

## FOLIE 2

### Wie äußert sich die Depression?

Fühlen	Denken	Antrieb/äußeres Verhalten	vegetativ/körperlich
Keine Lebensfreude/Lust	„Ich bin ein totaler Versager“ „Das wird nie mehr besser“	Arbeit nicht mehr geschafft	Müde, erschöpft, energielos
Tiefe Traurigkeit	„Ich bin eine Zumutung für andere“	Kein Interesse mehr	Kloß im Hals
Keine Gefühle/stumpf	„Alles ist sinnlos“	Alltägliches fällt schwer	Schwindel
Empfindungslosigkeit	„Mein Leben ist nichts wert“	„Ich schiebe alles vor mir her“	Keine Lust auf Sex Schlechtes Einschlafen
Wie abgestorben	„Es liegt ein großer Berg vor mir, der Tag wird wieder schrecklich“	Hektik	Unruhiger Schlaf
Niedergeschlagenheit	„Bei mir geht alles schief“	„Kann mich nicht konzentrieren“	Gliederschmerzen andere Schmerzen
Innere Unruhe	„Ich halt das nicht mehr aus“	„Kann mich zu nichts aufraffen“	Kein Appetit
Unerklärliche Angstzustände	„Manchmal denke ich, es wäre besser, ich bin tot“	„Kann mich nicht entscheiden“	Es schmeckt nichts mehr
Einsam/ausgegrenzt	<b>Wahn</b>	Ständiges Weinen	Gewichtsabnahme Schweißausbrüche
Gereiztheit	„Ich bin an allem Unglück der Welt Schuld“	Im Bett verstecken	Erhöhter Puls
Unsicherheit/ohne Schutz	„Ich habe kein Geld mehr, die Familie muss verhungern“	Kontakte zu anderen Menschen sind mühsam	Druck auf der Brust
Versagensgefühle	„Ich habe Krebs, alle wissen es, niemand sagt es mir“	Wie blockiert	Vermehrtes Seufzen
Wertlosigkeit		Anhänglichkeit	