

# Inhalt

Vorwort	11
1. Trauer	15
1.1 Trauer in den Begegnungen an einem beliebigen Behandlungstag	15
1.2 Zu trauern lernen	17
1.3 Verluste, die Trauer auslösen	18
1.4 Was ist Trauer und was bedeutet trauern	18
1.5 Kulturanthropologische Anmerkungen zur Trauer	20
1.6 John Bowlbys Theorie der Trauer auf dem Boden der Bindungstheorie	25
1.6.1 Die Bindungstheorie	25
1.6.2 Grundlegende Störungen der Bindung	33
2. Angst zu trauern	41
2.1 Verlust und Depression (Pathologische Trauer)	41
2.2 Ausschluss von Informationen aus dem Bewusstsein – Abwehr	44
2.3 Depressive Störung und Kindheitserfahrung	45
2.4 Akute Trauer und Hinweise auf Chronifizierung	45
2.5 Bowlbys Thesen zu den Grundlagen der gestörten Trauer als Depression	46
2.6 Einschätzung der Abwehrprozesse bei Bowlby	46
2.7 Bowlbys Thesen und eigene Erfahrungen	48
3. Psychoanalyse der Trauer und ihrer Störungen – eine Auswahl	49
3.1 Sigmund Freuds »Trauer und Melancholie«	49
3.2 Kleins »depressive Position«, Konzept der Trauer	57

3.3	Stichworte zu Edith Jacobsons Konzept der Depression und Trauer	60
3.4	Zusammenfassung: Psychoanalyse der Trauer	61
3.5	Der psychoanalytische/psychotherapeutische Prozess als Folge von Veränderungskrisen	65
4.	Die Affekte im seelischen Geschehen	66
4.1	Zur psychoanalytischen Theorie der Affekte	66
4.2	Bindung und Erwerb der Affektregulierung	67
4.3	Therapeutischer (psychoanalytischer) Prozess und Affektmuster, Verhaltensmuster und Kognitionsmuster	68
5.	Affekte und Angst zu trauern	72
5.1	Affektregulierung und Trauergeschehen	72
5.2	Arten der Affektregulierung bei Trauer	72
5.3	Affektabwehr im gegenwärtigen Trauergeschehen	74
5.4	Affektregulierung und chronische Depression	75
5.5	Schuldgefühle	76
5.6	Kein Kummer (Gram, Schmerz) um einen Verlust bei den Grundformen gestörter Trauer	76
5.7	Neurotische Symptome, abgewehrte Trauer und Affekte	77
6.	Traueranlässe und Trauerabwehr	81
6.1	Gegenwärtige Traueranlässe vor Beginn einer Behandlung	81
6.2	Traueranlässe im Verlauf einer Psychotherapie – Aufhebung von Amnesien	84
6.3	Traueranlässe im Verlauf einer Psychotherapie – Einsichten	86

7.	Angst zu trauern und neurotische Symptombildungen	90
7.1	Phobie – Herr U.	90
7.2	Zwang und abgewehrte Trauer – Frau L.	93
7.3	Paranoide Ängste und Trauerabwehr – Frau O.	98
7.4	Schizoide Zustände, hysterische Affektverstärkung und Trauerabwehr – Frau N.	102
7.5	Die Schmerzisolierung und Schmerzunterdrückung mit der Folge von medizinisch »unklaren« Schmerzzuständen – Frau I.	109
8.	Angst zu trauern und ihre Überwindung im psychoanalytisch-psychotherapeutischen Prozess	113
8.1	Grundlagen der hier angewandten psychoanalytischen Behandlungstechnik	113
8.1.1	Schwerpunkte der theoretischen Orientierung in der Behandlungstechnik	113
8.1.2	Behandlungstechnik unter Berücksichtigung von Winnicotts Konzept der »Angst vor dem Zusammenbruch«	113
8.1.3	Die Bedeutung der Trauer im Rahmen psychotherapeutischer Behandlungen	114
8.2	Klinische Sequenzen zur Analyse der Angst zu trauern	117
8.2.1	Die Überwindung der Affektunterdrückung bei sehr ausgeprägter Schuldangst – Frau R.	117
8.2.2	Abweisendes Bindungsverhalten im therapeu- tischen Dialog und die Eröffnung von unter- drücktem Schmerz über Unerwünschtheit und Chancen zur Überwindung von Selbstisolierung – Frau D.	148
8.2.3	Leugnung von erlittenem Leid und Affektunterdrückung als Mittel der Trauerabwehr – Frau H.	158

8.2.4	Affektunterdrückung und Dissoziationen als Schutz gegen drohenden Zusammenbruch im Trauerschmerz über Erlittenes – Frau E.	164
9.	Trauer im Zentrum der Behandlung – Frau T.	180
9.1	Das Nachgespräch ein Jahr nach Behandlungsende	225
10.	Ausblick	230
	Anhang	232
	Literatur	234