

# Inhalt

**Vorwort 9**

**Einführung 12**

**Therapie 25**

## **Unklare Vaterschaft**

Wer bin ich? Die Summe meiner Gene oder  
erschaffe ich mich selbst? 33

## **Eltern werden durch Adoption**

Wie verarbeiten wir große Lebensereignisse? 74

## **Empty Nest**

Wie können wir mit unseren Kindern in Verbindung bleiben,  
wenn sie das Haus verlassen? 111

## **Konfliktreiches Patchwork**

Wie können Stieffamilien zu Harmonie finden? 145

## **Tod eines Kindes**

Wie kann die Familie mit dem Verlust umgehen? 186

## **Suizid des Vaters**

Wie lässt sich das Trauma überwinden? 223

## **Holocaust-Trauma**

Wie können Familien über Generationen  
hinweg die Angst besiegen? 258

**Unheilbar krank**

Wie erfüllt leben im Angesicht des Todes? 293

**Schlussbetrachtungen 330**

**Zwölf Tipps für eine glückliche Familie 338**

**Eine kurze Geschichte der Familie 352**

**Anhang 360**

**Danksagung 367**

**Literatur 370**

**Über die Autorin 389**