




## Depression. Helfen und sich nicht verlieren: Ein Ratgeber für Freunde und Familie

*Huub Buijssen*

 **Download**

 **Online Lesen**

**Depression. Helfen und sich nicht verlieren: Ein Ratgeber für Freunde und Familie** Huub Buijssen

 [Download Depression. Helfen und sich nicht verlieren: Ein Ratgeb  
...pdf](#)

 [Online Lesen Depression. Helfen und sich nicht verlieren: Ein Ratg  
...pdf](#)

# **Depression. Helfen und sich nicht verlieren: Ein Ratgeber für Freunde und Familie**

*Huub Buijssen*

**Depression. Helfen und sich nicht verlieren: Ein Ratgeber für Freunde und Familie** Huub Buijssen

## **Downloaden und kostenlos lesen Depression. Helfen und sich nicht verlieren: Ein Ratgeber für Freunde und Familie Huub Buijssen**

---

187 Seiten

Pressestimmen

»Leicht verständlich beschreibt Huub Buijssen die möglichen Symptome, nennt Ansprechpartner, erläutert die Vor- und Nachteile von Antidepressiva und ruft immer wieder dazu auf, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen.« Deutschlandradio Kultur

»Wie man einen nahestehenden Menschen, der in eine Depression gerät, unterstützen kann, ohne sich dabei selbst zu verlieren, zeigt das Buch auf konkrete Weise – insbesondere im letzten Kapitel.« Psychologie Heute Kurzbeschreibung

Wenn ein nahestehender Mensch in eine Depression gerät, ist dieser Prozess für Angehörige oft schwer zu verstehen. Freunde und Familie sind für den depressiven Menschen jedoch sehr wichtig; oft können sie sogar mehr für ihn tun als professionelle Helfer. Dieses Buch zeigt, wie man den Betroffenen konkret unterstützen kann, ohne sich dabei selbst zu verlieren.

Dieses Buch bietet umfassenden Rat und vermittelt wichtiges Hintergrundwissen – eine Grundvoraussetzung für den Alltag mit depressiven Menschen. Denn für Angehörige ist meist unergründlich, was im Inneren des depressiven Menschen vorgeht. Huub Buijssen gelingt es auf ungewöhnlich berührende Weise, die Innenansicht eines depressiven Menschen zu schildern und zu erklären, was er erleidet und wie er gestärkt werden kann.

Gleichzeitig zeigt der Autor wirksame Strategien auf, mit denen sich Angehörige davor schützen können, selbst psychisch abzugleiten und vom Sog der Depression ergriffen zu werden.

»Menschen, die mit einem depressiven Angehörigen zusammenleben, tragen selbst ein doppelt so hohes Risiko, ebenfalls eine Depression zu bekommen. Denn Gefühle sind genauso ansteckend wie Grippe und Erkältung.« Huub Buijssen Über den Autor und weitere Mitwirkende

Huub Buijssen ist Psychogerontologe und klinischer Psychologe sowie Direktor eines Instituts, das auf die Behandlung von Beschwerden nach traumatischen Erfahrungen in der Pflege spezialisiert ist. Außerdem ist er Autor zahlreicher erfolgreicher Bücher zu Demenz und Alzheimer, die innovative Wege zu einer zugewandten, menschlichen und kreativen Pflege weisen. Er lebt im niederländischen Tilburg.

Download and Read Online Depression. Helfen und sich nicht verlieren: Ein Ratgeber für Freunde und Familie Huub Buijssen #JV6SC5ERGTU

Lesen Sie Depression. Helfen und sich nicht verlieren: Ein Ratgeber für Freunde und Familie von Huub Buijssen für online ebook Depression. Helfen und sich nicht verlieren: Ein Ratgeber für Freunde und Familie von Huub Buijssen Kostenlose PDF download, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Depression. Helfen und sich nicht verlieren: Ein Ratgeber für Freunde und Familie von Huub Buijssen Bücher online zu lesen. Online Depression. Helfen und sich nicht verlieren: Ein Ratgeber für Freunde und Familie von Huub Buijssen ebook PDF herunterladen Depression. Helfen und sich nicht verlieren: Ein Ratgeber für Freunde und Familie von Huub Buijssen Doc Depression. Helfen und sich nicht verlieren: Ein Ratgeber für Freunde und Familie von Huub Buijssen Mobipocket Depression. Helfen und sich nicht verlieren: Ein Ratgeber für Freunde und Familie von Huub Buijssen EPub