

Vorbemerkung 7

Einleitung 9

TEIL I Beschreiben und verstehen

Unsere heutigen Vorstellungen von depressiven Erkrankungen 16

Was ist eine »Depression«? 19

Gefühle und Stimmung – Trauer 24

Die Symptomatik einer Depression 31

Leidensdruck 31

Fühlen 41

Ängste 48

Denken 49

Körperwahrnehmung 66

Handeln 71

Verursachung und Verlauf depressiver Erkrankungen 76

Unterschiedliche Verläufe 91

TEIL II Behandeln und bewältigen

Therapie 96

Frühzeitige therapeutische Begleitung 97

Psychotherapie 107

Zentrale Aspekte im Umgang mit depressiven Personen 114

Klagen erlaubt: Die psychotherapeutische Beziehung 118

Erste therapeutische Schritte gehen 125

Einzelpsychotherapie mit depressiv Kranken 130

Psychotherapeutische Gruppenarbeit mit Depressiven 135

Medikamentöse Behandlung	146
Wie wirken Antidepressiva?	154
Dosierung und Behandlungsdauer	163
Zur medikamentösen Rückfallvorbeugung und Langzeittherapie	167
Absetzen von Antidepressiva	169
Absetzen von Lithium	171
Psychoedukation	172
Selbsthilfegruppen	183
Selbsthilfegruppen für depressive Patienten	183
Selbsthilfegruppen für Angehörigen	184
Soziotherapie bei Depressionen	188
Rehabilitative Behandlung	194
Langfristige Behandlung und Wiedererkrankungsprophylaxe	198
Spezifische Erscheinungsformen	201
Chronische Depression	201
Depression und Suizidalität	206
Die »wahnhaften« Depression	212
Männerdepression	217
Bipolare Depression	221
Schlussbemerkungen	225
Literatur	227
Internetadressen	238