

# Inhalt

---

## **Beschämung und Scham verstehen ..... 7**

Vorwort: Wie das Thema zu uns kam ..... 8

1. Eine überraschende Heilung ..... 11

2. Schuld oder Scham? ..... 14

3. Beschämung und die Folgen – ein Überblick..... 20

## **Beschämung hat viele Gesichter ..... 31**

4. Offensichtliche Beschämung ..... 32

5. Verdeckte Schambotschaften ..... 51

6. Religiöse Schamkulturen ..... 62

## **Die Schamangst verstehen ..... 71**

7. Die Botschaften der Schamangst ..... 72

8. Gefangen im Schamangst-Zyklus..... 92

## **Trost finden ..... 99**

9. Trost für das beschämte Kind ..... 100

10. Wertschätzende Beziehungen ..... 122

11. Hilfen für die Beratung..... 128

12. Scham und Würde in der Bibel ..... 141

Anhang ..... 154