

Tina Soliman

Der Sturm vor der Stille

*Warum Menschen den
Kontakt abbrechen*

Klett-Cotta

Inhalt

Vorwort und Dank	11
Einleitung	17
<i>Erstes Kapitel</i>	
Was ist passiert?	25
»Irgendetwas ist immer passiert«	25
Der Abbrecher ein »Schläfer«?	32
Warum werden Anzeichen übersehen, Signale überhört?	36
Das Grübeln über widersprüchliche Botschaften	42
Die fatale Wirkung des Nichtgesagten	45
Das Drama der Wahrnehmung: Was ist wahr?	48
Der unbewachte Augenblick: Gibt es den Auslöser?	51
<i>Zweites Kapitel</i>	
Abbrecher berichten über die Beweggründe ihres Schweigens	57
Machtkämpfe: »Ich wollte auf Augenhöhe kommen«	57
Contenance – oder: Der Schein trügt	62
Die Angst, erkannt zu werden	68
Abbruch aus Notwehr: »Eine dauerhafte seelische Vergewaltigung«	73
Stonewalling: Eine Schutzmauer wird errichtet	77
Der Abbrecher: ein Wiederholungstäter?	79
Die Funkstille als Methode	83
Die Funkstille: eines Menschen Recht?	85

Drittes Kapitel

Die Sichtweise der Verlassenen 89

Auf der Suche nach Plausibilität:

Kontakt muss Sinn machen, Kontaktverweigerung auch! 89

Reden heißt urteilen. Schweigen heißt, geurteilt haben 95

»Wie ein Wasserbecken in einer Wüstenoase« 98

»Es liegt über allem ein Schatten«: die Verunsicherung
der Verlassenen 100

Rollenwechsel: Der Verlassene, oft selbst ein Abbrecher 103

Viertes Kapitel

Heimatlos in der eigenen Familie 107

Machtkämpfe, Abhängigkeit, Manipulation und die
Folgen für spätere Beziehungen 107

Kriegskinder: Prägungen über Generationen hinweg 112

Pseudo-Identität: »Das Eigene ist unerwünscht« 119

»Ich fühlte und durfte nicht fühlen, wollte reden und
hielt meinen Mund« 123

Die müde Entscheidung, es einfach sein zu lassen 125

Beziehungswaisen: narzisstische Eltern und Kinder 130

Prägende Ereignisse in der Biografie: wiinde Punkte,
unbekannte Auslöser 134

Fünftes Kapitel

Die Gewalt des Schweigens 137

Ein Sturm kommt auf 137

Psychische Unzuverlässigkeit 139

Sucht nach Anerkennung 142

»Ein Mord an der Seele« 144

Die trügerische Sicherheit unmittelbar vor dem Bruch 151

Sechstes Kapitel

Die Abbruch-Gesellschaft	159
Lost in Transition: ein Zeitalter der Abbrüche?	159
Von der Angst, Anker zu werfen	164
Vom Fluch der Selbstbestimmung und der Furcht, sich nicht nur virtuell einzulassen	167
Der Preis der Nähe	171
Kontrollillusion und Machtstreben	173
Die Performance, die man Leben nennt	177

Siebttes Kapitel

Die Funkstille: kein Abbruch aus heiterem Himmel	181
Weggehen als logische Konsequenz	181
Ist jede Wahrheit besser als Schweigen?	183
Gefühle verstehen: »Man kommt nur raus, indem man reingeht«	188
Die Funkstille: ein Transit, eine Katharsis?	192
Reden: eine Frage der Moral, ein Zeichen des Respekts	196
Wer ist Opfer, wer ist Täter? Und warum das nicht die entscheidende Frage ist	198
Klare Schnitte: Loslassen – ein Vorteil für beide Akteure	203
Leben mit der Funkstille	206
Nachwort	213
Literaturverzeichnis	216