

KÄTHE LACHMANN

KEINE PANIK, LIEBE ANGST

Wie die Angst in mir wuchs
und ich an ihr

INHALT

Vorwort	4
Ankunft im Meisenheim	6
Nichts geht mehr: Die psychosomatische Klinik	
Therapien, Therapeuten, Theologen	17
Ich hatte sie alle ...	
Warum gerade jetzt?	36
Und warum ich?	
Angst. Essen.	45
Eine Angst? Reicht mir nicht.	
Flutlichtfieber	67
Hilfe, ich liebe sie doch, die Bühne!	
Ich weiß keine Lösung, bewundere aber das Problem	78
Wer therapiert hier wen?	
Everyday-Panic	92
Langweilig wird's nicht	
Ich will nicht nach Brühl!	106
Must the show go on?	
Panikforschung: Teil 27b	125
Gründe, Ursachen und warum eigentlich	

Hallo! Können Sie mich verstehen?	140
Meine Angst, ich und die anderen	
Mother's Little Helper	158
Tabletten, Beipackzettel und das Internet	
Bühnenwelten	166
Es ist kompliziert	
Gar nix muss ich!	183
Was mich meine Ängste gelehrt haben	
Sie heißt übrigens Eleonore, oder: Mein Weg ins Freie	192
Die Angst beim Namen nennen	
Service	
Bücher, die weiterhelfen	204
Adressen, die weiterhelfen	205
Impressum	208