

# Inhalt

Vorwort .....	10
Einführung .....	12

## 1 Zum Grundverständnis von Pflege

1.1 Grundaufgaben der professionellen Pflege .....	14
1.2 Gesundheit fördern .....	15
1.2.1 Was ist Gesundheit? .....	15
1.2.2 Wie kann Gesundheit gefördert werden? .....	17
1.2.3 Welche Pflege Theorie begründet die Aufgabe der Gesundheitsförderung? .....	19
1.3 Leiden lindern .....	20
1.3.1 Der personenzentrierte Ansatz in der Pflege .....	24
1.3.2 Der leiborientierte Ansatz in der Pflege .....	26
1.3.3 Bindungsangebot .....	29
1.4 Kommunizieren .....	30
1.4.1 Man kann nicht nicht kommunizieren .....	30
1.4.2 Verschiedene Gesprächsanlässe .....	31
1.4.3 Das Kurzgespräch .....	32
1.5 Begegnen .....	36
1.5.1 Begegnungen zwischen zwei Menschen .....	38
1.5.2 Begegnungen sind Resonanzerfahrungen .....	39
1.5.3 Grundhaltungen für Begegnungen .....	41
1.5.4 Ebenen der Begegnung – das Vier-Ohren-Modell .....	42

## 2 Was ist Trauer?

2.1 Trauer ist die Reaktion auf ein Verlusterlebnis .....	45
2.2 Trauer schmerzt .....	49
2.3 Trauer ist ein Heilungsprozess .....	52

2.4 Trauer ist ein Weg .....	54
2.5 Trauer ist keine Krankheit .....	56

### **3 Trauer in der pflegerischen Praxis**

3.1 Trauer wahrnehmen .....	59
3.1.1 Trauer wahrnehmen als Chaos der Gefühle .....	60
3.1.2 Trauer wahrnehmen in den verschiedenen Typologien .....	61
3.1.3 Trauer wahrnehmen durch Körperveränderungen .....	63
3.1.4 Trauer wahrnehmen durch Schmerzausdruck .....	64
3.2 Trauer begegnen .....	66
3.3 Trauer auslösen und zur Sprache bringen .....	68
3.4 Trauer bezeugen und würdigen .....	71
3.4.1 Trauer ist so verschieden wie die Menschen .....	72
3.4.2 Keine Trauer ist weniger schlimm .....	74
3.5 Die Seele schützen .....	76
3.6 Den Anpassungsprozess unterstützen .....	79
3.7 Trösten .....	80
3.7.1 Der Trauer gemeinsam Raum geben .....	82
3.7.2 Trösten über Literatur und Dichtung .....	84
3.7.3 Trösten durch »Erwärmen« .....	84
3.7.4 Trösten durch Hüten und Bergen .....	85
3.7.5 Trösten über den Leib .....	86
3.7.6 Trost in der Religion .....	86
3.8 Trauer bei Angehörigen .....	87
3.8.1 Was Angehörige brauchen .....	87
3.8.2 Den Tod begreifen .....	88
3.8.3 Nachgespräche .....	90
3.9 Trauer bei älteren Menschen .....	91
3.10 Trauer und Demenz .....	93

### **4 Besondere Situationen**

4.1 Trauer und Scham .....	95
4.2 Trauer und Schuld .....	97
4.3 Trauer und Hoffnung .....	99
4.4 Trauer und Sinn .....	103

<b>4.5 Erschwerte Trauer</b> .....	105
4.5.1 Risikofaktoren für erschwerte Trauer .....	106
4.5.2 Erschwerte Trauer erkennen .....	106
4.5.3 Was Pflegepersonen tun können .....	107
<b>4.6 Trauer und Suizidalität</b> .....	108

## **5 Wie kann ich mich auf Trauersituationen vorbereiten?**

5.1 Denkwissen und Erfahrungswissen .....	111
5.2 Mit meinen eigenen Gefühlen zurechtkommen .....	112

Schlussworte .....	116
Literatur .....	118