

Inhalt

Grußwort	7
Einführung	9
1 Was ist Trauer? Welche Formen begegnen uns im Pflegealltag?	11
1.1 Was ist »Trauer« eigentlich?	11
1.1.1 Abschiede und Verluste im Leben	12
1.1.2 Trauermodelle	14
1.2 Trauer – Leben auf schwankendem Grund	19
2 Trauer im Alter – theoretische Annäherung	21
2.1 Fertig werden mit »Immer weniger«	21
2.2 Demenz – wenn alles zerbröselt	24
2.3 Wenn Bindungen verloren gehen	29
2.4 Verlustreicht – der Einzug ins Pflegeheim	33
2.5 Trauernden Angehörigen empathisch begegnen	37
2.5.1 Resilienz-Übung in emotional aufgeladenen Begegnungen	40
2.6 Wünsche am Lebensende – Vorsorge als Sicherheit in schwierigen Momenten	42
2.7 Sterben und Trauer	44
2.7.1 Die Gefühlswelt sterbender alter Menschen	47
2.7.2 Die Gefühlswelt von An- und Zugehörigen am Sterbebett	48
3 Konzeptionelle Gedanken zur Trauerkultur in der Altenhilfe	55
4 Umgang mit Trauer – die praktische Umsetzung	64
4.1 Trauerarbeit in Pflege und Betreuung	64
4.1.1 Verhalten trauernder Menschen in der Eingewöhnungsphase im Pflegeheim	64
4.1.2 Die Eingewöhnungsphase aus psychosozialer Perspektive gut gestalten	66
4.1.3 Kleines Einmaleins der Kommunikation	70
4.1.4 Gespräche mit trauernden Senior*innen führen	74

4.1.5	Einzelbetreuung: Methoden der Trauerarbeit im Pflegealltag	84
4.2	Themen für die zusätzliche Soziale Betreuung (auch in Tagespflegen)	89
4.2.1	Gruppen- und Einzelangebote	90
4.2.2	Texte und Rituale für Trauer-Situationen	98
4.3	Trauerarbeit mit Angehörigen	102
4.3.1	Wenn Angehörige mit der Pflegeeinrichtung vertraut gemacht werden müssen	102
4.3.2	Wenn die Eltern gestorben sind	105
4.3.3	Trauercafé für Angehörige – eingebunden in Quartiersarbeit	109
4.4	Trauerarbeit bei Mitarbeiter*innen	110
4.4.1	Persönliche Trauer im Arbeitsalltag	110
4.4.2	Wenn Kolleg*innen sterben	113
4.4.3	Todesfälle auf Station	113
4.4.4	Die Vorbereitung auf das Unvermeidliche	115
4.4.5	Umgang mit Suizid von Bewohner*innen	120
5	Selbst- und Teamfürsorge im Umgang mit starken Emotionen	122
5.1	So stärken Sie Ihr Selbstwertgefühl	122
5.1.1	Mit diesen Übungen machen Sie sich auf den Weg	123
5.2	Humor als Ressource	124
5.3	Das Wir-Gefühl stärken – Zusammenwachsen für erfolgreiche Pflege, Betreuung und Begleitung	128
5.4	Fazit	130
	Dankes-Nachwort	132
	Checkliste Trauerkultur im Pflegebereich	134
	Trauerrituale im Überblick	136
	Übungen im Überblick	139
	Selbstwertgefühl/Selbstfürsorge	143
	Links zu Texte und Musik zum Abschied	144
	Literatur	145
	Register	147