

Inhalt

EINLEITUNG 12

1. Kapitel

DAS VERDÄCHTIGTE VOLK

Wie die Angst uns zerstört 18

Rationale und irrationale Ängste 20

Was den Deutschen Angst macht 22

Angststörungen und Depression 24

Das »Tätervolk« 28

Lockerung der Redeverbote 30

Unterdrückte Gefühle 32

»Selbstabschaffung« 35

Psychische Störungen als Massenphänomen 38

Zukunftsangst und Kinderlosigkeit 43

Auslaufmodell Familie? 45

Subtile Kinderfeindlichkeit 47

Versäumte Trauer 51

2. Kapitel

OHNE WURZELN KEINE FLÜGEL

Warum wir unsere Familiengeschichte kennen sollten 55

Die Leiden der Kriegskinder 55

Das Erbe der Kriegskinder und Kriegsenkel 63

Ablehnung der »Tätereltern« 64

Folgen der Traumatisierung 66

Übertragung von Traumata 68

Frühe Prägungen 71

Das Konzept der Familienaufstellung 74

Erfahrungen in der Gruppe 76

Heilung durch Aussöhnung 80

Das Amfortas-Syndrom 82

Parentifizierung und Schuldgefühle 84

Verzichtshaltungen 87

Unterdrückte Wut 88

Die Vorfahren verstehen 90

3. Kapitel

DIE MACHT UNSERER VORFAHREN

Wie Familiengeheimnisse uns formen 93

Verschwiegene Vorfälle und Familiengeheimnisse 94

Das Familiengewissen 96

Missbrauch 99

Stellvertreter des Leids 101

Unbewusste Familienaufträge 103

Familiäre Treuesysteme 105

Das Genogramm 107

Ambivalentes Familienerbe 111

Ungeklärte Elternschaft	113
Der verleugnete Vater	115
Rekonstruktion der Familie	117
Mutter-Sohn-Probleme und Homosexualität	119
Seelische Blockaden	121
Die Ausgrenzung der Vergangenheit	122
Identifikation	125
Anerkennung der Ausgegrenzten	127

4. Kapitel

DAS VATERLOSE JAHRHUNDERT

Anmerkungen zu unserer politischen Kultur 130

Politische Schlammschlachten	131
Verbale Hinrichtungen	132
Die vaterlose Nation	135
Seelische Defizite	137
Abwesende Überväter	139
Vaterlose Politiker	141
Gerhard Schröder	142
Herkunft als Legende	144
Aufstiegswille und Diffamierung	146
Bindungsschwierigkeiten	149
Sehnsucht nach Mutterliebe	152
Vaterlose Nachkriegskinder	154
Vorpielen einer »heilen Familie«	156
Mutterlose Politiker	158
Der Fall Guttenberg	161
Kämpfe im alternativen Milieu	168
Auf der richtigen Seite?	170

Der Angriff auf Andersdenkende	172
Der Begriff der »Täterhaftigkeit«	173
Das Schweigen der Nachgeborenen	175

5. Kapitel

DER KRIEG IN UNS

<i>Auf dem Weg zur Aussöhnung</i>	177
-----------------------------------	-----

Ehekrieg	177
Generationenkonflikte	179
Aussöhnung mit den Eltern	182
Die »deutsche Krankheit«	184
Unerfüllter Kinderwunsch	186
Tätermuster	188
Herkunft und Zukunft	190
Trauma Vergewaltigung	192
Gestörte Beziehungen	194
Übertragung von Vergewaltigungstraumata	195
Systemisches Ungleichgewicht	197
Das Drama Hannelore Kohls	199
Scham und Sprachlosigkeit	201
Flucht und Vertreibung	203
Fehlende Zugehörigkeit	204
Außenseiter	207
Aktive und passive Aggression	210
Kinder und Enkel der Vertriebenen	212
Unstete Beziehungen	216
Ohne festen Platz	217
Das Los der »hilflosen Helfer«	220
Ausgrenzung von Auffälligkeiten	223
Mut zur Trauer	225

6. Kapitel

DIE RENAISSANCE DER FAMILIE

Plädoyer für eine neue Kultur des Miteinanders 228

Auflösung fester Familienverbände 229

Emotionale Lernprozesse 230

Verkannte Mütter 232

Die Bedeutung mütterlicher Anwesenheit 235

Narzissmus 238

Mutterentbehrung 240

Erziehung im Dritten Reich 242

Die kalte Mutter 244

Die Doppelgesichtigkeit der Narzissten 245

Urvertrauen und Konfliktfähigkeit 248

Systemische Auswirkungen künstlicher Befruchtung 249

Verharmloste Abtreibung 250

Die große Gleichgültigkeit 253

Seelische Folgen der Abtreibung 257

Die abgetriebenen Geschwister 258

Vorgeburtliche Selektion 261

Anerkennung der Frauen 263

7. Kapitel

DIE ÜBERWINDUNG DER ANGST

Wie wir zu einem positiven Selbstbild finden 265

Ererbte Angst 265

Die Abspaltung von Angst 267

Perspektiven 268

Fragen 272

NACHWORT 277

DANKSAGUNG 281

GENOGRAMM-BEISPIEL 285

LITERATURVERZEICHNIS 286

PERSONENREGISTER 309

SACHREGISTER 312