

Inhalt

Vorwort zur Neuausgabe	13
Dank	16

Erstes Kapitel

Gespenster aus der Vergangenheit	19
Familienweihnachten als Pflichtveranstaltung	21
Klagen über Eltern	22
Überdosis NS-Geschichte	23
Flüchtlingshintergrund	25
Kein Mut zur Familiengründung	26
Die Kriegsenkel melden sich zu Wort	29
Wie aus Tätern Opfer wurden	32
Woher kommt der »Nebel«?	35
Eine ostdeutsche Geschichte	38
Das Nachbeben	40

Zweites Kapitel

Wem es zu gut geht, den bestraft das Leben	43
Ein Seminar für Kinder der Kriegskinder?	45
Sein Vater brauchte Dauerstress	46
Auf der Suche nach Vorbildern	48
Woher kam der neurotische Umgang mit Geld?	51
Kapitulation kurz vor dem Examen	54
Die Mutter gönnte ihm keine Geheimnisse	57
Das Massaker von Aussig an der Elbe	61
Großvaters »verlorenes Paradies«	65
Ich muss keine Frau mehr retten	67

Drittes Kapitel	
Die Burgfamilie	69
Freundliche und gut erzogene Töchter	71
Essstörungen	71
Zwei ungleiche Schwestern	73
Erfolgreiche Bogenschützin	75
Schulversagerinnen	76
Mama nahm alles hin	79
Diagnose Bulimie	81
Ich bin doch deine Tochter, Mama!	83
 Viertes Kapitel	
Der lange Weg zur eigenen Identität	85
Ein Fest mit Bergmannstradition	87
Frisch verliebt	89
Du weißt gar nicht, wie gut du es hast	90
Als sie ihren fröhlichen Vater verlor	92
Ein fürsorglicher Ehemann	94
Was ist emotionale Offenheit?	96
Ein neues Ziel: Abitur	98
Der jugendliche Sohn rastet aus	100
Der letzte Schritt in die Freiheit	103
 Fünftes Kapitel	
Die Spätzünderin	105
Ein Dauerproblem	107
Unsere Beziehung ist grottenschlecht	108
Sie litt unter dem beruflichen Niveau	111
Erst Streit – dann drei Tage Schweigen	114
Tote Babys am Straßenrand	117
Verwandte von den Nazis ermordet	119

Sechstes Kapitel

Das Böse	121
Familienforschung im Fernsehen	123
Verletzte Integrität	124
Opa war doch ein Nazi	125
Vater und Sohn im Dauerstreit	127
»Nazis«, »KZ« und »SS« – was ging mich das an?	129
Macht über den Vater	131
Lehrer in die Enge treiben	133
Tränen und Scheidung	135
Die Sache mit dem jüdischen Friedhof	137
Von Schandtaten wollte ich nichts hören	139
Genickschuss!	141
Ein einfacher Hilfsarbeiter	142
Amerika – meine Rettung	144
Eine neue Familie	146
Die große Trauer	148

Siebttes Kapitel

Sohn im Schatten	151
Marathon auf der Theaterbühne	153
Wenn Kinder eine leichte Beute sind	154
Vergewaltigungen	156
... aber meine Seele war gestorben	158
Tabu Königsberg	160
Die Fassade einer intakten Ehe	163
Todesursache unbekannt	165
Familie auf dem Prüfstand	167

Achtes Kapitel

Der Wehrlose	171
Ein vielseitiger Autor	173
Misstrauen und Missgunst	175
Ein Versöhnungskind?	178
Er war ein Einzelgänger	180

Hohe moralische Ansprüche	183
Die Konkurrenz der Kranken	185
Eine unstillbare Sehnsucht nach Trost	185

Neuntes Kapitel

Leben lernen	189
Ein empörter Brief	191
Mutter war furchtbar verklemmt	194
Eine übergroße Bescheidenheit	196
Balkone wie Schießscharten	198
Sich mit Geld betäuben	200
Wie sich Schatten verflüchtigen	202

Zehntes Kapitel

Kinderladen-Kinder	205
Ein Rückblick auf 1968	207
Ungereimtheiten	210
Was läuft bei ihr schief?	213
Kinder, die alles dürfen	215
Der Wutanfall eines Zwergs	217
Adlig und antikapitalistisch	220
Die neuen Normen der WG	223
Eine Pubertät unter Beobachtung	225
Das Amerika-Desaster	227
Zwei Jahre ohne Kontakt zur Mutter	230
Ich habe meine Kindheit genossen	234
Zwei Wunder	239

Elftes Kapitel

Nebel im Kopf	241
Im Kinderbett kam die Angst	243
Zwangshandlungen	245
Neue Eltern braucht das Land!	248
Hinter dicken Mauern	250

Angst vor dem Atomkrieg	252
Schneller, die Russen kommen	253
Auch der Vater schien zu pubertieren	256
Selbstverletzungen einer Jugendlichen	257
Gewaltrausch während einer Therapiestunde	259
Folgenreiches Schwarz-Weiß-Muster	261
Die Kriegsängste der Mutter geträumt	263

Zwölftes Kapitel

Grenzen ziehen	267
Ein später Vater	269
Familienklima: »Eine stillstehende graue Sauce«	270
Aufwachsen ohne eigenes Zimmer	271
Meditation mit grauweißen Fliesen	273
Ein bisschen Punk	275
Der Fernseher bleibt an	276
Ich bin doch ihr Sohn!	278
Vorsicht – heiße Herdplatte!	279
Eine Tochter auf Distanz	280
Der Vater war noch im Krieg	283
Vorurteile gegenüber Polen und Russen	285
Alles, was schön und gut ist, wird zerstört	287
Ähnlichkeiten mit der eigenen Mutter	289
Des lieben Gottes Lieblingskind	292
Kein Kontakt mehr zu den Eltern	293
Eine typische Suchtfamilie	294
Sie wollte die Mutter retten	296
Als Säuglinge dressiert wurden	298
Das brüllende Kind	300
Der Unfall	302

Dreizehntes Kapitel

Als die Hochzeit abgesagt wurde	305
Ein beharrliches Paar	307
Sie könnten Geschwister sein	309

Ich bin stolz auf meine Eltern	312
Neubeginn im Rheinland	314
Der Abstieg einer Familie	316
Der Vater mied jede Prüfung	318
Früh geheiratet, schnell geschieden	321
Ankommen ist gefährlich!	323
Ein tiefes Gefühl von Verlorenheit	324
Großmutter schrieb im Luftschutzkeller	326
Was bedeutet das Schweigen in der Familie?	328
Forschungsprojekte nach dem 11. September 2001	330
Die Tochter durfte nicht studieren	332
Eltern im Dauerstreit	334
Führen Sie das Leben Ihrer Mutter?	336
Das Ultimatum	338
Schuldgefühle aushalten	339

Vierzehntes Kapitel

Die Perspektive eines Kriegskindes	343
Mutter-Sohn-Beziehung	345
Ungewöhnliche Rollenverteilung	347
Ihr unverarbeitetes Trauma belastete den Sohn	349
Die Wahrnehmung des Anderen anerkennen	350
Traumabehandlung mit 15 Jahren Verspätung	352
Ungute Fürsorge	353

Anmerkungen	356
Bücher zum Thema	358