

# Inhalt

Vorwort .....	11
I. MENSCHENKUNDLICHE GRUNDLAGEN	
Was ist der Mensch? .....	17
Gedanken zur seelischen Krise der Gegenwart .....	17
Seelische Risikofaktoren in unserer Zeit .....	20
Gesundsein und Krankwerden .....	25
Um Leib und Leben? .....	33
Erkenntnis und Tod .....	34
Was ist Krankheit? .....	37
Wodurch werden wir krank? .....	39
Der Mensch und seine Krankheiten .....	48
Der Mensch und seine Beziehungen .....	54
Die Beziehung zur Welt: Umwelt – Werkwelt – Mitwelt .....	54
Die Beziehung zu sich selbst: die Innenwelt .....	57
Die Beziehung zur geistigen Welt .....	60
Beziehung und Begegnung .....	62
Die Begegnung mit dem Engel .....	65
Der psychosomatische Ansatz im medizinischen Denken und Handeln .....	68
Der Bereich des physischen Leibes .....	70
Der Bereich des Lebens .....	71
Der seelische Bereich .....	71
Der Bereich des Geistigen .....	73

Der Bereich der Ausdrucks- und Kommunikationsmöglichkeiten . . .	75
Der Bereich der Beziehungen . . . . .	77
Die Biographie . . . . .	80
Reinkarnation und Karma . . . . .	82
Der Heilbedarf des kranken Menschen und das Therapieangebot in der anthroposophischen Medizin . . . . .	86
Das Menschenbild der anthroposophischen Medizin . . . . .	94
Probleme, Krisen, Krankheiten . . . . .	105
Was ist Heilung? . . . . .	112
Haben Probleme, Krisen und Krankheiten einen Sinn? . . . . .	113
Biographie und Entwicklung . . . . .	116
Die leibliche Entwicklung . . . . .	120
<i>Die Kindheit</i> . . . . .	120
<i>Das erste Schulalter</i> . . . . .	121
<i>Das Jugendalter</i> . . . . .	122
Die seelische Entwicklung . . . . .	125
<i>Die Entwicklung in den zwanziger Jahren – das Erlebnisalter</i> . . . . .	125
<i>Die Entwicklung ab dem 30. Jahr – das Schaffensalter</i> . . . . .	127
Biographie und Selbsterziehung . . . . .	129
<i>Die Entwicklung ab dem 40. Jahr – das Gestaltungsalter</i> . . . . .	129
Die geistige Entwicklung . . . . .	131
<i>Die Entwicklung ab dem 50. Jahr – das Reifungsalter</i> . . . . .	131
<i>Die Entwicklung ab dem 60. Jahr – das Erfüllungsalter</i> . . . . .	133
<i>Das Alter der Vollendung und Verwandlung – die Entwicklung ab dem 70. Jahr</i> . . . . .	136
Ein weiterer Aspekt zur Lebensgeschichte . . . . .	138
Biographie und Psychologie . . . . .	141
Die drei Arten des Lebens . . . . .	141
Biographie und Krankheit . . . . .	150
 II. KRANKHEITSBILDER AUS DER PSYCHOSOMATIK	
Was heißt Psychosomatik? . . . . .	163
Von der Physiologie zur Psychologie der Organe . . . . .	164

Psychosomatische Gesichtspunkte Gehirn und Kopfschmerz .....	169
Der Kopfschmerz .....	171
Der vasomotorische Kopfschmerz .....	172
Die Migräne .....	173
Der Spannungskopfschmerz .....	176
Fühlen – Atmen – Asthma: Eigenschaften der Atmung .....	178
Das Asthma bronchiale .....	181
Erkrankungen des Herzens: Herz – Mut, Angst und Gewissen .....	188
Die Herzphobie oder Herzneurose .....	190
Der Herzinfarkt .....	193
Psychosomatische Gesichtspunkte zu entzündlichen Darmerkrankungen .....	197
Emotionale Diarrhoe .....	198
Reizcolon oder Colon irritabile .....	199
Colitis ulcerosa .....	201
Morbus Crohn .....	203
Psychosomatische Gesichtspunkte zur Leber .....	206
Leber und Depressivität .....	207
Psychosomatische Gesichtspunkte zu Niere und Nierenerkrankungen .....	210
Vegetative Neurosen .....	212
Psychosomatische Aspekte zu Erkrankungen der Bewegungsorgane .....	217
Bewegungseigentümlichkeiten und seelische Qualitäten .....	218
Der Schmerz .....	220
Rheumatische Muskel- und Gelenkerkrankungen .....	221
Weichteilrheumatismus .....	222
Die degenerativen rheumatischen Erkrankungen .....	226
Die chronische Polyarthritis (rheumatoide Arthritis, PCP) .....	228

