



## **Kriegserbe in der Seele: Was Kindern und Enkeln der Kriegsgeneration wirklich hilft**



**Download**



**Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Kriegserbe in der Seele: Was Kindern und Enkeln der Kriegsgeneration wirklich hilft

*Udo Baer, Gabriele Frick-Baer*

**Kriegserbe in der Seele: Was Kindern und Enkeln der Kriegsgeneration wirklich hilft** Udo Baer,  
Gabriele Frick-Baer

 [Download Kriegserbe in der Seele: Was Kindern und Enkeln de ...pdf](#)

 [Online lesen Kriegserbe in der Seele: Was Kindern und Enkeln ...pdf](#)

## **Downloaden und kostenlos lesen Kriegserbe in der Seele: Was Kindern und Enkeln der Kriegsgeneration wirklich hilft Udo Baer, Gabriele Frick-Baer**

---

189 Seiten

Pressestimmen

»Das Buch ist wissenschaftlich fundiert und zeugt von der praktischen Erfahrung der Autoren wie von ihrer Motivation, leidende Menschen gesunden zu lassen.« Beatrix Fricke, Berliner Morgenpost, 18.9.2015

»In ihrem aufschlussreichen Buch verdeutlichen Gesundheitswissenschaftler Udo Baer und Diplom-Pädagogin Gabriele Frick-Baer anhand anschaulicher Beispiele die Zusammenhänge von vererbten Traumata. So helfen sie Betroffenen, die Verhaltensweisen ihrer Eltern und Großeltern einzuordnen und die eigene Persönlichkeit zu stärken.« stern GESUND LEBEN, 5/2015

»Wer tatsächlich mit belasteten Eltern oder Großeltern groß geworden ist, wird sicher an manchen Stellen schlucken müssen, wenn er erkennt, welche Hintergründe seine ›Macken‹ haben. Fast schade, dass dieses Buch nur recht kurz ist – aber eine Anregung zur Weiterbeschäftigung ist es in jedem Fall.« SWA Wochenende, 19.9.2015

»Obwohl die transgenerationale Weitergabe von Kriegstraumata komplex und nicht ganz unumstritten ist, gelingt es den Baers das Thema anschaulich darzustellen. Neben einer verständlichen Sprache tragen dazu auch die vielen konkreten Beispiele aus ihrer Praxis bei.« Antje Merke, Schwäbische Zeitung, 19.8.2015

»Der Reiz des Buches liegt ganz besonders darin, dass das Buch ›Kriegserbe in der Seele‹ klar Position für die Kriegs-Kinder und Kriegs-Enkel bezieht und relevante Themen für diese beiden Gruppen ganz lebenspraktisch vorstellt. [...]Ein rundum empfehlenswertes Buch.« [www.doerthe-huth.de](http://www.doerthe-huth.de)

»›Kriegserbe in der Seele‹ ist ein sehr empfehlenswertes Buch für alle, die sich dafür interessieren, wie sich die Erfahrungen der vorangegangenen Generationen auf sie selbst auswirken können und was sie womöglich tun können, um diese Erfahrungen für sich selbst in einer wohlthuenden und förderlichen Weise zu nutzen.« zeitzuleben.de, 18.10.2015 Kurzbeschreibung

Kriegserlebnisse und die durch sie verursachten Traumata hinterlassen oft über Generationen Spuren in Familien, ohne dass diese konkret benannt werden können. Dieses Buch zeigt, woran Kriegskinder und Kriegsenkel die Folgen der von den Eltern oder Großeltern »vererbten« Traumata bei sich selbst erkennen. Es bietet konkrete Hilfe an, etwa bei scheinbar unbegründeten Ängsten, nicht zu greifenden Einsamkeitsgefühlen, dem quälenden Gefühl der Liebesunfähigkeit oder übermäßigem Leistungsdruck. Eine Fülle von Übungen helfen, den »Schritt beiseite« aus der Weitergabe von Kriegstraumata zu wagen.

»Wir knüpfen dort an, wo die anderen Kriegskinder- und Kriegsenkel-Bücher aufhören: bei dem, was hilft. Denn die Kette der Traumaweitergabe muss unterbrochen werden, damit nicht auch noch unsere Kindeskindern unter den Kriegsfolgen leiden müssen.« Udo Baer und Gabriele Frick-Baer Über den Autor und weitere Mitwirkende

Udo Baer: Dr. phil. (Gesundheitswissenschaften), Diplom-Pädagoge, Kreativer Leibtherapeut, Mitbegründer und Geschäftsführer der Zukunftswerkstatt therapie kreativ, Vorsitzender der Stiftung Würde und wissenschaftlicher Leiter des Instituts für Gerontopsychiatrie (IGP), Autor.

Gabriele Frick-Baer: Dr. phil. (Erziehungswissenschaften), Diplom-Pädagogin, Kreative Leibtherapeutin, Vorstandsmitglied der Stiftung Würde und wissenschaftliche Leitung der Kreativen Traumahilfe der Stiftung Würde, Kreative Traumatherapeutin, Therapeutische Leiterin der Zukunftswerkstatt therapie kreativ, Autorin.

Download and Read Online Kriegserbe in der Seele: Was Kindern und Enkeln der Kriegsgeneration wirklich hilft Udo Baer, Gabriele Frick-Baer #BTLEFSIU47W

Lesen Sie Kriegserbe in der Seele: Was Kindern und Enkeln der Kriegsgeneration wirklich hilft von Udo Baer, Gabriele Frick-Baer für online ebookKriegserbe in der Seele: Was Kindern und Enkeln der Kriegsgeneration wirklich hilft von Udo Baer, Gabriele Frick-Baer Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Kriegserbe in der Seele: Was Kindern und Enkeln der Kriegsgeneration wirklich hilft von Udo Baer, Gabriele Frick-Baer Bücher online zu lesen.Online Kriegserbe in der Seele: Was Kindern und Enkeln der Kriegsgeneration wirklich hilft von Udo Baer, Gabriele Frick-Baer ebook PDF herunterladenKriegserbe in der Seele: Was Kindern und Enkeln der Kriegsgeneration wirklich hilft von Udo Baer, Gabriele Frick-Baer DocKriegserbe in der Seele: Was Kindern und Enkeln der Kriegsgeneration wirklich hilft von Udo Baer, Gabriele Frick-Baer MobipocketKriegserbe in der Seele: Was Kindern und Enkeln der Kriegsgeneration wirklich hilft von Udo Baer, Gabriele Frick-Baer EPub