

# Inhalt

|                    |    |
|--------------------|----|
| Vorbemerkung ..... | 11 |
|--------------------|----|

## KAPITEL I

---

|                                                                                                                            |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Ich – Was ist das? Das Ich in der Anthroposophischen Psychologie und Medizin</b> <a href="#">Markus Treichler</a> ..... | 13 |
| 1. Einführung .....                                                                                                        | 14 |
| 1.1 Historische und menschenkundliche Grundlagen zum Ich .....                                                             | 15 |
| 2. Das Ich in der Psychologie – Zur historischen Entwicklung des Ich-Begriffs. ....                                        | 18 |
| 2.1 Das Ich als Ich-Erleben in der Seele .....                                                                             | 18 |
| 2.2 Das Ich als Erleben durch Introspektion .....                                                                          | 18 |
| 2.3 Das Ich als Denken bzw. Zweifeln. ....                                                                                 | 19 |
| 2.4 Das Ich als Selbstbewusstsein .....                                                                                    | 20 |
| 2.5 Das Ich als Identität .....                                                                                            | 21 |
| 2.6 Das Ich als Identität und Kontinuität in der Zeit. ....                                                                | 21 |
| 2.7 Das Ich als wollender Geist .....                                                                                      | 22 |
| 2.8 Die Ich-Begriffe in der Tiefenpsychologie des 20. Jahrhunderts. ....                                                   | 22 |
| 2.9 Das Ich als Vermittler zur Außenwelt, als „Realitätsprinzip“<br>im „psychischen Apparat“ .....                         | 23 |
| 2.10 Braucht die behavioristische oder Verhaltenspsychologie ein Ich? .....                                                | 25 |
| 2.11 Das Ich als Subjekt des Bewusstseins. ....                                                                            | 25 |
| 2.12 Das Ich als Persönlichkeit .....                                                                                      | 26 |
| 2.13 Das „schreibende Ich“ in der modernen Dichtung. ....                                                                  | 27 |
| 3. Das Ich in der Anthroposophischen Psychologie und Medizin .....                                                         | 29 |
| 3.1 Zur Phänomenologie des ersten Ich-Sagens in der Kindheit. ....                                                         | 30 |
| 3.2 Eigenschaften und Leistungen des Ich .....                                                                             | 31 |
| 3.3 Transzendentes und empirisches Ich in der Philosophie .....                                                            | 32 |
| 3.4 Das Ich ist individualisierter, tätiger und wirksamer Geist im Menschen .....                                          | 33 |
| 3.4.1 Leib. ....                                                                                                           | 34 |
| 3.4.2 Lebensprozesse. ....                                                                                                 | 35 |
| 3.4.3 Seele .....                                                                                                          | 35 |
| 3.4.4 Biografie .....                                                                                                      | 38 |
| 3.5 Die Entwicklung der Seelenglieder im Lebenslauf. ....                                                                  | 41 |
| 3.5.1 Zu den Seelengliedern .....                                                                                          | 41 |
| 3.5.2 Die seelische Entwicklung als Ausdruck von Ich-Wirksamkeit .....                                                     | 42 |
| 3.5.3 Biografische Metamorphose-Schritte der Seelenglieder .....                                                           | 44 |
| 3.5.4 Die Entwicklung der Empfindungsseele .....                                                                           | 44 |
| 3.5.5 Die Entwicklung der Verstandesseele. ....                                                                            | 46 |
| 3.5.6 Die Entwicklung der Bewusstseinsseele. ....                                                                          | 48 |
| 3.5.7 Zusammenfassung der Qualitäten der drei Seelenglieder .....                                                          | 50 |

|     |                                                                                                      |    |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 3.6 | Die Bedeutung des Ich für die Entwicklung der Seelenkompetenzen und den menschlichen Charakter ..... | 52 |
| 3.7 | Das Ich im geistigen Leben .....                                                                     | 52 |
|     | Literatur und Anmerkungen .....                                                                      | 54 |

