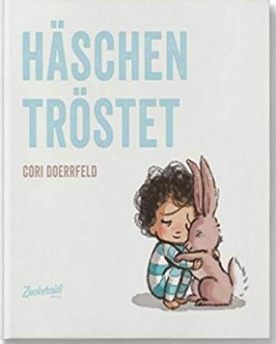



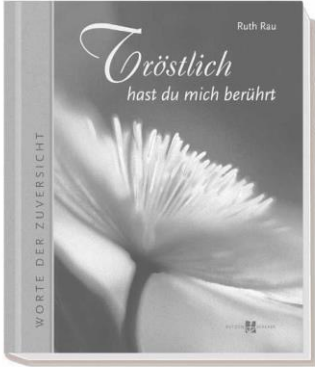

Literaturliste zum Thema Tod und Trauer

Trauer allgemein/Trauerbewältigung

	<p>Trauer erschließen: Eine Tafel der Gezeiten ISBN-10: 3941251392 ISBN-13: 978-3941251397</p> <p>Margarete Heitkönig-Wilp (Herausgeber), Ruthmarijke Smeding (Autor) 2010</p> <p>Ruthmarijke Smeding stellt hier erstmals in Deutschland ihr Modell der Trauer und der Trauerbewältigung mit ihrer ersten umfassenden Buchpublikation vor. Sie ist wohl national und international die bedeutendste Fachfrau in allen Fragen und Theorien rund um die Trauerbewältigung. Wird von dem Bundesverband der Hospize in Deutschland (Deutscher Hospiz- und PalliativVerband e.V.) zu Schulungszwecken empfohlen.</p> <p>RPS-Bib. Nr. 3.4.5-9Ro</p>
	<p>Du bleibst in meinem Herzen: Wie Sie Trauer verstehen und bewältigen – Das Handbuch der Trauerbewältigung ISBN-10: 3982193516 ISBN-13: 978-3982193519 Astrid Laub (Autor) 2020</p> <p>Der Tod eines geliebten Menschen oder Tieres kann eine ganze Welt zum Einstürzen bringen. Oft fühlen wir uns traurig, einsam und verzweifelt. Wie eine Welle stürzen alle möglichen Gefühle auf uns ein.</p> <ul style="list-style-type: none">• Wie Sie damit umgehen sollen, wenn Jemand stirbt• Welche Übungen und Rituale in der Trauerbewältigung wichtig sind• Wie Sie es schaffen die Trauer zu überwinden• Auf was Sie bei achten müssen, wenn Sie um einen Menschen trauern

	<p>Häschen tröstet: Kindern zuhören & Beistand leisten. Sensibles Kinderbuch über Gefühle und den Umgang mit Wut und Trauer. Bilderbuch ab 4 Jahren</p> <p>ISBN-10: 398213790X ISBN-13: 978-3982137902</p> <p>Corri Doerrfeld (Autor u. Illustrator) 2019</p> <p>Charlie baut einen Turm aus Bauklötzen, doch plötzlich stürzt er ein! Erst war Charlie stolz, jetzt ist das Kind traurig. Ein Freund nach dem anderen probiert Charlie mit guten Ratschlägen aufzumuntern. Doch nichts hilft. Bis ein kleiner Hase auftaucht und sich still zu dem Kind setzt – und Charlie all die Gedanken und Gefühle ordnen kann.</p> <p>Bestseller-Autorin Cori Doerrfeld zeigt in diesem Kinderbuch, wie man mit Frust, Schmerz und Verlust umgeht. Eine rührende und feinfühlig Freundschaftsgeschichte, die Kindern Trost spendet und emotionale Kompetenzen fördert.</p> <p>– Der New York Times Kinderbuch-Bestseller in deutscher Sprache</p>
	<p>Trauern: Phasen und Chancen des psychischen Prozesses</p> <p>ISBN-10: 3451612364 ISBN-13: 978-3451612367</p> <p>Verena Kast (Autor) 2013</p> <p>Trauer ist ein natürlicher Weg der Psyche, den tödlichen Verlust einer Beziehung zu verarbeiten und zu überwinden. Verena Kast hilft Trauernden, sich im Chaos der Gefühle zurechtzufinden und zeigt ihnen eine Perspektive, wie sie den Verlust des geliebten Menschen schließlich überwinden können.</p> <p>RPS-Bib. Nr. 3.4.5 – 10</p>

