

Achtung, wenn Ihr Mann exzessiv Sport treibt!

Das kann auf
Depressionen deuten



Viele
Männer
versuchen
ihrer Schwermut
davonzulaufen –
meist erfolg-
los

Bei Depressionen denken wir vor allem an absolute Energielosigkeit und Weinerlichkeit. Doch diese Symptome treten eher bei Frauen als bei Männern auf. Wie die Christoph-Dornier-Klinik für Psychotherapie in Münster erklärt, versuchen Männer ihr Seelenleid anders zu bewältigen. Sie treiben plötzlich viel Sport oder stürzen sich in ihre Arbeit. Sie wirken dabei sehr gestresst oder neigen sogar zu Aggressionen. Ein weiterer Hinweis können Schlafprobleme sein. Da bei einem solchen Verhalten selten an eine Depression gedacht wird, erhalten die Betroffenen oft auch gar keine Therapie. Erster Ansprechpartner bei einer Depression ist in der Regel der Hausarzt.