## KAPITEL II

|                                            |                                                                                                                 |    |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Ich – Was tut es, wie erscheint es?</b> | <b>Markus Treichler</b> .....                                                                                   | 59 |
| 1.                                         | Allgemeine psychopathologische Phänomene in Zusammenhang mit eingeschränkter Ich-Wirksamkeit in der Seele ..... | 59 |
| 1.1                                        | Aufgaben des Ich. ....                                                                                          | 59 |
| 1.2                                        | Psychopathologische Aspekte .....                                                                               | 60 |
| 2.                                         | Seele und Ich in Bezug zu Polaritäten .....                                                                     | 61 |
| 2.1                                        | Eigenschaften des Ich. ....                                                                                     | 61 |
| 2.2                                        | Das Ich in seinen Polaritäten .....                                                                             | 61 |
| 3.                                         | Wirkungen des Ich. ....                                                                                         | 63 |
| 3.1                                        | Wirksamkeit des Ich für sich selbst .....                                                                       | 63 |
| 3.2                                        | Die polaren Tendenzen des Ich bei der Entstehung psychischer Erkrankungen. ....                                 | 64 |
| 3.3                                        | Krankheitstendenzen der Empfindungsseele .....                                                                  | 64 |
| 3.4                                        | Krankheitstendenzen der Verstandesseele .....                                                                   | 65 |
| 3.5                                        | Krankheitstendenzen der Bewusstseinsseele .....                                                                 | 68 |
| 3.6                                        | Das Ich als die Kraft zur Entwicklung .....                                                                     | 68 |
| 3.7                                        | Zusammenfassung. ....                                                                                           | 69 |
| 4.                                         | Zur Psychotherapie .....                                                                                        | 69 |
| 4.1                                        | Einführung .....                                                                                                | 69 |
| 4.2                                        | Innere Haltung = Seelenhaltung .....                                                                            | 70 |
| 4.3                                        | Komponenten der Seelenhaltung. ....                                                                             | 71 |
| 4.4                                        | Die Seelenhaltung bei Krisen und Erkrankungen. ....                                                             | 72 |
| 5.                                         | Eine Psychotherapie für das Ich in der Seele .....                                                              | 72 |
|                                            | Literatur und Anmerkungen .....                                                                                 | 74 |

## KAPITEL III

|                          |                                                       |     |
|--------------------------|-------------------------------------------------------|-----|
| <b>Ich und Nicht-Ich</b> | <b>Johannes Reiner</b> .....                          | 77  |
| 1.                       | Ich und Nicht-Ich .....                               | 77  |
| 2.                       | Ich-Werdung .....                                     | 81  |
| 3.                       | Den Ich-Punkt finden .....                            | 85  |
| 4.                       | Wenn ich mich selbst habe ....                        | 86  |
| 5.                       | Ich und Du .....                                      | 87  |
| 6.                       | Das bedrohte Ich .....                                | 90  |
| 7.                       | Einschlafen und Aufwachen .....                       | 96  |
| 7.1                      | Einschlafen – Überstieg in den Weltenbilderraum. .... | 97  |
| 7.2                      | Aufwachen – Einstieg in den Leibesinnenraum .....     | 98  |
| 8.                       | Die seelische Not der Gegenwart .....                 | 100 |

|     |                                                      |     |
|-----|------------------------------------------------------|-----|
| 8.1 | Die erste Aufgabe: Das „soziale Menschenverständnis“ | 102 |
| 8.2 | Die zweite Aufgabe: Gedankenfreiheit                 | 103 |
| 8.3 | Die dritte Aufgabe: Geist-Erkenntnis                 | 105 |
| 9.  | Was kann ich tun?                                    | 107 |
|     | Literatur und Anmerkungen                            | 119 |

## KAPITEL IV

|                                                                      |                                           |     |
|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----|
| <b>„Aber die Substanz des Ich ist so anders ...“ Carlotta Brissa</b> |                                           | 123 |
| 1.                                                                   | Anthroposophische Psychotherapie          | 124 |
| 2.                                                                   | Drohender Ich-Verlust                     | 126 |
| 3.                                                                   | Das Ich-Verständnis in der Psychotherapie | 129 |
|                                                                      | Literatur und Anmerkungen                 | 132 |