	<p>Bis wir uns im Himmel wiedersehen ISBN-10: 978345161426 ISBN-13: 978-3451614026</p> <p>Anselm Grün (Autor), <u>Walter Tockner</u> (Fotograf) 2016</p> <p>Zeit der Trauer – Zeit des Werdens. Der Abschied von einem geliebten Menschen scheint auch für Trauernde das Ende des eigenen Lebens zu sein. Die Zeit danach ist schwer. Pater Anselm kennt aus seiner eigenen Erfahrung als Seelsorger diesen Schmerz. Durch seine Anteil nehmenden und tröstenden Worte finden Trauernde in diesem Buch eine Hilfestellung, um ihren Verlust zu verarbeiten und zum Leben zurückzukehren.</p>
	<p>Meine Trauer wird dich finden: Ein neuer Ansatz in der Trauerarbeit ISBN-10: 3451600455 ISBN-13: 978-3451600456 Roland Kachler (Autor) 2017</p> <p>Der führende Trauerexperte Roland Kachler hat nach dem Unfalltod seines 16-jährigen Sohnes einen neuen Weg der Trauerbewältigung gesucht und gefunden. Statt den Verstorbenen »loszulassen«, zielt die Methode des Autors darauf, die Liebe für den Verstorbenen so zu bewahren, dass eine liebevolle innere Beziehung entstehen kann und auch wieder Glück erlebt werden darf. Die praktischen Übungen, Hinweise und Tipps am Ende jedes Kapitels helfen, diesen neuen Weg zu gehen. Roland Kachler hat sein seit vielen Jahren erfolgreiches Buch aktualisiert und neu bearbeitet. »Der Tod beendet das Leben, aber nicht die Liebe! Die Trauer zeigt, wie sehr wir den Verstorbenen liebten und immer noch lieben. Die Trauer will, dass die Liebe weitergeht – über den Tod des geliebten Menschen hinaus. Nicht zum Loslassen, sondern zum Lieben will dieses Buch ermutigen und begleiten. Der Verstorbene bleibt eine wichtige, geliebte Person im Leben des Hinterbliebenen. Dabei wissen Trauernde sehr genau, dass die Liebe eine neue Ausdrucksweise braucht. Die Trauer ist das Gefühl, das uns hilft, eine neue Beziehung zum Verstorbenen zu finden. Sie wandelt die bisherige Weise des Liebens in eine neue, in eine innere Liebe.</p>

	<p>Ich möchte Sie als Leserin und Leser unterstützen, eine andere, aber nicht weniger intensive Beziehung zu Ihrem verstorbenen geliebten Menschen zu finden. Ich möchte Ihnen in diesem Buch Anregungen, konkrete Hilfestellungen und Übungen anbieten, wie Sie Ihre Liebe zu ihrem Verstorbenen weiterleben können.« (Roland Kachler) RPS-Bib. Nr. 5.2 – 56</p>
	<p>Tröstlich hast du mich berührt: Worte der Zuversicht ISBN-10: 3766626914 ISBN-13: 978-3766626912 Ruth Rau (Autor) 2020</p> <p>Wer einen geliebten Menschen verliert, sehnt sich nach Trost und Ermutigung. Mit sensiblen Naturaufnahmen und Worten voll ansprechender Lebensweisheit und spiritueller Kraft antwortet Ruth Rau auf diese Sehnsucht. Behutsam zeigt sie, wie der Trauernde in kleinen Schritten den Verlust als Teil des Lebens annehmen kann und das Leben durch Gottes heilende Nähe wieder einen Sinn erhält. Ein kleiner Begleiter, der tröstend zur Seite steht, wenn Worte fehlen.</p> <p>RPS-Bib. Nr. 5.2.-57KIS</p>
	<p>Wie ist das mit der Trauer? ISBN-10: 9783522304788 ISBN-13: 978-3522304788 Roland Kachler (Autor) Sandra Reckers (Illustrator) 2017</p> <p>Der Trauerratgeber für Kinder ab 8 Jahren Der erfahrene Psychologe Roland Kachler begleitet in diesem Buch Kinder während des Trauerprozesses. Mithilfe von Geschichten greift er wichtige Kinderfragen auf: Warum tragen Menschen schwarz bei Beerdigungen? Wie verläuft eine Trauerfeier? Wie wünscht man Beileid? Wo sind die Verstorbenen? Das Extrakapitel für Eltern zeigt wie die schwere Zeit für Kinder und Familie leichter gemacht werden kann.</p>

