



Palliative Versorgung und  
hospizische Begleitung von Menschen  
mit geistiger und schwerer Behinderung

### **Zum Umgang mit dem Material**

Das PiCarDi-Verbundteam hofft, dass das Material für Sie hilfreich ist und Impulse zur Gestaltung der Praxis gibt. Ziel ist es, das Anliegen - die Begleitung von Menschen mit zugeschriebener geistiger Behinderung am Lebensende - gut umzusetzen bzw., bestmöglich zu unterstützen.

Das Material ist eine Auswahl und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Es basiert auf Recherchen und der Auswertung von Literatur sowie den Erhebungen in den PiCarDi-Teilprojekten. Die Materialien wurden inhaltlich passend zu den Empfehlungen ausgewählt und aus allen drei Teilprojekten zusammengetragen, wobei nicht zu allen Aspekten Materialien gefunden werden konnten. Recherchierte und ausgewählte Materialien sind ausdrücklich nicht differenziert durch uns geprüft und bewertet worden und werden daher durch uns auch nicht inhaltlich kommentiert. Daher sind sie nicht als Empfehlung zu verstehen. Zu manchen Aspekten gibt es auch durchaus unterschiedliche Materialien, die sich im Detail oder im generellen Zugang zum Thema unterscheiden. Bitte prüfen Sie selbst, ob die jeweiligen Materialien zu Ihrem Anliegen und zu Ihrer Arbeitsweise passen.

Rückmeldungen nehmen wir gerne auf.

### **Vertiefung „Trauermodelle“**

#### **Was ist hier zu finden?**

Hier finden Sie eine thematische Zusammenfassung zu Trauermodellen als Vertiefung zum Thema. Die Vertiefung beinhaltet zudem Literaturhinweise zu Trauer und Trauerbegleitung sowie zur Entwicklung einer an Adressatinnen und Adressaten orientierten Palliativ- und Trauerkultur in der Einrichtung.

#### **Woher kommt das Material?**

Das Material kommt aus der Internetrecherche und Literaturanalyse.

#### **Wieso haben wir das Material ausgewählt?**

In der gemeinsamen Auseinandersetzung mit den Themen Sterben, Tod und Trauer helfen die Kenntnisse von Trauermodellen und -konzepten dabei, den individuellen Trauerprozess zu verstehen und Impulse in der Trauerbegleitung zu geben. Wichtig ist es hierbei, die aktuellen Modelle zu berücksichtigen.

## 1. Thematische Zusammenfassung von „Trauermodellen zur gemeinsamen Auseinandersetzung“

### Die vier Traueraufgaben nach William Worden (2011)

Quelle der Darstellung: Scholten, Ann-Kathrin (2019): „Und wo ist Mia jetzt?“ Eine Analyse der Lokalisation Verstorbener in aktueller Bilderbuchliteratur zum Themenspektrum „Sterben, Tod und Trauer“ für Vorschulkinder unter besonderer Berücksichtigung der Bedürfnisse trauernder Kinder. Katholische Hochschule NRW, Abteilung Münster [unveröffentlichte Master-Thesis]. 15-17.

*Abdruck mit freundlicher Genehmigung der Autorin.*

„William J. Worden entwickelte auf Grundlage verschiedener empirischer Erkenntnisse, auch zu kindlicher Trauer (z. B. „Harvard Child Bereavement Study“, s.o.), und praktischer Erfahrungen sein Modell der Traueraufgaben (2011, 44f). Er verwendet für die Beschreibung des Trauerprozesses bewusst den Begriff der „Aufgaben“. Seine Wahl für die Beschreibung einzelner Aspekte des Trauerns als Aufgaben liegt darin begründet, dass die Bewältigung von Aufgaben aktive Gestaltungsmöglichkeiten für das Individuum impliziert. Dies bedeutet für Trauernde, dass sie selbst dazu beitragen können, diese schwierige Lebenssituation zu verarbeiten und den Verlust in das Leben zu integrieren. Trauer wird nicht passiv erlitten, sondern aktiv bewältigt. Die häufig durch den Tod eines nahestehenden Menschen hervorgerufenen Gefühle von Ohnmacht und Hilflosigkeit können gemindert werden, wenn Trauernden die Zuversicht vermittelt wird, ihren individuellen Trauerprozess gestalten zu können. Darüber hinaus ist die Annahme von Beeinflussbarkeit des Trauerprozesses eng mit Möglichkeiten der Unterstützung verknüpft. Wenn Trauer aktiv gestaltbar ist, dann können Menschen aus dem Umfeld der trauernden Person sowie professionell Tätige Angebote zur Unterstützung und zum Finden individuell passender Wege und Mittel des Trauerausdrucks machen und auf diese Weise die Bewältigung der Trauer unterstützen (vgl. ebd.). Worden geht davon aus, dass vier Aufgaben zu bewältigen sind, um den Tod eines geliebten Menschen in das eigene Leben zu integrieren. Dabei müssen alle Aufgaben durch die trauernde Person bewältigt werden, wenngleich Art und Weise sowie Intensität der Verarbeitung der einzelnen Aufgaben höchst individuell sind. Eine feste Reihenfolge der einzelnen Aufgaben gibt es laut Worden nicht, allerdings geben die Inhalte/ Definitionen einen gewissen Aufbau aufeinander vor. So kann beispielsweise eine Verarbeitung des Schmerzes über den Verlust nicht gelingen, wenn die trauernde Person die Realität des Todes noch nicht anerkennen kann (vgl. ebd.). Die vier Traueraufgaben lassen sich wie folgt skizzieren:

