

Inhalt

Vorwort	7
Einführung	10
1 Begriffsklärungen zum Thema Trauer	16
1.1 »Grief«, »bereavement« und »mourning«	16
1.2 »Normale« Trauer	18
1.3 »Nicht normale« Trauer	20
1.4 Komplizierte Trauer, Störung durch eine anhaltende komplexe Trauerreaktion und Anhaltende Trauerstörung	24
2 Anhaltende Trauerstörung (nach ICD-11)	32
2.1 Diagnose	32
2.2 Abgrenzung zu anderen psychischen Störungen	38
2.3 Diagnostik: Aktueller Stand der Dinge bei Fragebögen zur Anhaltenden Trauerstörung	46
3 Modelle anhaltender Trauer	51
3.1 Das Duale Prozessmodell und das Konzept der Double Awareness	51
3.2 Bindungstheoretische Erkenntnisse im Hinblick auf das Duale Prozessmodell	56
3.3 Zusammenführung wesentlicher Ansätze und Ableitung von Interventionszielen	60
4 Therapieansätze	65
4.1 Kognitive Verhaltenstherapie für Trauernde	66
4.2 Exposition	67
4.3 Family Bereavement Program	70
4.4 Sinnbasierte Trauertherapie	71

4.5 Chronic Grief Management Intervention	72
4.6 Metakognitive Gruppentherapie	73
4.7 Medikamente	76
4.8 Zusammenfassender Ausblick	79
5 Umgang mit der Diagnose Anhaltende Trauerstörung	82
5.1 Wirksamkeitsnachweise von Trauerbegleitung im deutschsprachigen Raum	82
5.2 Trauerbegleitende und Trauerberatende: Haltung und Beziehungsgestaltung	86
5.3 ABCD der Würde	92
5.4 Optimale Versorgungsstrukturen für die Unterstützung Trauernder	99
5.5 Erkennen von Risikofaktoren im Hospiz- und Palliativbereich	102
6 Tipps für Trauerberatende	107
6.1 Eine Anhaltende Trauerstörung erkennen	107
6.2 Trauerberatung und Psychotherapie: Ist beides gleichzeitig möglich?	108
6.3 Wie finde ich geeignete Psychotherapeuten?	109
6.4 Woran erkenne ich, ob Trauernde eine Depression oder eine Posttraumatische Belastungsstörung haben?	110
6.5 Umgang mit Suizidalität	111
6.6 Haltung und Selbstfürsorge	112
7 Ausblick und Dank	114
Literatur	116