

Inhalt

Vorwort 13

Einleitung 17

1. Kapitel

DAS VERDÄCHTIGTE VOLK

Wie die Angst uns zerstört 22

Rationale und irrationale Ängste 24

Was den Deutschen Angst macht 25

Angststörungen und Depression 28

Das »Tätervolk« 31

Lockererung der Redeverbote 33

Unterdrückte Gefühle 35

»Selbstabschaffung« 38

Psychische Störungen als Massenphänomen 41

Zukunftsangst und Kinderlosigkeit 45

Auslaufmodell Familie? 47

Subtile Kinderfeindlichkeit 49

Versäumte Trauer 52

2. Kapitel

OHNE WURZELN KEINE FLÜGEL

Warum wir unsere Familiengeschichte kennen sollten 57

Die Leiden der Kriegskinder 57

Das Erbe der Kriegskinder und Kriegsenkel 64

Ablehnung der »Tätereltern« 66

Folgen der Traumatisierung 68

Übertragung von Traumata 69

Frühe Prägungen 72

Das Konzept der Familienaufstellung 75

Erfahrungen in der Gruppe 77

Heilung durch Aussöhnung 81

Das Amfortas-Syndrom 83

Parentifizierung und Schuldgefühle 84

Verzichthaltungen 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 98

Stellvertreter des Leids 100

Unbewusste Familienaufträge 102

Familiäre Treuesysteme 104

Das Genogramm 106

Ambivalentes Familienerbe 110

Ungeklärte Elternschaft 112

Der verleugnete Vater 113

Rekonstruktion der Familie 115

Mutter-Sohn-Probleme und Homosexualität 117
Seelische Blockaden 119
Die Ausgrenzung der Vergangenheit 120
Identifikation 123
Anerkennung der Ausgegrenzten 125

4. Kapitel

DAS VATERLOSE JAHRHUNDERT
Anmerkungen zu unserer politischen Kultur 127

Politische Schlammschlachten 128
Verbale Hinrichtungen 129
Die vaterlose Nation 131
Seelische Defizite 134
Abwesende Überväter 135
Vaterlose Politiker 137
Gerhard Schröder 139
Herkunft als Legende 140
Aufstiegswille und Diffamierung 142
Bindungsschwierigkeiten 144
Sehnsucht nach Mutterliebe 147
Vaterlose Nachkriegskinder 149
Vorspielen einer »heilen Familie« 151
Fehlende Vaterliebe – Angela Merkel 153
Mutterlose Politiker 161
Der Fall Guttenberg 164
Kämpfe im alternativen Milieu 171
Auf der richtigen Seite? 172
Der Angriff auf Andersdenkende 174
Der Begriff der »Täterhaftigkeit« 175
Das Schweigen der Nachgeborenen 177

5. Kapitel

DER KRIEG IN UNS

Auf dem Weg zur Aussöhnung 180

Ehekrieg 180

Generationenkonflikte 182

Aussöhnung mit den Eltern 185

Die »deutsche Krankheit« 187

Unerfüllter Kinderwunsch 188

Tätermuster 191

Herkunft und Zukunft 192

Trauma Vergewaltigung 194

Gestörte Beziehungen 195

Übertragung von Vergewaltigungstraumata 197

Systemisches Ungleichgewicht 199

Das Drama Hannelore Kohls 200

Scham und Sprachlosigkeit 202

Flucht und Vertreibung 204

Fehlende Zugehörigkeit 205

Außenseiter 207

Aktive und passive Aggression 210

Kinder und Enkel der Vertriebenen 213

Unstete Beziehungen 216

Ohne festen Platz 217

Das Los der »hilflosen Helfer« 220

Ausgrenzung von Auffälligkeiten 222

Mut zur Trauer 224

6. Kapitel

DIE RENAISSANCE DER FAMILIE

Plädoyer für eine neue Kultur des Miteinanders 227

Auflösung fester Familienverbände 228

Emotionale Lernprozesse 229

Verkannte Mütter 231

Die Bedeutung mütterlicher Anwesenheit 234

Narzissmus 236

Mutterentbehrung 238

Erziehung im Dritten Reich 240

Die kalte Mutter 242

Die Doppelgesichtigkeit der Narzissten 243

Urvertrauen und Konfliktfähigkeit 245

Systemische Auswirkungen künstlicher Befruchtung 246

Verharmloste Abtreibung 248

Die große Gleichgültigkeit 250

Seelische Folgen der Abtreibung 254

Die abgetriebenen Geschwister 255

Vorgeburtliche Selektion 257

Anerkennung der Frauen 259

7. Kapitel

DIE ÜBERWINDUNG DER ANGST

Wie wir zu einem positiven Selbstbild finden 262

Erbte Angst 262

Die Abspaltung von Angst 264

Perspektiven 265

Fragen 269

NACHWORT 273

DANKSAGUNG 277

GENOGRAMM-BEISPIEL 281

LITERATURVERZEICHNIS 288

PERSONENREGISTER 304

SACHREGISTER 307