

INHALT

1. „ICH WILL ENDLICH ERWACHSEN WERDEN“ 7

2. STUFEN DER REIFUNG 18

Im Mutterleib - Symbiotisches (unbewusstes)

Einheitsbewusstsein 20

Die Kindheit - Gruppenbewusstsein 25

Die Jugend - Ich-Bewusstsein 36

Erwachsensein - Selbst-Bewusstsein 42

3. DER EINZELNE UND DAS ALLGEMEINE (KOLLEKTIVE) BEWUSSTSEIN 48

Die traditionelle Gesellschaft: Erwachsensein
als Rollenspiel 50

Der „Tod Gottes“ und die Folgen 54

Die Wissenschaft 57

Erwachsensein heute 61

4. WAS HILFT? 65

Warum? - Über Ursache und Wirkung 68

„Ich kann nicht“ und „Ich will nicht“ 76

„Wie werde ich meine Wut los?“ - Ein Fall aus
der Praxis 78

Perspektiven 86

Trauma 92

Jungs Neurose 93

Therapeutische Grundhaltung und Vorgehensweise
bei seelischen Traumata 94

Was kann man selbst tun? 108

Das Leben heißt 116

5. DER LEBENSINTEGRATIONSPROZESS 120

Sich selbst sehen 120

Aufstellungsarbeit 123

Eine kleine Übung 126

Die Innere Vision unseres Lebens 132

Wir sind nicht die Kinder unserer Eltern 136

Das Kind in der Familie 141

Der Jugendliche und der junge Mensch 144

Das eigene Sein berühren 146

ANHANG 155

Die methodische Vorgehensweise bei der

Aufstellungsarbeit 155