#### Aufgabe I: „Den Verlust als Realität akzeptieren“

Die erste Traueraufgabe ist nach Worden dadurch gekennzeichnet, den Tod der geliebten Person als real und endgültig anzuerkennen. Dazu gehört zu erfassen, dass

der\*die Verstorbene nicht mehr in dieses Leben zurückkehren wird und ein Wiedersehen in dieser Dimension unmöglich ist (vgl. a.a.O., 45). Die Realität des Verlusts muss auf kognitiver und emotionaler Ebene integriert werden und dies braucht individuell unterschiedliche Zeiträume. Viele Trauernde erleben die Teilnahme an klassischen Abschiedsritualen wie der Beerdigung als sehr hilfreich für das Erfassen des Verlusts (vgl. a.a.O., 48f).

#### Aufgabe II: „Den Schmerz verarbeiten“

Das Verarbeiten des Schmerzes nach dem Verlust einer nahestehenden Person ist Kernaspekt der zweiten Traueraufgabe nach Worden. Dieser Schmerz beinhaltet emotionale, körperliche und verhaltensspezifische Komponenten wie Traurigkeit, Angst, Wut, Druck im Magen, Beklemmung in der Brust, Energielosigkeit, Appetitlosigkeit, sozialen Rückzug und Zerstreuung (vgl. a.a.O., 48f für differenzierte Darstellung a.a.O., 26-39 und 51f).

#### Aufgabe III: „Sich an eine Welt ohne die verstorbene Person anpassen“

Zentral für die Bewältigung der dritten Traueraufgabe ist laut Worden die Anpassung an eine Welt und ein Leben ohne die verstorbene Person. Dazu sind Anpassungsleistungen auf drei Ebenen notwendig:

- „externe Anpassung – die Auswirkungen des Verlusts auf die Bewältigung des Alltags,
- interne Anpassung – die Auswirkungen des Verlusts auf das Gefühl für das eigene Selbst und
- spirituelle Anpassung – die Auswirkungen des Verlusts auf die eigenen Überzeugungen, Wertvorstellungen und Annahmen über die Welt.“ (Worden 2011, 52).

#### Aufgabe IV: „Eine dauerhafte Verbindung zu der verstorbenen Person inmitten des Aufbruchs in ein neues Leben finden“

Die vierte Traueraufgabe, welche von Worden beschrieben wird, ist durch eine neue Gestaltung der Beziehung zur verstorbenen Person gekennzeichnet. Trauernde Menschen brauchen Möglichkeiten der Erinnerung und einen (inneren und/ oder äußeren) Ort für die verstorbene Person, der eine Aufrechterhaltung der Verbindung ermöglicht. Auf diese Weise können die Trauernden, unter Versicherung der bleibenden Präsenz des geliebten Menschen, frei werden für eine Orientierung auf die Zukunft ohne die verstorbene Person und für das Eingehen neuer Beziehungen (vgl. a.a.O., 57f). Eine wesentliche Erkenntnis aus der vierten Traueraufgabe ist für Trauernde, dass die Liebe zur verstorbenen Person nach deren Tod nicht durch die Liebe zu einer anderen Person aufgelöst werden kann und es möglich ist, neu zu lieben, ohne den\*die Verstorbene zu vergessen/ in ihrer Bedeutung für das eigene Leben zu negieren. Wenn es den Trauernden nicht gelingt, eine solche neu verortete

