

# Inhaltsverzeichnis

<b>1 Einleitung.....</b>	<b>1</b>
<b>2 Depression als Krankheitsbild .....</b>	<b>3</b>
2.1 Definition und Symptome .....	3
2.2 Abgrenzung zwischen normalen Tiefs und Depression.....	6
2.3 Ursachen, Auslöser und Erklärungsmodelle .....	8
2.4 Diagnostik .....	11
2.5 Klassifikation depressiver Erkrankungen .....	15
2.6 Komorbidität.....	19
<b>3. Bewegungstherapie .....</b>	<b>21</b>
3.1 Richtlinien des deutschen Sportärztebundes .....	21
3.2 Integrative Bewegungstherapie.....	26
3.3 Konzentrierte Bewegungstherapie.....	28
3.4 Rhythmische Bewegungstherapie.....	30
<b>4 Vergleich verschiedener Studien zur Effektivität der Sporttherapie .....</b>	<b>32</b>
<b>5 Resümee .....</b>	<b>45</b>
<b>6 Literaturverzeichnis .....</b>	<b>47</b>