

Inhalt

Hinführende Gedanken	7
Teil A – Vom Wachsen und Werden	12
Selbstwerdung – Eine Reise zu sich selbst	12
Grenzsituation Tod – Ein geliebter Mensch stirbt	21
Wer bin ich?	24
»Werde, der du bist« – Trauerarbeit, Traueraufgaben, Werdeschritte	28
Die Werdeschritte des trauernden Menschen	30
Wahrnehmen und Sehenlernen – diffuser Nebel	31
Erkennen und Verstehen – der Nebel lichtet sich	40
Annehmen und die Entscheidung zum Ja – Wegscheide	44
Gestalten und Leben – Neuland: Alles ist anders	50
Teil B – Der Prozess des Trauerns anhand eines lebensgeschichtlichen Beispiels	56
Die Situation	56
So war Sven	56
Die Erkrankung	57
Die letzten Tage	57
Sven ist tot	58

Vernebelte Zeit	59
Totale Erschöpfung	59
Entscheidungen stehen an	60
Wer bin ich?	60
Manchmal geht es	61
Entscheidung für das (Über-)Leben	62
Sven ist tot und ich lebe	63
Teil C – Neue Begleitansätze in der Vielfalt der Trauer	65
Wie wird begleitet?	65
Haltung als Grundlage für die Anwendung der verschiedenen Begleitansätze	66
Eisagogisch-hinführender Begleitansatz	68
Konsolatorisch-verstehender Begleitansatz	73
Stimulierend-provokativer Begleitansatz	78
Reflektierend-verstehender Ansatz	83
Evaluierend-nachgehender Begleitansatz	90
Weggedanken	94
Auszug aus einem beispielhaften Begleitgespräch	95
Zwei dokumentierte Stundenprotokolle einer Trauerbegleitung	97
Tabellarische Übersicht über die Begleitformen	105
Komprimierte Übersicht über die Begleitformen	119
Übersicht und Zusammenfassung der einzelnen Werdeschritte	124
Literatur	127