

# Inhalt

<b>Vorwort</b> . . . . .	<b>9</b>
<b>1. Schuldgefühle</b> . . . . .	<b>13</b>
Wie entstehen Schuldgefühle? . . . . .	13
Schuldgefühle und Schuldeinsicht . . . . .	16
Anderen Schuldgefühle vermitteln . . . . .	18
Schuldgefühle und Selbstwertgefühl . . . . .	20
Emotionale Erpressung . . . . .	21
Geistlicher Missbrauch . . . . .	23
Therapeutische Lösungswege bei Schuldgefühlen . . . . .	26
Biblische Lösungswege bei Schuldgefühlen . . . . .	28
Therapeutische Lösungswege bei emotionaler Erpressung . . . . .	34
Biblische Lösungswege bei emotionaler Erpressung . . . . .	35
Therapeutische Lösungswege bei geistlichem Missbrauch . . . . .	38
Biblische Lösungswege bei geistlichem Missbrauch . . . . .	39
Fragen zum Umgang mit Schuldgefühlen . . . . .	42

<b>2. Passive Aggression . . . . .</b>	<b>45</b>
Therapeutische Lösungswege . . . . .	50
Biblische Lösungswege . . . . .	51
Fragen zum Umgang mit passiver Aggression . . . . .	54
<b>3. Projektion . . . . .</b>	<b>57</b>
Therapeutische Lösungswege . . . . .	64
Biblische Lösungswege . . . . .	65
Fragen zum Umgang mit Projektion . . . . .	73
<b>4. Minderwertigkeitskomplexe . . . . .</b>	<b>77</b>
Therapeutische Lösungswege . . . . .	80
Biblische Lösungswege . . . . .	81
Fragen zum Umgang mit Minderwertigkeitsgefühlen . . . . .	87
<b>5. Unklare und angemessene Formen     der Abgrenzung . . . . .</b>	<b>89</b>
Therapeutische Lösungswege . . . . .	96
Biblische Lösungswege . . . . .	98
Fragen zum Umgang mit Abgrenzung . . . . .	104
<b>6. Den anderen kränken und verletzen . . . . .</b>	<b>107</b>
Therapeutische Lösungswege . . . . .	118
Biblische Lösungswege . . . . .	119
Fragen zum Umgang mit Verletzungen . . . . .	124

## **7. Der christliche Heilungsweg:**

### **Vergebung, Versöhnung und ein gesundes**

**Selbstwertgefühl . . . . . 127**

Vergebung . . . . . 129

Versöhnung . . . . . 137

Selbstwertgefühl . . . . . 149

**Schlussgedanken . . . . . 155**

**Literatur . . . . . 159**