

# Inhalt

<b>TRIGGERWARNUNG</b> .....	7
<b>INHALT</b> .....	8
<b>VORWORT – DEUTSCHE DEPRESSIONSLIGA</b> .....	11
<b>DIE VERLAGSSCHERGEN: Es wird ein Buch</b> .....	13
<b>ARMIN SENGBUSCH: Wir sind mehr</b> .....	17
<b>TORSTEN STRÄTER: Ich liebe Phrasen</b> .....	23
<b>MAX GIERMANN</b> .....	29
<b>HELENE BOCKHORST: Die beste Depression der Welt</b> .....	31
<b>TOBI KATZE: Is eben so</b> .....	32
<b>RONJA VON RÖNNE: Weltschmerz ist noch keine Kunst</b> .....	37
<b>SCHLECKY SILBERSTEIN:</b>	
Was Sie schon immer über Psychiatrien wissen wollten .....	45
<b>SONJA KOPPITZ: Spinnst du?</b>	
Warum psychische Erkrankungen ganz normal sind .....	53
<b>SABINE BODE: Fünf Funfacts über Depressionen</b> .....	54
<b>ARMIN SENGBUSCH: Menschen sind seltsam</b> .....	58
<b>HELENE BOCKHORST: Die beste Depression der Welt</b> .....	64
<b>NICO SEMSROTT: Auch das gehört dazu</b> .....	67
<b>BÄRBEL STOLZ: Schauspielerei als Therapie</b> .....	69
<b>LARA ERMER: Mental-Health-Tipps</b> .....	76

<b>SORGENBOY: Och nee, ey!</b> .....	<b>80</b>
<b>SONJA KOPPITZ: Spinnst du?</b>	
Warum psychische Erkrankungen ganz normal sind .....	<b>85</b>
<b>SABINE BODE:</b>	
Heavy Mental: So erkennt man einen depressiven Rockstar .....	<b>89</b>
<b>HELENE BOCKHORST: Die beste Depression der Welt</b> .....	<b>90</b>
<b>MAX GIERMANN</b> .....	<b>92</b>
<b>MORITZ NEUMEIER: Wut ... immerhin</b> .....	<b>94</b>
<b>SONJA KOPPITZ: Spinnst du?</b>	
Warum psychische Erkrankungen ganz normal sind .....	<b>97</b>
<b>BÄRBEL STOLZ: Kennst du Kintsugi?</b> .....	<b>98</b>
<b>COLDMIRROR: YOLOOO, BIIIIITCH</b> .....	<b>103</b>
<b>HELENE BOCKHORST: Die beste Depression der Welt</b> .....	<b>116</b>
<b>STIFTUNG DEUTSCHE DEPRESSIONSHILFE:</b>	
Informationen zur Erkrankung.....	<b>117</b>
<b>NACHWORT – FREUNDE FÜRS LEBEN</b>	
Darf man über Depressionen Witze machen? .....	<b>118</b>
<b>VITAE</b> .....	<b>120</b>
<b>DANKSAGUNG</b> .....	<b>123</b>
<b>HILFSANGEBOTE</b> .....	<b>124</b>