



**lösungsorientiert – optimistisch – schnell wirksam**

## Depression Kiel

Die **Depression** ist ein Zustand psychischen und/oder körperlichen Unwohlseins, die Betroffenen sind häufig lustlos, erschöpft und neigen zur sozialer Isolation. **Ursprung von Depressionen** können z.B. unterdrückte Trauer, aber auch Sinnkrisen, Trennungen und scheinbar aussichtslose Situationen sein. Die **Depressions-Symptome** reichen von Kleinheitsgefühlen, über Lustlosigkeit über chronische Krankheits-Symptome wie z.B. Rückenschmerzen, Lähmungserscheinungen, Verspannungen, Herzrasen, herzscherzen bis hin zu Todessehnsucht bzw. dem Wunsch sein Leben zu beenden (Suizidalität). Es gibt gute Behandlungserfolge durch **Psychotherapie mit Hypnose**, systemischer Trance und Familienaufstellungen, denn wer die **Ursache der Depression** erkennt und auflöst, ist i.d.R. bereits nach kurzer Zeit seine körperlichen Krankheits-Symptome los und auch der Gemütszustand kann sich schnell verändern. Wichtig ist es sich anzuvertrauen und das **Thema Depression** anzugehen bevor man es nicht mehr aus eigenem Antrieb schafft sich Hilfe zu suchen, in solchen Fällen ist dann meistens ein Aufenthalt in einer **Psychiatrischen Klinik** nötig.

Hier geht's zur Hauptseite => [LOS-Coaching und Psychotherapie Kiel](#)

