

INHALT

Denkanstöße	7
Vorwort	9
Einleitung	13
30 Millionen Deutsche schniefen, keuchen und kratzen sich	14
38 Prozent der Deutschen leiden unter psychischen Störungen	17
Haben allergische Erkrankungen und psychische Störungen dieselben Ursachen?	21
Jammern die Deutschen auf hohem Niveau?	23
Atopia – die Begegnung mit dem Ungewöhnlichen	26
Der Weg ist das Ziel	30
Das Kinderkrankenhaus Park Schönfeld in Kassel	30
Die Anforderungen waren groß – der Handlungsspielraum klein	32
Die Kinder-Rehabilitation in den Achtzigern	37
Die Reha-Klinik auf der Ostsee-Insel Fehmarn	38
Der erfüllte Traum von einer Landarztpraxis	42
Das Therapeutikum Westfehmar und die Erprobung der Ambulanten Rehabilitation	44
Die Fachklinik Bellevue – Ein Paradies für Patienten und Ärzte?	48
Ein komplementärmedizinisches Konzept mit Schwerpunkt Homöopathie	49
Die Neuausrichtung des Konzepts: Aktive Auseinandersetzung statt Vermeidung	61
Die Eltern	76

Fallbeispiele und Dokumentationen	82
Fazit	128
Warum Überbehütung Kinder krank macht	129
Die psychische Entwicklung des Kindes	129
Die Sorgen um die Zukunft der Kinder nehmen zu	140
Experten warnen vor den Folgen der Überbehütung	142
Fazit	144
Sind die Eltern heute sensibler?	146
Die sensitiven Charaktere	146
Elaine N. Aron und die Hochsensitivität	148
Die Biologie der Wahrnehmungsverarbeitung	154
Was versteht man eigentlich unter Sensibilität?	154
Die Sensibilität ist für die Naturwissenschaft ein Hirngespinnst	155
Die Sensibilität ist der rote Faden in der Evolution	157
Die Bedeutung der unbewussten Wahrnehmungen	160
Die Sinnesempfindungen	162
Das emotionale Machtzentrum im Gehirn	164
Die Aufrechterhaltung des inneren Gleichgewichts	169
Das Allgemeine Anpassungssyndrom	170
Fazit	173
Der Streit um die Hochsensitivität	174
Die NPS als überdauerndes Persönlichkeitsmerkmal	177
Die phasenweise erhöhte NPS	178
Die Vermessung der Sensibilität	178
Eine Studie soll es klären: Besteht ein Zusammenhang zwischen Hochsensibilität und Atopie?	183
Die ersten Ergebnisse übertrafen alle Erwartungen	186
Eine Zusammenfassung der Studienergebnisse	190
Fazit	202

Wie viel Sensibilität verträgt der Mensch? – Die Entwicklung eines Sensibilitäts-Tests (SENS-Test)	204
Der HS-Test misst nicht das, was er zu messen vorgibt	205
Die Entwicklung eines Sensibilitäts-Tests (SENS-Test)	206
Die Schattenseiten des westlichen Lebensstils – Die Entwicklung der Sensibilität im Ost-West-Vergleich	208
Der soziale Wandel in der BRD	212
Verfehlte Klima- und Umweltpolitik	225
Das ökonomisierte Gesundheitswesen	228
Der Umbau des Sozialstaats	231
Resümee	237
Die Atopie überwinden – Das SHS-Konzept	241
Der Paradigmenwechsel: Systemische Hyposensibilisierung statt Unterdrückung	243
Die Diagnostik	245
Die Therapie	258
Die Systemische Hyposensibilisierung ist mehr als eine Vision	311
Danksagung	312
Anhang	315
Tabellen, SENS-TESTS	317
Literatur	341
Register	353