Beziehung zur verstorbenen Person aufzubauen, ist häufig ein Rückzug aus dem aktiven Leben zu beobachten. Sie können keine neuen Beziehungen eingehen und bleiben auf diese Weise in der Vergangenheit mit dem verstorbenen Menschen zurück, die die Gestaltung zufriedenstellender Zukunftsperspektiven verhindert (vgl. a.a.O., 58).“ (Scholten 2019, 15-17)

Zur Darstellung benutzte Quelle: Worden, William J. (2011): Beratung und Therapie in Trauerfällen. Ein Handbuch. Bern: Verlag Hans Huber.

### **1) Das Kaleidoskop des Trauerns nach Chris Paul (2017)**

Quelle der Darstellung: Scholten, Ann-Kathrin (2019): „Und wo ist Mia jetzt?“ Eine Analyse der Lokalisation Verstorbener in aktueller Bilderbuchliteratur zum Themenspektrum „Sterben, Tod und Trauer“ für Vorschulkinder unter besonderer Berücksichtigung der Bedürfnisse trauernder Kinder. Katholische Hochschule NRW, Abteilung Münster [unveröffentlichte Master-Thesis]. 17-19. Abdruck mit freundlicher Genehmigung der Autorin.

#### **„2.1.2. Das Kaleidoskop des Trauerns nach Chris Paul**

Chris Paul nutzt für die Beschreibung des Trauerprozesses das Bild eines Kaleidoskops mit sechs verschiedenfarbigen Trauerfacetten, die wie folgt benannt sind: Überleben, Wirklichkeit, Gefühle, Sich anpassen, Verbunden bleiben, Einordnen (vgl. Paul 2017, 13). Sie entwickelte dieses Modell auf Grundlage ihrer praktischen Erfahrungen als Trauerbegleiterin. Das Bild des Kaleidoskops wurde gewählt, um zu verdeutlichen, dass alle Facetten des Trauerprozesses von Beginn an bei allen Trauernden präsent sind, sich aber in der Intensität ihres Auftretens unterscheiden. Diese Unterschiedlichkeit der Präsenz verschiedener Facetten bezieht sich sowohl auf den Trauerprozess eines Menschen über die Zeit hinweg als auch auf Trauerprozesse verschiedener Menschen. Da jeder Mensch höchst individuell um einen geliebten Menschen trauert, zeigen sich auch die verschiedenen Facetten des Kaleidoskops in vielfältiger Ausprägung. Paul wendet sich bewusst davon ab, dass der Trauerprozess einem relativ linearen Ablauf von Phasen oder Aufgaben folgt, sondern sie postuliert, dass sich verschiedene Facetten des Trauerns in Überlappung miteinander zeigen und diese in unterschiedlichen Kombinationen miteinander präsent werden. Zudem beschreibt sie eine Wiederholung der Bearbeitung einzelner Facetten über die Zeit hinweg als wesentlicher Aspekt des Trauerns, sodass über den gesamten Prozess hinweg alle Facetten bedeutsam bleiben (vgl. a.a.O., 10f). Nachfolgend werden die sechs Trauerfacetten nach Paul skizziert. Da die Facetten nicht aufeinander aufbauen, kann die Reihenfolge der Darstellung als beliebig betrachtet werden, sie orientiert sich an Pauls Ausführungen.

### Trauerfacette „Überleben“

Die Trauerfacette „Überleben“ ist nach Paul durch Aktivitäten des\*der Trauernden gekennzeichnet, um den intensiven Verlustschmerz auszuhalten, zu atmen und weiterzuleben. Diese Aktivitäten sind individuell sehr unterschiedlich und können beispielsweise das Suchen nach Nähe, Musizieren, Ablenken, Aggression, Verstummen, Arbeiten oder Erinnerung an die Vergangenheit sein (vgl. a.a.O., 14).

### Trauerfacette „Wirklichkeit begreifen“

Das Erkennen der Realität des Verlusts und das Begreifen, dass der Tod des geliebten Menschen endgültig und unumkehrbar ist, ist zentraler Aspekt der Trauerfacette „Wirklichkeit begreifen“. Damit einher geht das Bewusstsein dafür, dass ein Wiedersehen des\*der Verstorbenen in diesem Leben nicht mehr möglich ist. Nach Paul wirft dieses Begreifen auch Fragen nach einem „Leben nach dem Tod“ auf und Vorstellungen über die Verortung Verstorbener nach dem Tod können helfen, dessen Realität anzunehmen (vgl. a.a.O., 15f).