Psychosomatische Gesichtspunkte zum Essen . . . . .	231
Allgemeine Einführung . . . . .	231
Mager an Leib und Seele. Die Anorexia nervosa . . . . .	234
<i>Die Leitsymptome der Pubertätsmagersucht</i> . . . . .	235
<i>Der Beginn der Erkrankung</i> . . . . .	236
<i>Verlauf und Behandlung</i> . . . . .	241
<i>Was können Eltern oder Erzieher vorbeugend tun?</i> . . . . .	242
Fülle und Leere: die Bulimie . . . . .	246
<i>Die Leitsymptome der Bulimie</i> . . . . .	248
<i>Die Persönlichkeit der Bulimie-Patientinnen</i> . . . . .	250
<i>Charakteristische Krankengeschichte einer Bulimie-Patientin</i> . . . . .	252
<i>Verlauf und Prognose</i> . . . . .	261
<i>Prophylaktische und therapeutische Möglichkeiten</i> . . . . .	266
Psychosomatische Gesichtspunkte zur Sexualität . . . . .	268
Sexualität und Entwicklung . . . . .	277
 III. PSYCHIATRISCHE KRANKHEITSBILDER	
Psychosen, Neurosen und andere Unterscheidungen . . . . .	283
Was erleben depressive Menschen? . . . . .	289
Häufigkeit depressiver Erkrankungen . . . . .	291
Psychogene Depressionen . . . . .	292
<i>a. Die reaktive Depression</i> . . . . .	292
<i>b. Die neurotische Depression</i> . . . . .	293
Die endogene Depression . . . . .	295
Die exogene und die somatogene Depression . . . . .	296
Die Erschöpfungsdepression . . . . .	297
Das Erscheinungsbild der Depression . . . . .	297
Depression als Zeitkrankheit . . . . .	299
Vom Sinn der Depression . . . . .	302
Was sind Halluzinationen? . . . . .	305
Woher kommen Halluzinationen? . . . . .	309
Was ist Wahn? . . . . .	313
Wie kann Wahn entstehen? . . . . .	314

Wahnbildung ist wie Organbildung . . . . .	317
Woher kommt die unerschütterliche Gewißheit des Wahns? . . . . .	319
<b>Schizophrenie . . . . .</b>	<b>324</b>
Die paranoid-halluzinatorische Psychose . . . . .	326
Die Hebephrenie . . . . .	330
Die Katatonie . . . . .	333
Vom Sinn der Psychose . . . . .	338
<b>Neurosen . . . . .</b>	<b>340</b>
Biographische Gesichtspunkte zur Neurosen-Entstehung . . . . .	346
Zwangsneurosen . . . . .	347
Phobien . . . . .	351
Angst . . . . .	358
Woher kommt die Angst des Menschen? . . . . .	358
Formen der Angst . . . . .	360
Gliederung der Angst . . . . .	364
Überwindung der Angst . . . . .	365
<b>Hysterie und Neurasthenie . . . . .</b>	<b>368</b>
Die hysterische Neurose = Konversionsneurose . . . . .	371
Die neurasthenische Neurose . . . . .	376
Das Burnout-Syndrom . . . . .	380
<b>Alterspsychiatrische Erkrankungen . . . . .</b>	<b>382</b>
Die Altersdepression . . . . .	384
Der Alterswahn . . . . .	385
Die Altersverwirrtheit (Alzheimer Krankheit) . . . . .	388
<b>Psychopharmaka . . . . .</b>	<b>396</b>
Die Antidepressiva . . . . .	397
Die Neuroleptika . . . . .	398
Tranquilizer und Hypnotika . . . . .	400
Antiepileptika . . . . .	401
Lithium . . . . .	401
Die anthroposophische medikamentöse Therapie in der Psychiatrie . . . . .	403

IV. PSYCHOTHERAPIE AUS ANTHROPOSOPHIE

Was ist Psychotherapie? .....	409
Psychologie aus Anthroposophie .....	411
Selbsterziehung und Psychotherapie .....	421
Von der therapeutischen Beziehung .....	426
Die verschiedenen Arten des Therapeutseins .....	434
Allgemeine psychotherapeutische Gesichtspunkte .....	438
Die Entdeckung des Unbewußten und seine Bedeutung für die Anthroposophie .....	445

ANHANG

Anmerkungen .....	455
Literaturhinweise .....	458
Register .....	471