

INHALTSVERZEICHNIS

Anmerkungen des Autors	ix	
Einleitung	xi	
Die hungrigen Geister: Im Reich der Süchte	xxix	
Teil I	Der Höllenzug	1
KAPITEL 1	Das einzige Zuhause, das er je hatte.....	2
KAPITEL 2	Die tödliche Macht der Drogen	21
KAPITEL 3	Die Schlüssel zum Paradies	29
KAPITEL 4	Sie glauben mir meine Lebensgeschichte wohl nicht!	43
KAPITEL 5	Angelas Großvater	53
KAPITEL 6	Tagebuch einer Schwangerschaft	57
KAPITEL 7	Beethovens Geburtszimmer	70
KAPITEL 8	Es muss Momente der Hoffnung geben.....	83
Teil II	Arzt, heile dich selbst	97
KAPITEL 9	Wer könnte das besser verstehen als ich?	98
KAPITEL 10	Zwölf-Schritte – ein Protokoll.....	113
Teil III	Ein anderer Zustand des Gehirns	121
KAPITEL 11	Was ist Sucht?	122
KAPITEL 12	Von Vietnam bis zum „Rat Park“	127
KAPITEL 13	Ein anderer Gehirnzustand	135
KAPITEL 14	Durch die Nadel – eine warme, sanfte Umarmung	143
KAPITEL 15	Kokain, Dopamin und Schokoriegel	153
KAPITEL 16	Wie ein Kind, das nicht erwachsen werden konnte.....	160

Teil IV	Wie sich das süchtige Gehirn entwickelt	173
KAPITEL 17	Ihre Gehirne hatten nie eine Chance	174
KAPITEL 18	Trauma, Stress und die Biologie der Sucht.....	183
KAPITEL 19	Es liegt nicht an den Genen.....	196
Teil V	Der Abhängigkeitsprozess und die Suchtpersönlichkeit	205
KAPITEL 20	„Ich tue alles, um das Gefühl der Leere zu vermeiden“	206
KAPITEL 21	Zu viel Zeit für äußere Dinge	215
KAPITEL 22	Armseliger Liebesersatz	222
Teil VI	Die Idee einer humaneren Realität: Jenseits des Krieges gegen Drogen.....	243
KAPITEL 23	Vertreibung und die sozialen Wurzeln der Sucht.....	244
KAPITEL 24	Kenne deinen Feind.....	261
KAPITEL 25	Ein gescheiterter Krieg	267
KAPITEL 26	Die Freiheit der Wahl und die Wahl der Freiheit.....	279
KAPITEL 27	Vorschlag für eine aufgeklärte, soziale Drogenpolitik.....	291
KAPITEL 28	Ein kleiner, aber notwendiger Schritt	308
Teil VII	Die Ökologie der Heilung	325
KAPITEL 29	Die Kraft der mitfühlenden Neugier.....	326
KAPITEL 30	Das innere Klima	337
KAPITEL 31	Die vier Schritte – und der Fünfte.....	351
KAPITEL 32	Enthaltung und das externe Milieu	362
KAPITEL 33	Ein Wort an Familien, Freunde und Betreuer	377
KAPITEL 34	Nichts ist verloren	388
	Erinnerungen und Wunder: Ein Epilog.....	400

APPENDIX I	Trugschlüsse in Adoptions- und Zwillingsstudien.....	409
APPENDIX II	Eine enge Verbindung: Aufmerksamkeitsdefizitstörungen und Süchte.....	415
APPENDIX III	Die Suchtprävention	420
APPENDIX IV	Die zwölf Schritte.....	423
	Endnoten	428
	Danksagung	445
	Referenzen.....	447
	Index	449
	Über den Autor	460
	Anerkennung für Dr. Gabor Maté und seinen Bestseller Im Reich der hungrigen Geister.....	461