### Trauerfacette „Gefühle“

Trauer geht mit einer Vielzahl an Gefühlen einher, die Anerkennung und Ausdruck bedürfen. Diese Gefühle und die aktive Auseinandersetzung mit ihnen sind nach Paul Inhalte der gleichnamigen Trauerfacette. Sie zeigen sich beispielsweise als Verzweiflung, Wut, Ohnmacht, Angst, Schmerz, Neid, Dankbarkeit, Sehnsucht oder Liebe. Darüber hinaus können sich Gefühle und Seelenschmerz ebenso in körperlichen Symptomen wie Bauch- und Kopfschmerzen, Atemnot oder Herzstolpern zeigen (vgl. a.a.O., 16f).

### Trauerfacette „Sich anpassen“

Der Tod eines nahestehenden Menschen verändert das eigene Leben und den eigenen Alltag. Oftmals wird es notwendig, den Tagesablauf neu zu gestalten und Rollen/ Aufgaben des\*der Verstorbenen zu übernehmen/ neu zu verteilen/ auf sie zu verzichten. Die Leistung Trauernder, sich auf einen Alltag ohne die verstorbene Person einzustellen, wird von Paul als Trauerfacette „Sich anpassen“ bezeichnet. Darüber hinaus beinhaltet diese Trauerfacette auch die Anpassung an veränderte Reaktionen der Menschen in der Umwelt des\*der Trauernden, die beispielsweise durch Rückzug, besonders starke Präsenz oder Erteilen von Ratschlägen geprägt sein können (vgl. a.a.O., 18).

### Trauerfacette „Verbunden bleiben“

Die Trauerfacette „Verbunden bleiben“ ist laut Paul durch die Neuorganisation einer Beziehung zum verstorbenen Menschen gekennzeichnet. Nach dem Tod einer Person müssen die Trauernden auf alle körpergebundenen gemeinsamen Aktivitäten verzichten, dazu zählen Blicke und Berührungen ebenso wie Unternehmungen. Es bleiben Möglichkeiten innerer Verbundenheit wie Erinnerungen und Anekdoten des gemeinsamen Lebens, die die Beziehung zum\*zur Verstorbenen aufrechterhalten und schützen können. Gefühle von unterstützender und freundlicher Präsenz im eigenen

Leben, beispielsweise als Schutzengel, haben das Potential, die innere Verbindung zu stärken. Weiterhin beinhaltet diese Trauerfacette die Auseinandersetzung mit allen Eigenschaften der verstorbenen Person, den positiven wie negativen. Als wesentlich für Trauernde kann vor diesem Hintergrund „das Suchen nach dem, was bleiben soll, und dem, was in den Hintergrund treten kann“ (a.a.O., 20) beschrieben werden. Es kann laut Paul davon ausgegangen werden, dass Trauernde, die eine positive Beziehung zum geliebten verstorbenen Menschen aufrechterhalten können, frei für die Zukunft und für Beziehungen zu anderen Menschen werden (vgl. a.a.O., 19f). Ebenso kann es Trauernden aus ihrer Erfahrung heraus eher gelingen, selbst wieder Glück zu erleben und ein Leben in Frieden zu gestalten, wenn sie verstorbene nahestehende Menschen an hellen/ liebevollen Orten verorten, die ebenfalls mit Glück und Frieden assoziiert sind (vgl. Paul 2018, 104).

### Trauerfacette „Einordnen“

Im Rahmen der Trauerfacette „Einordnen“ sind Trauernde nach Paul vor die Anforderung gestellt, den Tod des geliebten Menschen in ihre Denkmodelle einzuordnen, nach dessen Sinn und dem eigenen Lebenssinn zu suchen und die eigenen Grundannahmen über das Leben zu überprüfen. Gelingt es, Freude und Leid nebeneinander zu denken und den Tod als ein trauriges Ereignis des eigenen Lebens neben anderen traurigen und freudigen Erlebnissen einzuordnen, ist eine positive Ausrichtung auf die Zukunft leichter möglich (vgl. a.a.O., 20f).“ (Scholten 2019, 17-19)

In der Darstellung genutzte Quelle: Paul, Chris (2017): Ich lebe mit meiner Trauer. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus.

