

Liebe Mitglieder, liebe Bezieher*innen unseres Newsletters,

hier unsere aktuellen News aus der Deutschen DepressionsLiga (DDL) sowie rund um die Themen Depression, Soziales und Gesundheitswesen:

Angehörige machen Geschichte(n)

Erzählen Sie! BApK-Aktion zur Woche der seelischen Gesundheit

ERZÄHLEN SIE! - Der Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen (BApK) e.V. und seine Landesverbände laden im Rahmen der Woche der seelischen Gesundheit Angehörige von Menschen mit psychischen Erkrankungen dazu ein, ihre Geschichte zu teilen und aus ihrem Leben zu erzählen. Egal, ob traurig, wütend oder hoffnungsvoll, alles hat seine Berechtigung. Auch wie die Beiträge gestaltet sind, ob in Form eines Textes, eines Gedichtes oder vielleicht einer Collage, bleibt den Teilnehmenden überlassen. Die Texte werden anonym und unter Pseudonym veröffentlicht.

Einsendeschluss ist der 20. September 2024. Die Woche der seelischen Gesundheit findet vom 10. bis 24. Oktober 2024 statt.

[Weiterlesen](#)

Unbegründete Entwarnung zu Antidepressiva-Entzugssymptomen durch Meta-Studie

Pressemitteilung der Deutschen Gesellschaft für Soziale Psychiatrie (DGSP): Henssler und Kollegen haben in der diesjährigen Juni-Ausgabe der renommierten medizinischen Fachzeitschrift Lancet Psychiatry eine umfangreiche Literaturlauswertung mit Meta-Analyse zum Thema Antidepressiva-Entzugsreaktionen veröffentlicht. Der Fachausschuss Psychopharmaka der DGSP begrüßt diesen Schritt und die Aufmerksamkeit, welche diesem wichtigen Thema zuteil wird. Der Ausschuss, darunter auch Dr. med. Dr. P. H. Stefan Weinmann, fachlicher Berater der DDL, ist aber auch besorgt, dass die Arbeit aufgrund erheblicher methodischer Limitationen, der Begriffswahl und unbegründeter Schlussfolgerungen dieses ernsthafte Thema verharmlost.

[Zur Pressemitteilung](#)

MEDIENTIPPS

Neue DAK-Studie: Schulkinder leiden häufiger unter gesundheitlichen und psychischen Problemen

RedaktionsNetzwerk Deutschland: Das sogenannte „Präventionsradar“ der Krankenkasse DAK-Gesundheit untersucht seit 2016 das Wohlbefinden und die Gesundheit von Kindern in der 5. bis 10. Klasse. Die neuesten Ergebnisse zeigen in fast allen Bereichen einen Anstieg der körperlichen und psychischen Leiden.

[Zum Artikel](#)

Brandbrief warnt vor gesellschaftlichem Stillstand: Psychische Gesundheit Jugendlicher verschlechtert sich zunehmend

SWR: Die psychische Gesundheit Jugendlicher hat sich weltweit in den letzten zwei Jahrzehnten stark verschlechtert. Experten warnen nun vor dem Eintritt in eine gefährliche Phase.

[Zum Artikel](#)

Gemeinschaftliche Selbsthilfe von demokratiefeindlichen Strömungen betroffen: Ergebnisse der NAKOS-Befragung 2024

NAKOS: Eine aktuelle Befragung der NAKOS zeigt, dass Selbsthilfeunterstützende und -Aktive zunehmend mit menschen- und demokratiefeindlichen Tendenzen konfrontiert werden. Insgesamt nahmen 140 von 341 Selbsthilfekontaktstellen an der Befragung teil, und etwa jede zweite Person gab an, selbst Vorfälle im Arbeitskontext erlebt zu haben oder dass ihr durch andere Selbsthilfe-Aktive von solchen berichtet wurde.

[Weiterlesen](#)

Warum Sie nach psychologischem Reichtum streben sollten

GEO: Ist es das Streben nach Glück oder nach Bedeutsamkeit, das Menschen erfüllt? Zwei Wissenschaftler haben eine dritte Dimension entdeckt, die sie als "psychologischen Reichtum" beschreiben. Auch dieser zählt zu einem guten Leben.

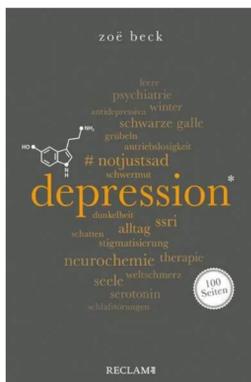
[Zum Artikel](#)

Depression: Wie Stimmung und Verhalten sich verändern

WDR - Innenwelt: Zu einer Depression gehören oft Antriebslosigkeit oder gedrückte Stimmung. Aber auch kognitive Begleiterscheinungen können auftreten. Neuropsychologin Thomas Beblo vom Uniklinikum Bethel erklärt, welche Symptome auftreten und was dagegen helfen kann.

[Zum Podcast](#)

BUCHTIPP



"Depression. 100 Seiten" von Zoë Beck

»Ich wollte keine Depression haben. Das passte mir nicht in den Terminkalender.« Mehr als 5 Millionen Deutsche leben mit einer Depression, laut Weltgesundheitsorganisation handelt es sich dabei global gesehen inzwischen um die zweithäufigste »Volkskrankheit«. Was früher tabuisiert war und heute noch allzu oft verschwiegen wird, ist inzwischen eine anerkannte Krankheit.

Woher kommt sie und wie gehen Betroffene mit ihr um? Wie hat sich die gesellschaftliche Wahrnehmung der Krankheit im Laufe der Zeit gewandelt? Und wie geht man mit depressiven Menschen am besten um? Die Schriftstellerin Zoë Beck geht den Ursachen, Auswirkungen und Folgen der Krankheit auf den Grund – sachlich und präzise, aber auch humorvoll und bisweilen persönlich.

Reclam, 2021
100 Seiten
ISBN 978-3-15-020575-4

[Zur Rezension von DDL-Mitglied Uwe Kretschmer \(PDF\)](#)

[Zur DDL-Literaturmediathek](#)



Ihre Spende hilft Betroffenen. Unterstützen Sie die Arbeit der Deutschen DepressionsLiga. Jeder Beitrag zählt, damit wir weitere Projekte realisieren und ausbauen können.

[JETZT SPENDEN](#)

Impressum:
Deutsche DepressionsLiga e.V.
Waltraud Rinke, Armin Rösl, Jürgen Leuther, Dr. Claudia Kociucki,
Maximiliane Schaffrath, Oliver Vorthmann

Oppelner Straße 130, 53119 Bonn
Telefon: +49 228 – 2406 5772
E-Mail: kontakt@depressionsliga.de

www.depressionsliga.de
[Ich möchte keinen Newsletter mehr erhalten!](#)