	<p>Ein gutes Begleitbuch für die Verarbeitung eines Todesfalls, das Kindern und Eltern durch seine Sacherkklärungen Sicherheit gibt.</p> <p>Diese Geschichten sind im Buch: Tim kann nicht glauben, dass sein Opa nie mehr mit ihm Fußball spielen wird, Luisa fühlt sich auf der Beerdigung ihrer Tante ganz seltsam, Benni weiß nicht, wie er es ohne seinen Vater aushalten soll, und Maxi fragt sich, ob sie ihren Bruder jemals wiedersehen wird.</p>
	<p>Damit aus meiner Trauer Liebe wird: Neue Wege in der Trauerarbeit ISBN-10: 3451606003</p> <p>ISBN-13: 978-3451606007</p> <p>Roland Kachler (Autor) 2021</p> <p>Roland Kachler, Psychotherapeut mit Spezialisierung in der Trauerbegleitung, hat nach dem Unfalltod seines Sohnes neue Wege in der Trauerarbeit entwickelt. Sein Ansatz: Nicht das Loslassen, sondern die Liebe zum Verstorbenen steht im Zentrum des Trauerprozesses. Die Liebe ist das Ziel der Trauerarbeit, sie führt durch den Trauerprozess und findet eine neue, innere Beziehung zum Verstorbenen. Nicht nur Betroffene und Hinterbliebene, sondern auch Trauerbegleiter erhalten eine Vielzahl konkreter Impulse für die wesentlichen Schritte auf dem Weg durch die Trauer hin zur Liebe. Für eine innere Beziehung zum Verstorbenen.</p>
	<p>Was bei Trauer gut tut: Hilfen für schwere Stunden ISBN-10: 3451610477</p> <p>ISBN-13: 978-3451610479</p> <p>Roland Kachler (Autor) 2011</p> <p>Der bekannte Trauerspezialist und Bestsellerautor Roland Kachler greift in kurzen Kapiteln die ganz konkreten Fragen, Nöte und Zweifel von Trauernden auf. Die Zeit zwischen Todesnachricht und Beerdigung wird dabei ebenso in den Blick genommen wie die Zeiten der großen Stimmungsschwankungen. Kachler gibt Trauernden einfache Mittel an die Hand, die den Verlustschmerz für sie lebbarer machen können.</p>

	<p>Zeit zu trauern – Kinder und Erwachsene verstehen und begleiten ISBN-10: 9783843601573</p> <p>ISBN-13: 978-3843601573</p> <p>Monika Specht-Tomann (Autor) Doris Tropper (Autor) 2012</p> <p>Das Gefühl der Trauer gehört ebenso elementar zur menschlichen Existenz wie die Freude. Trauer, wird sie angenommen und richtig verarbeitet, ist ein Lebensgefühl, das sinnstiftend und segensreich sein kann. Wie Kinder und Erwachsene in ihren kleinen und großen Trauerprozessen richtig begleitet werden können, zeigen die beiden Autorinnen auf eindrucksvolle und Mut machende Weise und erschließen so einen positiven und bereichernden Zugang zum Thema Trauer.</p>
	<p>Jedes Ende ist ein strahlender Beginn: Für alle Menschen, die Trost und Zuspruch suchen ISBN-10: 3898456803</p> <p>ISBN-13: 978-3898456807</p> <p>Elisabeth Kübler-Ross (Autor)</p> <p>Es gibt kaum jemanden, der sich nicht schon einmal in irgendeiner Form mit dem Tod auseinandersetzen musste. Immer stehen wir dieser Situation mit Traurigkeit und Ohnmacht gegenüber. Die berühmte Ärztin und Sterbeforscherin Elisabeth Kübler-Ross offenbart uns, wie nach dem Tod ein strahlendes Leben beginnt. "Der Tod ist nur ein Ablegen des irdischen Körpers, so wie ein Schmetterling aus seinem Kokon schlüpft." Einzigartig und einmalig zeigt Elisabeth Kübler-Ross, dass das Ende tatsächlich der Anfang von etwas Wunderbarem ist.</p>



Trauer verstehen und bewältigen– Der Weg zur Trauerbewältigung – Du bist nicht allein!