## **2) Der Sterbeprozess nach Senckel (2006) (in Anlehnung an Kübler-Ross)**

Quelle der Darstellung: Senckel, Barbara (2006): Mit geistig Behinderten leben und arbeiten. München: Beck, S. 128-132.

Senckel beschreibt fünf Phasen des Sterbeprozesses. Sie bezieht sich auf das Modell der Sterbephasen nach Kübler-Ross und überträgt und modifiziert diese hinsichtlich des Erlebens des Sterbeprozesses bei Menschen mit geistiger Behinderung und der Aufgaben und Kompetenzen begleitender Personen. Die Phasen sind nicht als nacheinander zu überwindende Stufen zu verstehen, sondern beschreiben einen zirkulären Sterbeprozess, bei dem immer wieder auf vorangegangene und noch ausstehende Phasen zurück- bzw. vorgegriffen werden kann.

1.Phase: Verleugnung (128-129)

- Verleugnung der unheilbaren Krankheit zum Schutz
- Auslöschung der eigenen Existenz ist für das menschliche Bewusstsein unvorstellbar
- Mensch muss sich langsam an den Gedanken seines Ablebens gewöhnen
- unterbewusst setzt er sich trotz der Verleugnung mit seinem Zustand auseinander
- wenn der Mensch genug Stärke gegenüber des Sachverhaltes gewonnen hat, muss er die
- Verleugnung nicht mehr aufrechterhalten (bewusste Wahrnehmung des Zustandes)
- Aufgaben und Kompetenzen der begleitenden Personen (Mitarbeitende/Angehörige):
  - Annahme des Verhaltens und widersprüchlicher Äußerungen
  - Auseinandersetzung mit Gefühlslagen, sofern Bereitschaft des Patienten vorhanden; auf Andeutungen der inneren Befindlichkeit behutsam eingehen
  - Respektierung der Verleugnung

2. Phase: Zorn (129-130)

- Bewusstsein durch Wissen der Unabänderlichkeit der Krankheit löst Gefühlsreaktionen aus
- Anerkennung der Tatsachen steht der Auflehnung gegen das Schicksal entgegen
- Angst und Auflehnung aktivieren Kraft -> Lebenswille
- Aufgaben und Kompetenzen der begleitenden Personen (Mitarbeitende/Angehörige):
  - Anerkennung der Notwendigkeit des Zorns
  - keine persönliche Wertung
  - Verbalisierung der Härte des Kampfes mit dem Schicksal

3. Phase: Verhandlung (130-131)

- Vernunft kehrt zurück: Anerkennung und Annahme des Zustandes
- Annahme des baldigen Endes
- Wunsch sowie Bereitschaft zum zeitlichen Aufschub
- Verhandlung: Einsicht und vernunftgesteuerte Akzeptanz vs. Hoffnung
- Gefühl, Wesentliches im Leben versäumt zu haben (Defizite durch Rückblick)
- Aufgaben und Kompetenzen der begleitenden Personen (Mitarbeitende/Angehörige):
  - neutrale Haltung: weder Hoffnung einschränken, noch Hoffnung nehmen

## Themenfeld: „Auseinandersetzung mit den Themen Sterben, Tod und Trauer“

- Wachsamkeit gegenüber Rückblicken, Möglichkeit zur Entlastung von Schuldgefühle

### 4. Phase: Depression (131)

- Niedergeschlagenheit auf Grund von zurückliegender Verluste oder dem künftigen Verlust
- Aufgaben und Kompetenzen begleitender Personen (Mitarbeitende/Angehörige):
  - Gespräche über Versäumnisse und Zweifel
  - konkrete Maßnahmen (Notarzttermin, Benachrichtigung von Bezugspersonen)
  - mitfühlende Präsenz
  - Schweigen von Bedeutung: "Das gemeinsame Schweigen gewinnt als verstehende Nähe zunehmend an Bedeutung." (131)

### 5. Phase: Zustimmung (131-132)

- Überwindung der Schuldgefühle
- Annahme der Ohnmacht über die Krankheit
- Loslassen der Sorgen gegenüber Angehörigen
- Aufgeben von Wünschen an das Leben
- Hinnahme des drohenden Verlustes
- Aufgaben und Kompetenzen begleitender Personen (Mitarbeitende/Angehörige):
  - Gegenwart eines vertrauten Menschen
  - nonverbale Kommunikation