## KAPITEL V

|                                                                                                                                      |                                                      |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----|
| <b>Wenn das Ich sich zurückzieht, wird der Schrei der Seele hörbar –<br/>Das Ich bei Angst und Angstkrankheiten Markus Treichler</b> |                                                      | 133 |
| 1.                                                                                                                                   | Was ist Angst?                                       | 133 |
| 2.                                                                                                                                   | Phänomenologie der Angst                             | 135 |
| 2.1                                                                                                                                  | Angst als Urgefühl                                   | 135 |
| 2.2                                                                                                                                  | Erscheinungsformen von Angst                         | 137 |
| 2.3                                                                                                                                  | Ängstlichkeit                                        | 138 |
| 3.                                                                                                                                   | Formen pathologischer Angst                          | 138 |
| 3.1                                                                                                                                  | Unterscheidung zwischen gesunden und kranken Ängsten | 139 |
| 4.                                                                                                                                   | Angstkrankheiten                                     | 140 |
| 4.1                                                                                                                                  | Klassifizierung                                      | 141 |
| 4.2                                                                                                                                  | Phobien                                              | 141 |
| 4.3                                                                                                                                  | Panikstörung                                         | 143 |
| 4.4                                                                                                                                  | Generalisierte Angststörung                          | 144 |
| 5.                                                                                                                                   | Krankheitssymptome und therapeutische Möglichkeiten  | 145 |
| 5.1                                                                                                                                  | Einteilung der Symptome bei den Angsterkrankungen    | 145 |
| 6.                                                                                                                                   | Therapeutische Möglichkeiten                         | 147 |
| 6.1                                                                                                                                  | Zusammenfassung                                      | 149 |
|                                                                                                                                      | Literatur                                            | 151 |

## KAPITEL VI

|                                                                                                |                                                          |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----|
| <b>Das Ich bei Menschen mit<br/>Borderline-Persönlichkeitsstörungen Friedel Ulrich Lehmann</b> |                                                          | 153 |
| 1.                                                                                             | Einführung                                               | 153 |
| 1.1                                                                                            | Einblicke in die Borderline-Persönlichkeitsstörung (BPS) | 153 |
| 1.2                                                                                            | Eine neue seelische Erkrankung? – Zur Historie           | 156 |
| 1.3                                                                                            | Kann ich mich erst im Äußersten – im Extrem – erleben?   | 159 |

|       |                                                                                                      |     |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 1.3.1 | Was macht überhaupt Sinn? .....                                                                      | 160 |
| 1.4   | Diagnosekriterien. ....                                                                              | 161 |
| 1.5   | Was hat denn da nicht gepasst? .....                                                                 | 163 |
| 1.6   | Die Ebenen .....                                                                                     | 165 |
| 1.7   | Die Seelenqualitäten .....                                                                           | 166 |
| 2.    | Zusammenhänge von BPS, seelischer und Ich-Entwicklung .....                                          | 168 |
| 2.1   | Beeinträchtigungen bei der Entwicklung der Empfindungsseele<br>durch eine Borderlineerkrankung. .... | 168 |
| 2.2   | Die durch die Erkrankung beeinträchtigte Entwicklung<br>der Verstandes- und Gemütsseele .....        | 169 |
| 2.3   | Die Entwicklung der Bewusstseinsseele vor dem<br>Hintergrund der Borderlinestörung .....             | 172 |
| 3.    | Therapeutische Ansätze und Möglichkeiten der Behandlung .....                                        | 173 |
| 3.1   | Anthroposophische Ansätze .....                                                                      | 176 |
| 3.2   | Die Elemente der Therapie .....                                                                      | 177 |
| 3.3   | Therapiemöglichkeiten in anthroposophischen Einrichtungen. ....                                      | 180 |
| 3.4   | Zur medikamentösen Therapie .....                                                                    | 183 |
| 3.4.1 | Vornehmlich depressive Ausprägung .....                                                              | 184 |
| 3.4.2 | Ausgeprägte Stimmungsinstabilität .....                                                              | 186 |
| 3.4.3 | Histrionische Ausprägung .....                                                                       | 186 |
| 3.4.4 | Überwiegend reizbar-impulsives Bild .....                                                            | 186 |
| 3.4.5 | Ausgeprägte Dissoziation und/oder Derealisation/Depersonalisation .....                              | 187 |
| 3.4.6 | Ängstlich-misstrauische und paranoide Färbung .....                                                  | 188 |
| 3.4.7 | Ich-fragiles bis -inkohärentes und Psychose-nahes Bild .....                                         | 189 |
| 3.5   | Zur Ich-stärkenden Medikation mit Metallpräparaten. ....                                             | 189 |
| 3.5.1 | Bleityp, Bleicharakter .....                                                                         | 190 |
| 3.5.2 | Silbertyp, Silbercharakter. ....                                                                     | 191 |
| 3.5.3 | Zinntyp, Zinncharakter. ....                                                                         | 191 |
| 3.5.4 | Quecksilbertyp, Quecksilbercharakter .....                                                           | 192 |
| 3.5.5 | Eisentyp, Eisencharakter. ....                                                                       | 193 |
| 3.5.6 | Kupfertyp, Kupfercharakter. ....                                                                     | 194 |
| 3.5.7 | Goldtyp, Goldcharakter .....                                                                         | 195 |
| 3.5.8 | Antimon .....                                                                                        | 196 |
| 4.    | Zum Abschluss .....                                                                                  | 198 |
|       | Literatur und Anmerkungen. ....                                                                      | 199 |

