

# Inhalt

<b>Hinführende Gedanken</b> .....	7
<b>Teil A – Vom Wachsen und Werden</b> .....	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
<b>Teil B – Der Prozess des Trauerns anhand eines lebensgeschichtlichen Beispiels</b> .....	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
Evaluiierend-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