

«Wenn Schatten das Leben verdunkeln – Depression als Herausforderung»

Prof. em. Dr. med. Daniel Hell

14.05.2015, 19.30 Uhr, Kongress- und Kulturzentrum Monte Verità, Ascona

Prof. em. Dr. med. Daniel Hell war bis Anfang 2009 Direktor an der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich und Ordentlicher Professor für Klinische Psychiatrie der Universität Zürich. Heute ist er Leiter des Kompetenzzentrums «Depression und Angst» an der Privatklinik Hohenegg. Er hat sich wissenschaftlich vor allem mit Depressionen und anderen emotionalen Problemfeldern beschäftigt. Mehrere seiner Bücher sind Best- und Longseller geworden, z.B. «Welchen Sinn macht Depression?» oder auch «Die Sprache der Seele verstehen – Die Wüstenväter als Therapeuten». Sein neuestes Buch erschien 2013 bei Schwabe: «Krankheit als seelische Herausforderung». Sein Werk ist teilweise in acht Sprachen übersetzt.



Einführung in das Thema

Momente von Niedergeschlagenheit oder Deprimiertheit gehören zum Leben. Sie treten vor allem auf, wenn Menschen durch Verluste oder unausweichliche Konflikte belastet werden und in dieser Situation keinen unmittelbaren Ausweg sehen. Meist löst sich diese Deprimiertheit wieder auf, wenn der Verlust verschmerzt oder sich eine Lösung des Problems anzeigt.

Belastungssituationen können sich aber unter ungünstigen körperlichen und psychosozialen Bedingungen auch hochschaukeln, sodass aus normaler Deprimiertheit eine krankhafte Depression wird. Dann ist ein betroffener Mensch – und sind seine Angehörigen – besonders herausgefordert. Es hilft nicht, das Problem unter den Teppich zu kehren und es schadet, in Grübeln und Hadern zu versinken. Vielmehr gilt es, die Herausforderung anzunehmen – persönlich, medizinisch und zwischenmenschlich.



In den letzten Jahren publizierte Bücher von Prof. D. Hell, die auch für interessierte Laien geschrieben sind:

Hell D, Welchen Sinn macht Depression? Ein integrativer Ansatz. Rowohlt Taschenbuchverlag GmbH, Reinbeck bei Hamburg, 5. Auflage der 2006 überarbeiteten 11. Auflage, 2011

Hell D, Depression – was stimmt? Die wichtigsten Antworten. Herder Freiburg, 4. Auflage 2010

Hell D, Seelenhunger – Vom Sinn der Gefühle. Überarbeitete Taschenbuchausgabe des Buches „Seelenhunger – der fühlende Mensch und die Wissenschaft vom Leben“. Herder Spektrum, Freiburg, 2. Auflage 2009

Hell D, Die Sprache der Seele verstehen – Die Wüstenväter als Therapeuten. Herder-Verlag Freiburg i.B., 8. Auflage 2009 (Sonderausgabe 2007)

Hell D, Leben als Geschenk und Antwort. Weisheiten der Wüstenväter. Herder-Verlag Freiburg i.B., 2005 (vergriffen)

Hell D, Die Wiederkehr der Seele – Wir sind mehr als Gehirn und Geist. Verlag Herder, 2. Auflage 2010

Hell D, Endrass J, Vontobel J, Schnyder U: Kurzes Lehrbuch der Psychiatrie, Hans Huber Verlag Bern, 3. Auflage 2011

Hell D, Schüpbach D: Schizophrenien. Verständnisgrundlagen, Orientierungshilfen für Patienten und Angehörige. Springer, Berlin Heidelberg New York Hongkong London Mailand Paris Tokio, 4. Auflage 2008

Böker H, Hell D (Hg) Therapie der affektiven Störungen. Psychosoziale und neurobiologische Perspektiven. Schattauer, Stuttgart New York, 2002

Hell D: Depression als Störung des Gleichgewichts. Wie eine personbezogene Depressionstherapie gelingen kann. Verlag W. Kohlhammer, Stuttgart, 2011.

Kessler H., Hell D.: Wege aus der Depression. Beobachter-Buchverlag, 3. Auflage 2011

Hell D: Krankheit als seelische Herausforderung. Schwabe reflexe 27, 2013

