

# Download Tagebuch Eines Depressiven

Täglich einloggen, Tagebuch führen, Fortschritte festhalten: Mithilfe einer digitalen Therapie hat eine schwer Depressive zurück in den Alltag gefunden. Was können die Online-Programme und was ...Anpassungsstörung. Die Anpassungsstörung ist teilweise bis heute noch als depressive Reaktion oder reaktive Depression bekannt. Es handelt sich dabei um eine unmittelbare Reaktion in Bezug auf einen belastenden Vorfall, der im Leben des betroffenen Menschen vorgekommen ist. Jeder von uns kennt Phasen, in denen er vorübergehend traurig oder niedergeschlagen ist oder einfach keine Lust hat, etwas zu unternehmen. Solche Phasen sind in einem gewissen Rahmen ganz "normal" und gehören zum Leben dazu. Depressionen bei Jugendlichen. Depressionen bei Jugendlichen haben nichts zu tun mit schlechten Erfahrungen in der Pubertät, Hormonstörungen oder einer unglücklichen Liebe.