

Inhaltsverzeichnis

Einführung	11
Ausblick auf das Umfassendere	12
Veränderte Fragestellungen	15
Vom Symptom zur Sinnhaftigkeit	17
Hinweise für die Lektüre	20
Anmerkungen zur Einführung	22
Teil 1	
Die Suche nach dem Wesen der Depression	25
1.1. Der Begriff der Depression oder: Wo verläuft die Grenze zwischen gesund und krank?	25
1.2. Wer ist depressiv? oder: Digitale und analoge Erfassung depressiven Erlebens	32
1.3. Ist depressiv gleich depressiv? Zur Unterscheidung depressiver Kategorien	36
1.4. Zusammenfassung	42
Anmerkungen zu Teil 1	44

Teil 2

Psychologische Phänomene der Depression	45
2.1. Irritierung durch depressives Erleben Das Paradoxon von Denkhemmung und Grübelzwang	45
2.2. Verändertes Körper- und Raumerleben – Schwere und Erstarrung	47
2.3. Verändertes Zeiterleben – Hemmung und stillstehende Zeit	52
2.4. Veränderte Mitmenschlichkeit – Entfremdung und Leere	56
2.5. Zusammenfassung	61
Anmerkungen zu Teil 2	63

Teil 3

Die zwischenmenschlich-kommunikative Seite der Depression	65
3.1. Das Erleben im Gegenüber – interpersonale Aspekte	65
3.2. Wechselwirkungen zwischen Depressiven und ihren Angehörigen – interaktionelle Aspekte	77
3.3. Depressive Konstellation – systemische Aspekte	86
3.3.1. <i>Die Melodie der Depression</i>	86
3.3.2. <i>Exkurs: Charakteristika depressiver Kommunikation unter experimentellen Bedingungen</i>	89
3.3.3. <i>Depressives Kommunizieren als heimliche Beziehungsbremse</i>	97
3.3.4. <i>Festgelegte Partnerrollen als Grenzen für kommunikative Lösungen</i>	98
3.4. Zusammenfassung	107
Anmerkungen zu Teil 3	110

Teil 4

Die Biologie der Depression	113
4.1. Umbruch in der Biologie	113
4.2. Das körperliche Erscheinungsbild Depressiver	116
4.3. Das Problem der Stoffwechselveränderungen	121
4.4. Depression als Rhythmusstörung	127
4.5. Zusammenfassung	136
Anmerkungen zu Teil 4	138

Teil 5

Depression – integrativ gesehen	141
5.1. Das Zusammenspiel der Systeme	141
5.2. Die Organisation der Gefühle	144
5.3. Die paradoxe Beziehung von Trauer und Depression	150
5.4. Bindung und Trauer bei Mensch und Tier	154
5.5. Depression als nicht zugelassene «Trauer»	161
5.6. Verlusterlebnis und Depression	172
5.7. Biosoziale Voraussetzungen depressiver Reaktionsweisen	178
5.8. Die verlorene Sicherheit – biographische Einflüsse auf die Depressionsentwicklung	188
5.9. Erstarrung und Entfremdung – ein Syndrom macht Sinn	193
5.10. Zusammenfassung	194
Anmerkungen zu Teil 5	199

Teil 6

Depressionstherapie aus integrativer Sicht	203
6.1. Die therapeutische Haltung	203
6.2. Der Zeitfaktor in der Therapie	205
6.3. Phasengerechte Unterstützung	208

6.3.1.	<i>Therapeutisches Handeln bei schwerer depressiver Hemmung</i>	209
6.3.2.	<i>Sokratische Auseinandersetzung mit depressivem Denken bei leichteren Depressionszuständen</i>	212
6.3.3.	<i>Interpersonaler Zugang zum Verlorenen</i>	215
6.3.4.	<i>Voraussetzungen einer Psychotherapie im tiefenpsychologischen Sinne</i>	217
6.4.	<i>Persönlichkeitsorientierte Verarbeitungshilfen</i>	222
6.4.1.	<i>Wunsch nach Ausgrenzung depressiver Not</i>	222
6.4.2.	<i>Das Bedürfnis zur Eingliederung der depressiven Seite</i>	224
6.4.3.	<i>Die Depression als Lebensweg</i>	230
6.5.	<i>Resistente Depressionen und ihre Therapie</i>	235
6.6.	<i>Zusammenfassung</i>	248
	<i>Anmerkungen zu Teil 6</i>	252

Zusammenfassung in historischen Bildern	255
Sehn-Sucht und Depression	255
Allzu schmerzliche Verlusterlebnisse	258
Persönlicher Verlust	261
Sozialer Rollenverlust	263
Anmerkungen zur Zusammenfassung in historischen Bildern	265

Verhaltensempfehlungen für Partner von Depressiven	267
---	-----

Nachwort und Dank	271
--------------------------	-----

Literaturverzeichnis	275
-----------------------------	-----

Personenregister	285
-------------------------	-----

Sachregister	288
---------------------	-----