### Weiterführende Anmerkungen zum Sterbeprozess geistig behinderter Menschen (132)

- mit wachsendem Grad der Behinderung verringert sich die Bewusstwerdung der Phasen  
→ nonverbale Kommunikation ist hier von Bedeutung
- Formen, Erleben und Verarbeitung schwindender Lebensmöglichkeiten bei Menschen mit Behinderung ebenso ausgeprägt
- Aufgaben und Kompetenzen begleitender Personen (Mitarbeitende/Angehörige):
  - verstehendes Annehmen
  - Spiegeln emotionaler Erlebnisinhalte
  - gegenwärtige- und emotionale Zuwendung

### Zu den Sterbephasen nach Kübler-Ross:

Kübler-Ross, Elisabeth (42012): Interviews mit Sterbenden. Stuttgart: Kreuz.

### 3) Vier Phasen der Trauer nach Verena Kast (1992)

Quelle der Darstellung: Schmidt, Thomas (2012): Ein Leben ohne Dich. Die Trauer von erwachsenen Menschen mit geistiger Behinderung. Saarbrücken: AkademikerVerlag GmbH & Co. KG.

#### Modell des Trauerprozesses nach Verena Kast (16-18)

Die Psychotherapeutin Verena Kast lehnt sich mit ihrem Modell stark an das 5-Phasenmodell nach Kübler-Ross an (Schmidt 2012, 16). Sie beschreibt vier Phasen des Trauerprozesses

##### Phase 1: Phase des Nicht-wahrhaben-Wollens

Die Phase ist gekennzeichnet von dem Verleugnen des Verlustes, Trauer und Angst sind noch erträglich, was die Trauernden vor einem möglichen Zusammenbruch schützt. Die Trauernden erkennen die Tragweite des Verlustes noch nicht vollständig und erstarren unter den starken Gefühlen (vgl. Schmidt 2012, 16).

##### Phase 2: Phase der aufbrechenden Emotionen

In der Phase zeigt sich ein stetiger Wechsel sich widersprechender Gefühle wie Traurigkeit, Freude, Zorn, Angst und Ruhelosigkeit. Die Gefühle stehen in Zusammenhang mit der Beziehung zum\* zur Verstorbenen. Besteht eine ungeklärte Beziehung zu dem\* der Verstorbenen und hatten die Trauernden nicht die Möglichkeit, sich zu verabschieden, so können Schuldgefühle oder Depressionen auftreten. Auch Symptome wie Schlafstörungen, Herzrasen und Schwindel können auftreten (vgl. Schmidt 2012, 16/17)

##### Phase 3: Phase des Suchens und Sich-Trennens

Der oder die Verstorbene tritt in Phantasien und Träumen der Hinterbliebenen auf und wird an Orten gesucht, die die Hinterbliebenen mit dem gestorbenen Menschen verbinden. Es kann vorkommen, dass der oder die Verstorbene zu einem „inneren Begleiter“ wird. In dieser Phase gilt es für Hinterbliebene die Phantasien von der Realität perspektivisch zu unterscheiden. Gelingt eine Trennung nicht, kann dies dazu führen, dass Hinterbliebene keine Veränderungen der Rahmenbedingungen zulassen, die mit dem\* der Verstorbenen verknüpft werden (vgl. Schmidt 2012, 17).

##### Phase 4: Phase des neuen Selbst- und Weltbezugs

Die letzte Phase ist durch die Akzeptanz des Verlustes gekennzeichnet, welche mit einer Anerkennung der neuen, veränderten Realität einhergeht. Die Hinterbliebenen entwickeln ein Leben ohne den\* die Verstorbenen. Dabei bleibt der Schmerz des Verlustes bestehen, wird jedoch durch das Knüpfen neuer Beziehungen gemindert und als Möglichkeit zur Veränderung angenommen (vgl. Schmidt 2012, 17/18).

