

Inhalt

Vorwort	9
Einleitung	11
I Theoretische Grundlagen	17
Wer war Carl Ransom Rogers und was hat ihn geprägt?	17
Das Menschenbild hinter dem personzentrierten Ansatz von C. R. Rogers	20
Ein personzentriertes Verständnis von Trauer	21
Personzentrierte Grundannahmen	22
Der Begriff des »Selbstkonzepts« unter der besonderen Berücksichtigung der menschlichen Erfahrung und der Realität von Sterben und Tod	23
<i>Ein Beispiel aus der Trauerbegleitung</i>	26
<i>Ein Beispiel aus der Sterbebegleitung, die immer auch ein Stück Trauerbegleitung ist</i>	27
Die hohe Bedeutung der subjektiven Seite der Erfahrungen	28
Drei zentrale Beratungsmerkmale: Eine Haltung	32
Das Beratungsmerkmal der Akzeptanz und der Wertschätzung	32
Das Beratungsmerkmal der Empathie (Einführendes Verstehen – Aktives Hinhören)	45

Die Ermöglichung der Fähigkeit eines trauernden Menschen, dem eigenen Erleben Ausdruck zu verleihen	58
II Praxisberichte – Fallbeispiele	61
Fallbeispiel 1: Nicht zu »überbietende« Trauer nach 60 Ehejahren	62
Fallbeispiel 2: Nicht wirklich anerkannte Trauer	65
Fallbeispiel 3: Trauer um die hochbetagte und demente Mutter – Trauer mit Bildern	66
Fallbeispiel 4: Abgegrenzte und autarke Trauer einer sehr selbstbewusst auftretenden Trauercafébesucherin	69
III Was macht eine personenzentrierte Trauerbegleitung aus? Konkrete Hinweise für Begleitende	73
Personenzentrierte Trauerbegleitung benötigt »eigentlich« überhaupt nicht viel!	74
Das Bewusstsein von Unwissenheit als Qualität und Ressource in der Begleitung. Oder: Der personenzentrierte Trauerbegleiter ist erst einmal »dumm«	75
Zurückhaltung als Qualität und Ressource in der Begleitung. Oder: Der personenzentrierte Trauerbegleiter ist grundsätzlich »faul«	76
Zugewandtes Interesse als Qualität und Ressource in der Begleitung. Oder: Der personenzentrierte Trauerbegleiter ist wesensmäßig »neugierig«	77
Das scheinbare Paradox der ziellosen Absichtslosigkeit in der personenzentrierten Trauerbegleitung	78
Was es noch braucht: Hören – Standhalten – Verlangsamen	82
Was Trauerbegleitende in der Begleitung auf jeden Fall unterlassen sollten – Ein Fehlerkatalog	89
1. Dirigieren	92
2. Debattieren	93
3. Dogmatisieren	93

4. Diagnostizieren	93
5. Einseitiges Interpretieren	94
6. Generalisieren	94
7. Bagatellisieren	95
8. Moralisieren	95
9. Sich identifizieren	95
10. Examinieren	97
Die Verantwortung für das Gelingen einer Trauerbegleitung. Oder: Die Beachtung des Kairos als zusätzlicher Dimension und als echtes Potenzial in der Begleitung Trauernder	101
Die Beachtung der eigenen Intuition in der Begleitung Trauernder. Oder: Geschulte Intuition als kreative und kraftvolle Ergänzung zu einer personzentrierten Grundhaltung	108
Supervision und Selbstsorge	112
Was brauchen Trauernde und wie kann ich in person- zentrierter Haltung darauf reagieren?	116
Zum Abschluss: Ein Märchen für Trauerbegleitende	118
Weiterführende Adressen	124
Literatur	125