

**Vorwort von Gunthard Weber ... 7**

**Vorwort der Autorin ... 9**

**1 Warum wieder heimkommen? ... 13**

**2 Ihr Familienstammbaum**

**Die Vergangenheit als Prolog ... 29**

Das Genogramm ... 31

Das Individuum und die Familie ... 35

Über Familienbeziehungen nachdenken ... 40

Fragen und Geschichten: Schlüssel zum Verständnis ... 43

Wie Sie Ihre Sicht auf Ihre Familie umkrempeln können ... 57

**3 Familiengeschichten, Mythen und Geheimnisse ... 60**

Die Familie der Brontës ... 62

Die Familie Adams ... 70

Familiengeheimnisse ... 83

**4 Familienbände und Bindungen ... 92**

Reaktionen auf Stress ... 93

Die Marx-Familie ... 100

Kommunikation reguliert die Distanz ... 109

Der Umgang mit Schmerz und Konflikten in der Familie ... 114

Verzerrungen der Kommunikation ... 116

Verschmelzung und Ausstoßung ... 117

Die Familie O'Neill ... 118

Der Symptomträger ... 121

Dreiecke ... 123

Die Familie Beethoven ... 127

**5 Verlust ... 140**

Die zentrale menschliche Erfahrung ... 140

Trauern ... 143

Die Reaktionen von Familien auf Verlusterfahrungen ... 149

Die Familie Hepburn ... 154

Dysfunktionale Anpassung an einen Verlust ... 161

Die Familie Barrett Browning ... 163

Die Familie Kennedy ... 173

Die Familie Freud ... 188

Verluste in Ihrer eigenen Familie ... 193

- 6 Woher kommen wir? ... 197**  
Eltern und Kinder ... 197  
Die Familie Franz Kafkas ... 207  
Die Ehe von Charles Dickens und Catherine Hogarth Dickens ... 212  
Das Dilemma der Rolle der Frau in der Familie ... 216  
Seine Eltern finden, wenn man sie verliert ... 218  
Fragen, die Ihre Eltern betreffen ... 223
- 7 Schwestern und Brüder ... 226**  
Zwillinge ... 233  
Älteste Söhne und Töchter ... 243  
Das jüngste Kind ... 247  
Mittlere Kinder ... 256  
Einzelkinder ... 259  
Geschwisterkonstellation und Ehe ... 261  
Geschwisterbeziehungen im Erwachsenenleben ... 266  
Fragen zu den Mustern der Geschwisterbeziehungen  
in Ihrer Familie ... 267
- 8 Paarbeziehungen ... 269**  
Eine komplizierte Ehe: Gustav und Alma Mahler ... 284  
Eheliche Komplementarität ... 293  
Dreiecksbeziehungen, in die Paare sich verstricken ... 303  
Fragen mit Blick auf Heirat und Ehe ... 305
- 9 Schichtzugehörigkeit, Kultur und Familienbeziehungen ... 308**  
Rituale ... 310  
Klassenzugehörigkeit ... 320  
Geld ... 326  
Religion und spirituelle Werte ... 327  
Fragen ... 328
- 10 Wieder Verbindung aufnehmen ... 331**
- Allgemeine Literatur ... 349**  
**Literatur zu einzelnen Familien ... 354**  
**Über die Autorin ... 371**