

Vorwort	
Klarheit in schwierigen Zeiten	9
I. Nationalsozialismus und Zweiter Weltkrieg	14
1937-1939 Hochzeit und Nestbau	14
1939 Familienglück und Kriegsbeginn	18
1942 Familienschmerz	26
1942-1945 Angst, Trauer und Wut	41
Vergewaltigung	52
1945-1946 Vertreibung, Flucht und Neuanfang	55
Georgs Vertreibung	58
II. Kriegseltern - Kriegskinder - Kriegsenkel	71
1949 Lieme - Flüchtling	77
1958 Hochzeit und Familie	85
1964 Selbstständigkeit	91
1972 Erfolgreich aber unerwünscht	93
1991 Zurück in die Heimat	103
2014 Ende des Schweigens	111
III. Befreiung der Generationen	131
BIG 1 – Energie – Den Kampf des Lebens verstehen	136
BIG 2 – Disziplin – Das Schweigen des Krieges aushalten	141
BIG 3 – Handeln – Das Schweigen brechen	145
BIG 4 – Standfestigkeit – Das Erbe für die Familie heilen	150
BIG 5 – Motivation – Familiengeschichte aufdecken, aufklären und befreien	155
Wege aus der Vergangenheit in die Zukunft	161
Nachwort Klarheit für die Kriegsfamilien - Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft	167
Nachwort einer Kriegsurenkelin	169
Literatur	172