

### **IPT: Interpersonelle Therapie**

Im Behandlungsfokus stehen aktuelle zwischenmenschliche Probleme, die mit der depressiven Episode in Zusammenhang stehen. Interpersonelle Belastungen werden als Auslöser, Folge und aufrechterhaltende Bedingung gesehen. Hierzu gehören belastende Lebensereignisse (insbesondere Verlustereignisse und partnerschaftliche Konflikte), soziale Belastung, mangelnde soziale Unterstützung. Es werden Bewältigungsmöglichkeiten erarbeitet und trainiert.