## KAPITEL VII

---

### Wenn die Seele schwer wird –

#### Das Ich bei depressiven Erkrankungen [Markus Treichler](#)..... 201

|     |                                                           |     |
|-----|-----------------------------------------------------------|-----|
| 1.  | Was bedeutet Depression? .....                            | 201 |
| 2.  | Phänomenologie und Wesen der Depression .....             | 204 |
| 2.1 | Zu den Erscheinungsformen der Depression. ....            | 208 |
| 3.  | Krankheitssymptome und therapeutische Möglichkeiten ..... | 208 |

|     |                                     |     |
|-----|-------------------------------------|-----|
| 3.1 | Einteilung der depressiven Symptome | 208 |
| 3.2 | Exemplarische Krankengeschichte     | 210 |
| 3.3 | Therapeutische Möglichkeiten        | 211 |
| 4.  | Zusammenfassung                     | 217 |
|     | Literatur und Anmerkungen           | 218 |

## KAPITEL VIII

|                                            |                                         |     |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------|-----|
| <b>Die verletzte Seele Johannes Reiner</b> |                                         | 221 |
| 1.                                         | Einführung                              | 221 |
| 2.                                         | Posttraumatische Belastungsstörung      | 223 |
| 3.                                         | Die Seele zwischen Ich und Leib         | 224 |
| 3.1                                        | Anthroposophische Arzneitherapie        | 229 |
| 4.                                         | Seelenentwicklung aus Not und mit Hilfe | 230 |
| 5.                                         | Die Sinnfrage                           | 235 |
|                                            | Literatur und Anmerkungen               | 237 |

## KAPITEL IX

|                                          |                              |     |
|------------------------------------------|------------------------------|-----|
| <b>Das verrückte Ich Johannes Reiner</b> |                              | 239 |
| 1.                                       | Was ist „verrückt“?          | 239 |
| 2.                                       | Wie entsteht Verrückung?     | 245 |
| 3.                                       | Und die Therapie?            | 247 |
| 4.                                       | Zurückkommen zu sich selbst! | 250 |
|                                          | Literatur                    | 252 |

## KAPITEL X

|                                                                          |                                                             |     |
|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Das Ich bei Menschen mit Suchterkrankungen Friedel Ulrich Lehmann</b> |                                                             | 253 |
| 1.                                                                       | Suchterkrankungen – eine Scheu hinzuschauen?                | 253 |
| 2.                                                                       | Frühe Erfahrungen im Leben, unter Menschen, in der Welt     | 258 |
| 2.1                                                                      | Die Trias: Das Gute, das Schöne, das Wahre                  | 258 |
| 2.1.1                                                                    | „Die Welt ist gut“                                          | 258 |
| 2.1.2                                                                    | „Die Welt ist schön“                                        | 259 |
| 2.1.3                                                                    | „Die Welt ist wahr“                                         | 260 |
| 2.2                                                                      | Selbstmedikation                                            | 262 |
| 2.3                                                                      | Die drei Jahrsiebt der seelischen Reife und Differenzierung | 264 |
| 2.3.1                                                                    | Entwicklungsphasen im Seelischen                            | 265 |
| 2.3.2                                                                    | Entwicklung der Verstandes- und Gemütsseele                 | 267 |
| 2.3.3                                                                    | Die Jahre der Heranbildung der Bewusstseinsseele            | 268 |
| 2.4                                                                      | Die Wirkung von LSD und anderen Halluzinogenen              | 270 |
| 3.                                                                       | Therapeutische Möglichkeiten                                | 273 |
| 3.1                                                                      | Medikamentöse Therapie                                      | 277 |
|                                                                          | Literatur und Anmerkungen                                   | 284 |

### Ich – Was ist das, nur ein Konstrukt oder geistige Wirklichkeit?

Eine Schlussbetrachtung unter den Aspekten

der modernen Hirnforschung [Markus Treichler](#)..... 287

Literatur und Anmerkungen ..... 296

Sachwortverzeichnis ..... 298

Personenregister ..... 303

Über die Herausgeber ..... 306

Über die AutorInnen ..... 308