#### 4) Das duale Prozessmodell nach Müller & Willmann (2016)

Quelle der Darstellung: Müller, Heidi; Willmann, Hildegard; Schut, Henk (2016):  
Trauer: Forschung und Praxis verbinden. Zusammenhänge verstehen und nutzen.  
Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

- das Duale Prozessmodell ist eine weitreichendere Systematik zur Beschreibung von Verlustprozessen (62)
- es berücksichtigt die verschiedenen Belastungen durch einen Verlust (62)
- das Modell unterscheidet zwischen zwei Arten von Stress, den die Betroffenen bewältigen müssen: **verlustbezogene und wiederherstellungsbezogene Stressoren**
  - Verlustbezogene Stressoren (Verlustorientiertes Verarbeiten): haben unmittelbar mit dem Verlust und die Bindung an die gestorbene Person zu tun
  - Wiederherstellungsbezogene Stressoren (Wiederherstellungsorientiertes Bewältigen): entstehen als Folge des Verlustes, weil das Leben weitergeht und ohne den Verstorbenen bewältigt werden muss (z.B. Versorgung der Kinder)
- zur Bewältigung haben Betroffene zwei Strategien: die **emotions- sowie die problemorientierte Strategie** (49)
  - emotionsorientierte Bewältigungsstrategien: Bewältigung, Regulation, Dosierung von Gefühlen wie Angst oder Wut
  - problemorientierte Bewältigungsstrategien: Veränderung der belastenden Situation selbst
- entscheidender Vorgang für die „erfolgreiche“ Verlustbewältigung ist das Pendeln (Oszillieren) zwischen den Stressoren  
→ Betroffene können sich immer nur einem Stressor beschäftigen, entweder mit dem Verlust an sich oder mit der Neugestaltung des Lebens, eines von beiden wird also immer hintenangestellt (50)
  - es gehört zum normalen Trauerprozess, dass Menschen hin und herpendeln zwischen Zeiten, in denen sie sich mit dem Verlust beschäftigen und Zeiten, in denen sie sich mit der Neugestaltung beschäftigen
  - Probleme entstehen dann, wenn einem Bereich dauerhaft zu viel Aufmerksamkeit geschenkt wird
  - wie viel Zeit sich ein Mensch einem der beiden Bereiche widmet, ist kulturell und individuell unterschiedlich
- auch ein Pendeln zwischen emotions- und problemorientierten Strategien ist sinnvoll (50)
- „Betroffene brauchen Pausen von ihrer Trauer. Verdrängung und Vermeidung haben in diesem Rahmen eine sinnvolle Funktion.“ (Müller/Willmann 2016, 52)
- Wenn Betroffene in ihrem Trauerprozess für sich eine gute Balance zwischen Verlustbewältigung und Hinwendung zu den Aufgaben im neuen Leben finden, dann werden sie einen Verlust auch ‚gut‘ verarbeiten“ (Müller/Willmann 2016, 51)

- professionelle Hilfe ist dann nötig, wenn Bewältigungsstrategien sehr oder ausschließlich einseitig sind, also Menschen sich z.B. nur mit dem Verlust und nicht mit einer Neugestaltung des Lebens beschäftigen (vgl. 62)

## **2. Internetressourcen und Literatur**

### **Trauer und Trauerbegleitung**

- Beuers, Christoph (2009): Jeder Tag ein ganzes Leben. Spirituelle Impulse und Anregungen zur Begleitung von sterbenden und trauernden Menschen mit geistiger Behinderung. München: Deutscher Katechetenverein.
- Franke, Evelyn (2012): Anders leben - anders sterben-Gespräche mit Menschen mit geistiger Behinderung über Sterben, Tod und Trauer. Wien: Springer.
- Heppenheimer, Hans (2014): Trauer Kultur. Entwicklung einer Trauerkultur in einer Einrichtung für Menschen mit geistiger Behinderung am Beispiel Mariaberg. In: Bruhn, Ramona (Hrsg.). Palliative Care für Menschen mit geistiger Behinderung. Stuttgart: Kohlhammer, S. 180-185.
- Heppenheimer, Hans (2011): Emotionale Kompetenz und Trauer bei Menschen mit geistiger Behinderung. Stuttgart: Kohlhammer Verlag.
- Heppenheimer, Hans; Sperl, Ingo (2012): Anders trauern. Neue Wege des Trauerns für Menschen mit geistiger Behinderung. Freiburg, Br.: Kreuz Verlag.
- Kübler-Ross, Elisabeth (2012): Interviews mit Sterbenden. Stuttgart: Kreuz.
- Luchterhand, Charlene; Murphy, Nancy; Humbert, Regina (2010): Wenn Menschen mit geistiger Behinderung trauern. Vorschläge zur Unterstützung. Weinheim: Juventa.
- Müller, Heidi; Willmann, Hildegard; Schut, Henk (2016): Trauer: Forschung und Praxis verbinden. Zusammenhänge verstehen und nutzen. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Neubert, Iris (2016): Trauerarbeit in einem Wohnheim mit geistig- und mehrfachbehinderten Menschen im Landkreis Mittelsachsen. Hochschule Mittweida, Fakultät Soziale Arbeit. [Bachelor-Thesis]. Online verfügbar unter: <https://monami.hs-mittweida.de/frontdoor/deliver/index/docId/8031/file/Bachelorarbeit+Iris+Neubert.pdf> (zuletzt geprüft am 05.01.2021)
- Paul, Chris (2017): Ich lebe mit meiner Trauer. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus.
- Schmidt, Thomas (2012): Ein Leben ohne Dich. Die Trauer von erwachsenen Menschen mit geistiger Behinderung. Saarbrücken: AV Akademikerverlag.

