

## **Inhalt**

<b>Trauer</b>	<b>8</b>
<b>Vom Wesen der Depression</b>	<b>14</b>
<b>Aus der Seele entstehende Depressionen</b>	<b>19</b>
<b>Von Innen entstehende Depressionen</b>	<b>23</b>
<b>Zur Diagnose der Depressionen</b>	
Wie erkenne ich eine Depression?	35
Tabelle: Seelische Leitsymptome bei Depressionen	37
Tabelle: Vegetative und körperliche Symptome bei Depressionen	38
<b>Wie kann man Suizidgefahr erkennen - was kann man hilfreiches tun?</b>	<b>40</b>
<b>Wie kann ich mir in einer Depression selbst helfen?</b>	<b>47</b>
<b>Wie können Angehörige helfen?</b>	<b>52</b>
<b>Was können Angehörige im einzelnen tun?</b>	<b>53</b>
<b>Was können Angehörige für sich selbst tun?</b>	<b>59</b>

<b>Zur psychiatrischen Therapie depressiver Erkrankungen</b>	<b>62</b>
Einige Anmerkungen zu den Antidepressiva	<b>70</b>
<b>Vom Sinn der Depression</b>	<b>80</b>
<b>Fragen:</b>	
<b>Wie kann man Depressionen erkennen?</b>	<b>83</b>
<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>87</b>
<b>Adressen</b>	<b>91</b>