

# Inhaltsverzeichnis

<b>Einleitung: Die Magie der Schuldgefühle</b>	<b>7</b>
<b>1 Einige Annäherungen</b>	<b>12</b>
<b>Annäherung 1: Schuldgefühle – Wie sind sie geschichtlich entstanden?</b>	<b>12</b>
<b>Annäherung 2: Schuldgefühle und Mitgefühl</b>	<b>14</b>
<b>Annäherung 3: Schuldgefühle und die Balance zwischen Geben und Nehmen</b>	<b>16</b>
<b>Annäherung 4: Schuldgefühle und Scham</b>	<b>17</b>
<b>Annäherung 5: Schuldgefühle und Ekel</b>	<b>18</b>
<b>Annäherung 6: Schuldgefühle und persönliche Katastrophen</b>	<b>20</b>
<b>Annäherung 7: Schuldgefühle und Schuld</b>	<b>21</b>
<b>2 Schuldgefühle ohne Schuld</b>	<b>23</b>
<b>Ein Leben als Angeklagte</b>	<b>23</b>
<b>Die Schuldgefühle der Opfer</b>	<b>33</b>
<b>Schuldig, ohne zu wissen, warum</b>	<b>41</b>
<b>Schuldig, weil du anders bist</b>	<b>48</b>
<b>Existenzielle Schuldgefühle</b>	<b>55</b>
<b>Schuldgefühle durch Leere</b>	<b>61</b>

<b>Schuldgefühle durch ideologisch motivierte Fürsorge</b>	<b>69</b>
<b>Der strafende Gott</b>	<b>77</b>
<b>Schuldstaubsauger und Schuldstreuer</b>	<b>82</b>
<b>Die Schuldgefühle der Kinder</b>	<b>91</b>
<b>3 Schuld ohne Gnade</b>	<b>105</b>
<b>4 Vom Maß und von der Maßlosigkeit</b>	<b>114</b>
<b>5 Schuldgefühle als Beziehungskiller</b>	<b>120</b>
<b>6 Schuld ohne Schuldgefühle</b>	<b>128</b>
<b>7 Die drei Schritte des Entschuldens</b>	<b>135</b>
<b>8 Verantwortung statt Selbstbestrafung</b>	<b>141</b>
<b>9 Schuld und Frieden</b>	<b>146</b>
<b>10 Das »schlechte Gewissen« im Interview</b>	<b>155</b>
<b>Literatur</b>	<b>159</b>