

Fallbeispiel – Depression

Sich wertlos, traurig und leer fühlen...

Frau M., 35 Jahre, ist auf Bitten des Ehemannes beim Hausarzt vorstellig geworden und wurde daraufhin an eine Psychotherapeutin verwiesen/ weitergeleitet.

Als die Psychotherapeutin fragte, was denn die Beschwerden seien, berichtet Frau M. von ihren Problemen. Sie leide unter Einschlafstörungen (könne bis 4 Uhr nicht einschlafen) und Durchschlafstörungen sowie Früherwachen. Das halte schon seit Wochen an. Deswegen fühle sie sich schon morgens schwach und habe etwas Mühe aus dem Bett zu kommen. Sie habe häufig Kopf- und Rückenschmerzen und leide unter Konzentrationsschwierigkeiten. Sie könne sich gerade gedanklich schwer ordnen. Aufgrund dieses Umstandes sei sie schon 4 Wochen krankgeschrieben gewesen. Seit einer Woche arbeite sie nun wieder, fühle sich aber nicht wohl. Auf Nachfrage berichtet Frau M., dass ihr schnell alles zu viel sei und sie insbesondere Menschengruppen etwas überfordere. Sie habe sich daher sozial etwas zurückgezogen. Zuhause verzweifelte sie außerdem an Aufgaben im Haushalt, die sie sonst ohne Mühe gemeistert habe. Ihren beiden Töchtern (11 und 13 Jahre) habe sie sich sonst immer mit voller Hingabe gewidmet, ihnen bei den Hausaufgaben geholfen, die Brote für die Schule geschmiert oder sie nachmittags zum Sport gefahren. Aber auch das sei ihr in letzter Zeit oftmals zu viel gewesen, weshalb größtenteils ihr Mann oder auch hin und wieder die Großeltern dies für sie übernommen hätten. Hier erfahre sie viel Unterstützung. Als die Psychotherapeutin sie nach ihrer Stimmung befragte, überlegte sie lange und antwortete, dass sie sich irgendwie „leer“ fühle und häufig traurig sei. Dinge, die ihr früher Spaß bereitet hätten, würden immer gleich zu viel sein und sie überfordern. Daher unternehme sie auch wenig in letzter Zeit, was ihren Mann sehr traurig machen würde. Dieser findet, dass sie in den letzten Wochen zunehmend unglücklich wirke. Eigentlich war sie immer sehr sportbegeistert, ging viel laufen oder ins Fitnessstudio. Der letzte Besuch im Fitnessstudio sei nun aber schon länger her gewesen. Frau M. berichtet weiterhin, dass sie Schmerzen in der Bauchregion habe. Untersuchungen bei verschiedenen Fachärzten hätten allerdings nichts ergeben. Auch in Bezug auf die Kopf- und Rückenbeschwerden seien keine Auffälligkeiten gefunden worden.