

Inhalt

Vorwort	9
1 Wer hat dieses Buch geschrieben?	11
2 Ererbte Wunden – was wir bislang wissen	16
2.1 Bisherige Auseinandersetzung mit dem Thema.....	16
2.2 Wie können wir uns eine Übertragung traumatischer Wunden von einer Generation auf die nächste vorstellen und erklären?	18
2.2.1 Bedeutung der Interaktion	18
2.2.2 Neurobiologische Erkenntnisse	20
2.2.3 Epigenetik	21
3 Charakteristika übertragener Traumata	28
4 Vorstellung des von mir entwickelten therapeutischen Vorgehens	31
5 Einbindung der Verarbeitung ererbter Wunden in die Therapieplanung	40
6 Ererbte Trauer	44
7 Von Hilflosigkeit zu Kraft	61

8 Tante Lisas Opfer	76
9 Ein ererbtes Lebensgefühl	89
10 Im Schützengraben	104
11 Ein harter Brocken	118
12 Eine ererbte Selbstüberzeugung	136
13 Herausforderungen	153
Dank	156
Literatur	157