

# Deutschland-Barometer Depression zeigt massive Folgen der Erkrankung auf Partnerschaft und Familie

*Studie: Stiftung Deutsche Depressionshilfe*

**Bei der Hälfte der Betroffenen kommt es zu Problemen in der Partnerschaft – Wissenslücken bei Angehörigen führen zu Unverständnis und Fehlinterpretationen – Rückzug und Gefühllosigkeit sind krankheitsbedingt**

**D**ie Erkrankung Depression belastet Partnerschaft und Familie in hohem Maße: 84 Prozent der Erkrankten haben sich während ihrer Depression aus sozialen Beziehungen zurückgezogen. Das belegt das veröffentlichte zweite „Deutschland-Barometer Depression“ von Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Deutsche Bahn Stiftung. Die repräsentative Befragung untersucht Einstellungen und Erfahrungen zur Depression in der Bevölkerung. Befragt wurden 5.000 Personen zwischen 18 und 69 Jahren aus einem repräsentativen Online-Panel für die deutsche Bevölkerung in Privathaushalten.

## **Partnerschaftskonflikte und Trennung als Folge der Depression**

Knapp drei Viertel (72 Prozent) der Befragten mit der Diagnose Depression beschreiben, während der Erkrankung keine Verbundenheit zu Menschen mehr zu empfinden. Dies hat weitreichende Folgen: Die Hälfte der Betroffenen berichtet von Auswirkungen auf die Partnerschaft. 45 Prozent davon haben erlebt, dass es aufgrund der Depression zu einer Trennung gekommen ist. „Die hohe Zahl der Trennungen zeigt, was für eine tiefgreifende Erkrankung die Depression ist“, erläutert Prof. Ulrich Hegerl, Vorstandsvorsitzender der Stiftung Deutsche Depressionshilfe, die Ergebnisse. „An Depression erkrankte Menschen verlieren den Antrieb, ihr Interesse und fühlen sich innerlich abgestorben, ohne Verbundenheit mit anderen Menschen oder ihrer Umwelt. Sie ziehen sich zurück und sehen den gesamten Alltag wie durch eine schwarze Brille. All diese krankheitsbedingten Veränderungen haben massive Auswirkungen auf Partnerschaft und familiäre Beziehungen. Deshalb ist Depression oft die Ursache und nicht die Folge von Partnerschaftskonflikten“, so Hegerl weiter. Ein Teil der Betroffenen berichtet rückblickend aber auch von positiven Erfahrungen: 36 Prozent der Betroffenen gaben an, dass die Depression die Beziehung zum Partner sogar vertieft und gefestigt hat. „Das gemeinsame Überstehen des großen Leidens, das die Depression verursacht, kann zu einem Zusammenwachsen führen“, erklärt Hegerl.

## **Wissenslücken im sozialen Umfeld sorgen für Unverständnis gegenüber Betroffenen**

Das Deutschland-Barometer Depression 2018 liefert auch Daten zu den Erfahrungen von Angehörigen: 73 Prozent entwickeln Schuldgefühle gegenüber ihrem erkrankten Partner und fühlen sich für dessen Erkrankung und Genesung verantwortlich. Fast jeder dritte Angehörige (30%) gab an, sich schlecht über die Depression informiert zu fühlen. Betroffene, die Auswirkungen der Depression auf die Partnerschaft erlebt haben, berichten deshalb vor allem, sich unverstanden gefühlt und Vorwürfe von ihrem Partner bekommen zu haben (84%).

„Es wird deutlich, dass ein großer Aufklärungsbedarf über die Erkrankung gerade bei Angehörigen und Bekannten besteht. Deshalb hat die Stiftung Deutsche Depressionshilfe in Kooperation mit der Deutsche Bahn Stiftung das deutschlandweite Info-Telefon Depression eingerichtet, bei dem Angehörige und Betroffene kostenfrei Informationen über die Erkrankung erhalten“, so Dr. Christian Gravert, Projektleiter Gesundheitsthemen bei der Deutsche Bahn Stiftung und Leitender Arzt der Deutschen Bahn.

### **Hinweise für Angehörige**

Prof. Hegerl rät Angehörigen: „Akzeptieren Sie die Depression als Erkrankung, die jeden treffen kann! Und informieren Sie sich – denn wer nicht weiß, was eine Depression ist, wird den Rückzug und die fehlende Zuwendung des erkrankten Partners falsch einordnen. Es ist keine Lieblosigkeit oder gar böser Wille, sondern Zeichen der Erkrankung.“ Am besten können Angehörige unterstützen, indem sie einen Termin beim Arzt organisieren und den Betroffenen gegebenenfalls dorthin begleiten. Denn in der Depression fehlen den Betroffenen oft Kraft und Hoffnung, sich Hilfe zu suchen. Hegerl betont aber ebenfalls: „Depression kann nicht mit Zuneigung alleine behandelt werden, sondern erfordert medizinische Hilfe. Es ist wichtig, dass Angehörige und Freunde ihre eigenen Belastungsgrenzen kennen und sich auch Unterstützung organisieren.“

### ***Informationen und Hilfe finden Angehörige unter:***

- Wissen und Adressen rund um das Thema Depression auf [www.deutsche-depressionshilfe.de](http://www.deutsche-depressionshilfe.de)
- Deutschlandweites Info-Telefon Depression: 0800 33 44 5 33
- Online-Forum: Erfahrungsaustausch für Betroffene und Angehörige unter [www.diskussionsforum-depression.de](http://www.diskussionsforum-depression.de)
- Sozialpsychiatrische Dienste bei den Gesundheitsämtern
- Beratung und Selbsthilfegruppen speziell für Angehörige [www.bapk.de](http://www.bapk.de)
- Tipps und Übungen für Angehörige: [www.familiencoach-depression.de](http://www.familiencoach-depression.de)

**Die gesamte Studie und Infografiken zur freien Verwendung stehen unter**  
[www.deutsche-depressionshilfe.de/presse-und-pr/downloads](http://www.deutsche-depressionshilfe.de/presse-und-pr/downloads)  
zur Verfügung.

*PM v. 27.11.2018*

*Heike Friedewald*

*Presse- und Öffentlichkeitsarbeit*

*Stiftung Deutsche Depressionshilfe*

*Quelle:*

*www.deutsche-depressionshilfe.de*

*www.idw-online.de*