

Einleitung	6
Wann spricht man von einer Depression?	9
Erscheinungsbild	9
Unterschiedliche Formen der Depression	13
Wie wird eine Depression diagnostiziert?	37
Verlauf depressiver Störungen	47
Wie verbreitet sind depressive Störungen?	56
Zusammengefasst	64
Warum wird und bleibt man depressiv?	66
Stress	68
Verhalten und dessen Folgen	76
Denkinhalte und Denkart	85
Beziehungen und Beziehungsgestaltung	107
Neurobiologie und Genetik	119
Zusammengefasst	134
Welche Behandlungsarten gibt es?	136
Psychotherapie	138
Medikamentöse Behandlung	205
Andere somatische Therapien depressiver Störungen	232
Zusammengefasst	246
Zum Schluss	248
Buchtipps und Internetseiten zum Weiterlesen	249
Literatur	254