

# SPIS TREŚCI

Podziękowania .....	IX
<b>CZĘŚĆ I. DEFINICJE DEPRESJI .....</b>	<b>1</b>
Rozdział 1. Wyzwania związane ze zdefiniowaniem depresji .....	3
Rozdział 2. Syndrom depresji klinicznej .....	13
Rozdział 3. Kiedy powinienem się martwić, tym że mogę mieć depresję? ..	27
Rozdział 4. Epidemiologia depresji .....	37
Rozdział 5. Konsekwencje depresji .....	45
<b>CZĘŚĆ II. ŹRÓDŁA DEPRESJI ORAZ EPIDEMIA DEPRESJI .....</b>	<b>57</b>
Rozdział 6. Rola czynników biologicznych w depresji .....	59
Rozdział 7. Czynniki środowiskowe i psychologiczne sprzyjające depresji .....	71
Rozdział 8. Depresja na przestrzeni życia .....	87
Rozdział 9. Przebieg depresji w czasie .....	103
Rozdział 10. Dlaczego mamy do czynienia z epidemią depresji? .....	113
<b>CZĘŚĆ III. METODY LECZENIA DEPRESJI .....</b>	<b>125</b>
Rozdział 11. Jakie mam możliwości leczenia? .....	127
Rozdział 12. Co osoba cierpiąca na depresję może zrobić dla siebie? ...	143
Rozdział 13. Jak rozmawiać o depresji i pomóc osobie cierpiącej na depresję .....	159
<b>CZĘŚĆ IV. ŻYCIE PO DEPRESJI .....</b>	<b>171</b>
Rozdział 14. Jakie są długoterminowe rokowania dotyczące depresji? ...	173
Rozdział 15. Życie po depresji. ....	187
Rozdział 16. Nowa przyszłość dla depresji .....	201
Publikacje w języku angielskim poszerzające wiedzę o depresji .....	215

Źródła w języku polskim poświęcone tematyce depresji  
oraz kontakty przydatne dla osób w kryzysie psychicznym ..... 221

Indeks ..... 225

O Autorze ..... 235

Wstęp ..... 237

CZĘŚĆ I DEFINICJE DEPRESJI ..... 239

Rozdział 1. Wyznaczenie kryterium i odwołanie się do kryterium ..... 239

Rozdział 2. Wzrost depresji klinicznej ..... 241

Rozdział 3. Kryteria powstania choroby, przy czym nie ma choroby ..... 243

Rozdział 4. Etiopatogeneza depresji ..... 245

Rozdział 5. Klasyfikacja depresji ..... 247

CZĘŚĆ II SYMPTOMY DEPRESJI ORAZ EPIDEMIOLOGIA DEPRESJI ..... 249

Rozdział 6. Rola czynników biologicznych w depresji ..... 249

Rozdział 7. Czynniki środowiskowe i psychologiczne ..... 251

Rozdział 8. Depresja na przemianach pory ..... 253

Rozdział 9. Psychologia depresji w czasie ..... 255

Rozdział 10. Depresja w czasie dojrzałości i epizody depresyjne ..... 257

CZĘŚĆ III METODY LECZENIA DEPRESJI ..... 259

Rozdział 11. Jaka ma być metoda leczenia ..... 259

Rozdział 12. Co można powiedzieć na temat leczenia depresji ..... 261

Rozdział 13. Jak rozmawiać z depresyjną i pomóc jej w terapii ..... 263

CZĘŚĆ IV WYCHOWANIE DEPRESJI ..... 265

Rozdział 14. Jaka jest definicja wychowania depresyjnego ..... 265

Rozdział 15. Kto może być depresyjny ..... 267

Rozdział 16. Kto może być ekspertem dla depresji ..... 269

Publikacje w języku polskim poświęcone tematyce depresji ..... 271