

# Inhalt

Vorwort. . . . .	7
I. Teil	
Depressionen – ihre Ursachen und Erscheinungsformen . . . . .	9
Ursachen der Depression . . . . .	10
Depressionen als Reaktion auf äußere Umstände . . . . .	10
Die endogene Depression . . . . .	12
Körperliche Funktionsstörungen als Ursachen depressiver Verstimmungen . . . . .	13
Erscheinungsformen der Depression . . . . .	16
Angst und Schwermut . . . . .	16
Hemmungen – Minderwertigkeitsgefühle. . . . .	19
Die Selbstmordgefahr . . . . .	21
Manisch-depressive Zustände . . . . .	24
Larvierte und vegetative Depressionen mit körperlichen Symptomen. . . . .	25
Die Erschöpfungsdepression . . . . .	28
Depressionen in den Wechseljahren . . . . .	30
Die Depression im Alter . . . . .	32
II. Teil	
Der Kranke und seine Umwelt Ratschläge zum richtigen Umgang mit depressiven Kranken . . . . .	37

### III. Teil

Die Behandlung depressiver Krankheiten . . . . .	49
Ambulante Therapie oder Klinikeinweisung? . . . . .	50
Medikamentöse Behandlung durch Psychopharmaka – ihre Grenzen und Risiken . . . . .	54
Selbsthilfe und unterstützende Behandlung . . . . .	61
Entspannung und Selbstbeeinflussung . . . . .	61
Die paradoxe Intention . . . . .	74
Tagesplan und Erlebnisrückschau . . . . .	75
Künstlerische Therapie und Lektüre . . . . .	76
Heilpflanzen – Wasseranwendungen . . . . .	78
Bewegungstherapie. . . . .	86
Körperliche Behandlung der Depression durch Schocktherapie . . . . .	90
Operative Behandlung . . . . .	91
Möglichkeiten der Psychotherapie . . . . .	92
Das therapeutische Gespräch . . . . .	93
Aufdeckende Psychotherapie. . . . .	95
Direkte Psychoanalyse . . . . .	99
Die Individualpsychologie . . . . .	100
Familientherapie . . . . .	101
Verhaltenstherapie und „Psycho-Treff“ . . . . .	102
Hypnosebehandlung . . . . .	105

### IV. Teil

#### Anhang

Lexikon der medizinischen Fachausdrücke . . . . .	116
Register . . . . .	126