

Inhalt

Vorwort zur Neuausgabe	11
Vorwort und Dank	13

ERSTES KAPITEL

Gespenster aus der Vergangenheit

15

Familienweihnachten als Pflichtveranstaltung	17
Klagen über Eltern	18
Überdosis NS-Geschichte	19
Flüchtlingshintergrund	20
Kein Mut zur Familiengründung	22
Die Kriegsenkel melden sich zu Wort	24
Wie aus Tätern Opfer wurden	26
Woher kommt der »Nebel«?	28
Eine ostdeutsche Geschichte	31
Das Nachbeben	33

ZWEITES KAPITEL

Wem es zu gut geht, den bestraft das Leben	35
Ein Seminar für Kinder der Kriegskinder?	37
Sein Vater brauchte Dauerstress	38
Auf der Suche nach Vorbildern	40
Woher kam der neurotische Umgang mit Geld?	42
Kapitulation kurz vor dem Examen	45
Die Mutter gönnte ihm keine Geheimnisse	47
Das Massaker von Aussig an der Elbe	50
Großvaters »verlorenes Paradies«	54
Ich muss keine Frau mehr retten	56

DRITTES KAPITEL

Die Burgfamilie	57
Freundliche und gut erzogene Töchter	59
Essstörungen	59
Zwei ungleiche Schwestern	61
Erfolgreiche Bogenschützin	62
Schulversagerinnen	63
Mama nahm alles hin	65
Diagnose Bulimie	67
Ich bin doch deine Tochter, Mama!	69

VIERTES KAPITEL

Der lange Weg zur eigenen Identität	71
Ein Fest mit Bergmannstradition	73
Frisch verliebt	74
Du weißt gar nicht, wie gut du es hast	76
Als sie ihren fröhlichen Vater verlor	77
Ein fürsorglicher Ehemann	79
Was ist emotionale Offenheit?	81
Ein neues Ziel: Abitur	83
Der jugendliche Sohn rastet aus	84
Der letzte Schritt in die Freiheit	86

FÜNFTES KAPITEL

Die Spätzünderin	89
Ein Dauerproblem	91
Unsere Beziehung ist grottenschlecht	92
Sie litt unter dem beruflichen Niveau	94
Erst Streit – dann drei Tage Schweigen	96
Tote Babys am Straßenrand	99
Verwandte von den Nazis ermordet	101

SECHSTES KAPITEL

Das Böse	103
Familienforschung im Fernsehen	105
Verletzte Integrität	105
Opa war doch ein Nazi	107
Vater und Sohn im Dauerstreit	108
»Nazis«, »KZ« und »SS« – was ging mich das an?	110
Macht über den Vater	112
Lehrer in die Enge treiben	114
Tränen und Scheidung	115
Die Sache mit dem jüdischen Friedhof	116
Von Schandtaten wollte ich nichts hören	118
Genickschuss!	120
Ein einfacher Hilfsarbeiter	121
Amerika – meine Rettung	123
Eine neue Familie	124
Die große Trauer	126

SIEBTES KAPITEL

Sohn im Schatten	127
Marathon auf der Theaterbühne	129
Wenn Kinder eine leichte Beute sind	130
Vergewaltigungen	131
... aber meine Seele war gestorben	133
Tabu Königsberg	135
Die Fassade einer intakten Ehe	138
Todesursache unbekannt	139
Familie auf dem Prüfstand	141

ACHTES KAPITEL

Der Wehrlose	143
Ein vielseitiger Autor	145
Misstrauen und Missgunst	146
Ein Versöhnungskind?	149
Er war ein Einzelgänger	151

Hohe moralische Ansprüche	153
Die Konkurrenz der Kranken	155
Eine unstillbare Sehnsucht nach Trost	156

NEUNTES KAPITEL

Leben lernen	159
Ein empörter Brief	161
Mutter war furchtbar verklemmt	163
Eine übergroße Bescheidenheit	165
Balkone wie Schießscharten	167
Sich mit Geld betäuben	169
Wie sich Schatten verflüchtigen	170

ZEHNTES KAPITEL

Kinderladen-Kinder	173
Ein Rückblick auf 1968	175
Ungereimtheiten	178
Was läuft bei ihr schief?	180
Kinder, die alles dürfen	181
Der Wutanfall eines Zwergs	184
Adlig und antikapitalistisch	186
Die neuen Normen der WG	188
Eine Pubertät unter Beobachtung	190
Das Amerika-Desaster	191
Zwei Jahre ohne Kontakt zur Mutter	194
Ich habe meine Kindheit genossen	197
Zwei Wunder	201

ELFTES KAPITEL

Nebel im Kopf	203
Im Kinderbett kam die Angst	205
Zwangshandlungen	207
Neue Eltern braucht das Land!	209
Hinter dicken Mauern	210

Angst vor dem Atomkrieg	212
Schneller, die Russen kommen	214
Auch der Vater schien zu pubertieren	216
Selbstverletzungen einer Jugendlichen	217
Gewaltrausch während einer Therapiestunde	218
Folgenreiches Schwarz-Weiß-Muster	220
Die Kriegsängste der Mutter geträumt	222

ZWÖLFTES KAPITEL

Grenzen ziehen	225
Ein später Vater	227
Familienklima: »Eine stillstehende graue Sauce«	228
Aufwachsen ohne eigenes Zimmer	229
Meditation mit grauweißen Fliesen	230
Ein bisschen Punk	232
Der Fernseher bleibt an	233
Ich bin doch ihr Sohn!	234
Vorsicht – heiße Herdplatte!	236
Eine Tochter auf Distanz	237
Der Vater war noch im Krieg	239
Vorurteile gegenüber Polen und Russen	240
Alles, was schön und gut ist, wird zerstört	242
Ähnlichkeiten mit der eigenen Mutter	244
Des lieben Gottes Lieblingskind	246
Kein Kontakt mehr zu den Eltern	247
Eine typische Suchtfamilie	248
Sie wollte die Mutter retten	250
Als Säuglinge dressiert wurden	251
Das brüllende Kind	253
Der Unfall	255

DREIZEHNTES KAPITEL

Als die Hochzeit abgesagt wurde	257
Ein beharrliches Paar	259
Sie könnten Geschwister sein	261

Ich bin stolz auf meine Eltern	263
Neubeginn im Rheinland	265
Der Abstieg einer Familie	267
Der Vater mied jede Prüfung	269
Früh geheiratet, schnell geschieden	271
Ankommen ist gefährlich!	272
Ein tiefes Gefühl von Verlorenheit	274
Großmutter schrieb im Luftschutzkeller	275
Was bedeutet das Schweigen in der Familie?	277
Forschungsprojekte nach dem 11. September 2001	278
Die Tochter durfte nicht studieren	280
Eltern im Dauerstreit	282
Führen Sie das Leben Ihrer Mutter?	283
Das Ultimatum	285
Schuldgefühle aushalten	286

VIERZEHNTE KAPITEL

Die Perspektive eines Kriegskindes	289
Mutter-Sohn-Beziehung	291
Ungewöhnliche Rollenverteilung	292
Ihr unverarbeitetes Trauma belastete den Sohn	294
Die Wahrnehmung des Anderen anerkennen	295
Traumabehandlung mit 15 Jahren Verspätung	296
Ungute Fürsorge	298
 Bücher zum Thema	 300
 Anmerkungen	 303