## **Themenfeld: „Auseinandersetzung mit den Themen Sterben, Tod und Trauer“**

- Senckel, Barbara (2006): Mit geistig behinderten leben und arbeiten. München: Beck, S. 128-132.
- Stauber, Käthy (2008): Geistig behinderte Menschen trauern - anders? In: Fässler-Weibel, Peter (Hrsg.): Wer weiß denn, dass ich traurig bin? Trauern mit geistig behinderten Menschen. Freiburg, Schweiz, Winterthur: Paulusverlag, S. 152–163.
- Taube, Dörte; Voller, Wiebke (2013): Der Trauer einen Raum geben. In: Das Band. Zeitschrift des Bundesverbandes für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V., S. 24–25.
- Wissert, Michael (2017): Trauer - Trauernde - Soziale Arbeit. In: Die hospiz zeitschrift, Jg. 73, H. 2, S.18–23.
- Wittkowski, Joachim (2003): Sterben, Tod und Trauer. Grundlagen, Methoden, Anwendungsfelder. Stuttgart: Kohlhammer.
- Worden, William J. (2011): Beratung und Therapie in Trauerfällen. Ein Handbuch. Bern: Verlag HansHuber.
- Zabel, Martina (2013): Trauer- und Sterbebegleitung in Wohneinrichtungen. In: Teilhabe, Jg. 52, S. 133–138.

### **Entwicklung einer an Adressatinnen und Adressaten orientierten Palliativ- und Trauerkultur in der Einrichtung**

- Ansprechstelle im Land NRW zur Palliativversorgung, Hospizarbeit und Angehörigenbegleitung (ALPHA NRW) (2016): Gemeinsam auf dem Weg. Hospizkultur und Palliativversorgung in Einrichtungen der Behindertenhilfe. Eine Broschüre für Mitarbeiterinnen, Mitarbeiter und Angehörige. Münster. Online verfügbar unter: <https://alpha-nrw.de/wp-content/uploads/2019/04/gemeinsam-auf-dem-weg.pdf> (zuletzt geprüft am 05.01.2021)
- Broschüre Palliative Care und Hospizarbeit in der Behindertenhilfe des Bayrischen Staatsministeriums für Arbeit und Soziales, Familie und Integration; Bayrischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege (2017): Palliative Care und Hospizarbeit in der Behindertenhilfe. Rahmenkonzept.
- Dingerkus, Gerlinde; Schlottbohn, Birgitt (2002): Den letzten Weg gemeinsam gehen. Sterben, Tod und Trauer in Wohneinrichtungen für Menschen mit geistigen Behinderungen. (Ansprechstelle im Land NRW zur Palliativversorgung, Hospizarbeit und Angehörigenbegleitung (ALPHA NRW))
- Hartmann, Barbara: Leben bis zuletzt – dort, wo ich zu Hause bin. Verkürzte Fassung des Konzepts zur Implementierung einer Hospizkultur und palliativen

**Themenfeld: „Auseinandersetzung mit den Themen Sterben, Tod und Trauer“**

Kompetenz in Einrichtungen der Eingliederungshilfe. Kurzfassung online verfügbar unter:

[https://www.dgpalliativmedizin.de/images/Konzept\\_Kurzfassung\\_2018.pdf](https://www.dgpalliativmedizin.de/images/Konzept_Kurzfassung_2018.pdf)

(zuletzt geprüft am 05.01.2021)

Heppenheimer, Hans (2014): Trauer Kultur. Entwicklung einer Trauerkultur in einer Einrichtung für Menschen mit geistiger Behinderung am Beispiel Mariaberg. In: Bruhn, Ramona (Hrsg.). Palliative Care für Menschen mit geistiger Behinderung. Stuttgart: Kohlhammer, S. 180-185.