

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	7
Teil I: Was wir über den Tod wissen müssen	11
1. Der Umgang mit dem Tod in verschiedenen Kulturen	12
2. Phasen der Trauerverarbeitung	19
3. Wie Kinder trauern	37
4. Die verschiedenen Formen des Verlustes	48
5. Mythen zum Thema Tod	57
6. Tod und Religion	64
7. Die Macht unserer Gedanken	67
Teil II: Konkrete Strategien der Trauerarbeit	74
8. Die Phase des Nicht-Wahrhaben-Wollens Schock und Verleugnung	77
9. Die Phase der aufbrechenden Gefühle Depression und Wut, Schuld, Angst, Einsamkeit, körperliche Reaktionen	85
10. Die Phase der Akzeptanz und Neuorientierung	143
11. Neues Lebenskonzept	177
Schlußwort	181
Literatur	
Organisationen, an die Sie sich wenden können	
Therapeuten	