

Inhalt

Vorwort (<i>F. Lamprecht</i>)	9
1. Einleitung	
(<i>U. Gast, E. C. Markert, K. Onnasch, T. Schollas</i>)	11
1.1 Entstehung und Zielsetzung des Buches	11
1.2 Trauer und Trauma	14
1.3 Kurze Übersicht	20
1.4 Zum Lesen dieses Buches	22
2. Neue Wege finden	
(<i>K. Onnasch</i>)	23
2.1 Aus der Praxis in die Neurobiologie – und wieder zurück in die Praxis	25
2.2 Verbindungen von Neurobiologie und Theologie	30
2.3 Wege zu christlichen Traditionen und Zugänge zur Spiritualität	33
3. Trauma und Trauer in neurobiologischer Sicht	
(<i>K. Onnasch</i>)	38
3.1 Modelle, Landschaften und Wege	38
3.2 Entstehung und Auswirkung eines Traumas	43
3.2.1 Verletzung der Grundbedürfnisse	44
3.2.2 Schutz des Lebens vor der Bedrohung	44
3.2.3 Stressreaktionen	46
3.2.4 Die vorläufige Abkapselung des Traumas	48
3.2.5 Veränderungen in der Landschaft des Gehirns	52
3.2.6 Veränderungen im ganzen Körper	63
3.2.7 Schmerz und Trauer	68

3.3	Unterschiede in der Trauer	73
3.4	Heilender Umgang mit Trauma und Trauer	76
3.5	Merkmale von Trauma und Trauer	80
	Exkurs 1: Systemische Ansätze für die Trauerbegleitung und Traumatherapie (T. Schollas)	84
4.	Die Passionsgeschichten – Arten der Traumabearbeitung (E. C. Markert, T. Schollas)	91
4.1	Methoden des Verstehens: Evangelien als Ressourcen	91
4.1.1	Das Trauma des Kreuzes und die Auferstehung als Ausgangsort christlichen Glaubens	92
4.1.2	Auferstehung – Der Zentralbegriff christlicher Hoffnung	94
4.1.3	Impulse jüdisch-christlicher Tradition als Kraftquelle in spezifischen Krisen: Merkmale der Traumabearbeitung in den Passionsgeschichten	97
4.2	Die Akteure und Akteurinnen der Geschichten: Judas, Maria Magdalena, Petrus und der Lieblingsjünger ...	101
4.2.1	Maria Magdalena – Die erste Zeugin der Auferstehung	102
4.2.2	Petrus – Vom Verleugner zum Fels der Kirche	113
4.2.3	Der Jünger, den Jesus liebte	117
4.2.4	Judas	119
4.3	Das symbolische Verständnis der Figuren	127
4.4	Auferstehungsgeschichten aus dem Sondergut des Lukas und Johannes – Theologische, neurobiologische und praktisch-therapeutische Perspektiven	129
4.4.1	Der Weg nach Emmaus (Lk 24,13–35)	130
4.4.2	Die Begegnung im verschlossenen Raum (Joh 20,19–23)	134
	Exkurs 2: Trauer in anderen Religionen (K. Onnasch, T. Schollas)	137

5.	Impulse aus Neurobiologie und christlicher Tradition für den Umgang mit Trauma und Trauer (<i>E. C. Markert, K. Onnasch, T. Schollas</i>).....	154
5.1	Spiritualität (<i>E. C. M.</i>)	154
5.2	Verbindungen von spirituellen und neurobiologischen Aspekten (<i>K. O.</i>)	157
5.2.1	Weder »Gottes-Modul« noch »Gottes-Gen«	157
5.2.2	Das Wirken von Traditionen in der Gegenwart	159
5.2.3	Das Wechselspiel von Vermeidung und Erinnerung .	161
5.2.4	Der Trauerprozess zwischen Anspannung und Kraftholen	162
5.2.5	Orientierung und Stabilisierung	163
5.2.6	Sprache finden, Bilder, Symbole und Rituale	164
5.2.7	Landschaften	165
5.2.8	Fragmente und Zusammenhänge	167
5.2.9	Äußere und innere Begleiter	167
5.2.10	Gotteserfahrungen und Vorstellungen von Gott	169
5.2.11	Kirchenraum: Weg durch einen Dom	170
5.2.12	Kirchenjahr: Ostern und Weihnachten	172
5.3	Konsequenzen für die Praxis (<i>T. S.</i>)	176
	Exkurs 3: Deutsche Traumata und ihre Folgen (<i>T. Schollas</i>)	178
6.	Praktische Beispiele und Methoden der Trauerbegleitung und der Traumabearbeitung (<i>U. Gast, E. C. Markert, K. Onnasch, T. Schollas</i>)	186
6.1	Regelmäßige Trauerbegleitung im Rahmen eines Bestattungsinstitutes (<i>K. O.</i>)	186
6.2	Trauerarbeit mit Frauen (<i>E. C. M.</i>)	197
6.3	Trauerarbeit mit Männern (<i>T. S.</i>)	210
6.4	Supervision für Trauer- und Sterbebegleiter/-innen (<i>T. S.</i>) ..	220
6.5	Spirituelle Möglichkeiten im Rahmen einer Trauma-Klinik (<i>U. G.</i>)	232
6.6	Möglichkeiten regionaler Vernetzung: Kieler Arbeitskreis KAT (<i>K. O.</i>)	244

7. Ausklang	
<i>(U. Gast, K. Onnasch, T. Schollas)</i>	247
7.1 Anregungen für Trauernde (K. O.)	247
7.2 Anregungen für Trauerbegleiter/-innen (T.S.)	248
7.3 Anregungen für Therapeut/-innen (U.G.)	249
 Glossar	 251
 Bilder	 252
 Literatur	 253