>Jobst Finke</i>	
5.1	Einleitung.....	91
5.2	Fallvignette.....	95
5.3	Therapiebausteine.....	96
5.4	Besonderheiten und Fallstricke.....	110
5.5	Zusammenfassung des Kapitels	112
5.6	Materialien.....	112
	Literatur	112
6	Praxis der interpersonellen Psychotherapie (IPT)	115
	<i>Christine Scholz, Rebecca Schneibel und Eva-Lotta Brakemeier</i>	
6.1	Einleitung.....	117
6.2	Fallvignetten	119
6.3	Praktische Therapiedurchführung	120
6.4	Besonderheiten und Fallstricke.....	133
6.5	Zusammenfassung des Kapitels	135
6.6	Materialien.....	136
	Literatur	136
7	Praxis des Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP)	137
	<i>Hans Onno Röttgers und Carsten Konrad</i>	
7.1	Einleitung.....	139
7.2	Fallvignette.....	143
7.3	Praktische Therapiedurchführung: Therapiebausteine	143
7.4	Besonderheiten und Fallstricke.....	163
7.5	Zusammenfassung des Kapitels	165
7.6	Materialien.....	165
	Literatur	165
8	Akzeptanz- und Commitment-Therapie	167
	<i>Hans Onno Röttgers und Barbara Merrem</i>	
8.1	Einleitung.....	168
8.2	Fallvignette.....	173
8.3	Praktische Therapiedurchführung	174
8.4	Besonderheiten und Fallstricke.....	192
8.5	Zusammenfassung des Kapitels	194
8.6	Materialien.....	194
	Literatur	194

9	Schematherapie	197
	<i>Hans Onno Röttgers und Barbara Merrem</i>	
9.1	Einleitung.....	199
9.2	Fallvignette.....	201
9.3	Praktische Therapiedurchführung: Therapiebausteine	202
9.4	Besonderheiten und Fallstricke.....	222
9.5	Zusammenfassung des Kapitels	226
9.6	Materialien.....	226
	Literatur	227
10	Systemische Therapie	229
	<i>Ulrike Borst</i>	
10.1	Einleitung.....	231
10.2	Fallvignette.....	236
10.3	Praktische Therapiedurchführung: Therapiebausteine	237
10.4	Besonderheiten und Fallstricke.....	255
10.5	Zusammenfassung des Kapitels	256
10.6	Materialien.....	257
	Literatur	257
11	Suizidalität und Krisenintervention	259
	<i>Ina Kluge, Mirjam Bühring, Franciska Illes und Georg Juckel</i>	
11.1	Einleitung.....	261
11.2	Fallvignette.....	263
11.3	Praktische Therapiedurchführung: Therapiebausteine	264
11.4	Besonderheiten und Fallstricke.....	277
11.5	Zusammenfassung des Kapitels	277
11.6	Materialien.....	278
	Literatur	278
	Serviceteil	
	Stichwortverzeichnis.....	281

Autorenverzeichnis

Ulrike Borst Zürich, Schweiz
Konstanz, Deutschland

Eva-Lotta Brakemeier Klinische Psychologie und Psychotherapie (KLIPs), Universität
Greifswald, Greifswald, Deutschland

Mirjam Bühring Zentrum für Psychosoziale Medizin, Agaplesion Diakonieklinikum
Rotenburg, Rotenburg (Wümme), Deutschland

Jobst Finke Essen, Deutschland

Franciska Illes LWL Universitätsklinikum Bochum der Ruhr-Universität Bochum,
Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Präventivmedizin im LWL-Psychiatrie-Verbund
Westfalen, Bochum, Deutschland

Georg Juckel LWL Universitätsklinikum Bochum der Ruhr-Universität Bochum, Klinik für
Psychiatrie, Psychotherapie und Präventivmedizin im LWL-Psychiatrie-Verbund Westfalen,
Bochum, Deutschland

Ina Kluge Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Philipps-Universität Marburg,
Marburg, Deutschland

Carsten Konrad Zentrum für Psychosoziale Medizin, Agaplesion Diakonieklinikum
Rotenburg, Rotenburg (Wümme), Deutschland

Falk Leichsenring Internationale Psychoanalytische Universität Berlin, Berlin, Deutschland

Stefanie Losekam Praxis für Psychotherapie, Stadtallendorf, Deutschland

Barbara Merrem InterACT Coaching, Marburg, Deutschland

Hans Onno Röttgers InterACT Coaching, Marburg, Deutschland

Rebecca Schneibel Schlosspark-Klinik, Abteilung Psychiatrie, Berlin, Deutschland

Christine Scholz Psychologische Hochschule Berlin, Berlin, Deutschland

Christiane Steinert Justus-Liebig-Universität Gießen, Klinik für Psychosomatik und
Psychotherapie, Gießen, Deutschland