ISBN-13: 979-8523044632

Christian Dietrich (Autor) 2021

Du hast einen geliebten Menschen verloren und suchst einen Weg, damit umzugehen? Dieses Buch wird Dir helfen, Deine Trauer zu überwinden und wieder mehr Lebensfreude zu entwickeln. Jeder Mensch, der schon einmal in einer solchen Situation war, weiß wie schmerzhaft es ist, einen geliebten Menschen zu verlieren. Man fühlt sich einsam und findet in nichts und niemandem Trost. Das Schlimmste: Man weiß, man wird sich niemals wiedersehen und dennoch muss man ohne diese eine Person weiterleben. Nicht abschließen zu können und zu lange in dieser Trauerverarbeitung festzustecken, kann ernsthafte Konsequenzen für Körper und Geist haben und man läuft Gefahr, in ein absolutes Tief zu stürzen. Die permanente Ausschüttung der Stresshormone, Adrenalin oder Cortisol führt nicht nur zu schlaflosen Nächten und Schlafentzug, sondern kann zu psychischen Problemen wie Angststörungen oder Depressionen führen. Verständlicherweise suchen sich Menschen in solcher Situation Unterstützung, die ihnen in dieser schwierigen Lebensphase beisteht. Dieser Ratgeber nimmt Dich in dieser Situation an die Hand und wird Dir helfen, die Trauer zu verarbeiten.



Es ist okay, wenn du traurig bist: Warum Trauer ein wichtiges Gefühl ist und wie wir lernen, weiterzumachen

ISBN-10: 3868829407



ISBN-13: 978-3868829402

Megan Devine (Autor) 2018


Wenn ein geliebter Mensch stirbt, scheint das eigene Leben plötzlich stillzustehen. Die Zeit danach ist schwer, und doch geben wir der Trauer immer weniger Raum und fühlen uns gezwungen, schnell wieder zum Alltag überzugehen.

Die Psychotherapeutin und Trauerbegleiterin Megan Devine erlebt dies nach dem tragischen Verlust ihres

	<p>Mannes selbst. Deshalb sucht sie nach einem neuen und heilsamen Weg, mit der Trauer umzugehen. Anhand zahlreicher Erfahrungsberichte beschreibt sie einfühlsam, wie wichtig Trauer für unsere seelische Gesundheit ist und wie wir lernen können, achtsam mit uns selbst und dem Gefühl des Verlusts umzugehen, um schließlich inneren Frieden zu finden und in Liebe zum Verstorbenen weiterzumachen.</p>
	<p>Trauer um den Partner: 9 sanfte Schritte, mit denen Sie den Tod richtig verarbeiten und nach dem schweren Verlust weitermachen ISBN-10: 1647801176 ISBN-13: 978-1647801175 Doreen Frei (Autor) 2020</p> <p>Wenn der Partner stirbt, ist der Abschied ein Prozess, der weit über das Begräbnis hinausgeht. Sind Sie plötzlich alleine, werden Sie mit Gefühlen konfrontiert, denen Sie noch nie begegnet sind und deren Intensität Sie schier zu überwältigen scheint. Wichtig ist, den Trauerprozess aktiv zu durchleben und die Zeit zu nutzen, um die Weichen für ein erfülltes Leben danach zu stellen.</p>
	<p>Alleine weiterleben: Wenn der Partner stirbt: Den heilsamen Weg der Trauer finden ISBN-10: 3451600382 ISBN-13: 978-3451600388 Eva Terhorst (Autor) 2018</p> <p>Der Verlust des Partners, des Ehemanns oder Lebensgefährten, ist für jede Frau ein Schicksalsschlag. Ganz gleich, ob jung oder alt, ob die Partnerschaft schon sehr lange oder erst kurz bestand, ob die Beziehung noch „glücklich wie am ersten Tag“ war oder Liebe und Leidenschaft über die Jahre hinter die Anforderungen des Alltags zurückgetreten ist: wenn der Partner gestorben ist, erschüttert dies Körper, Geist und Seele.</p>


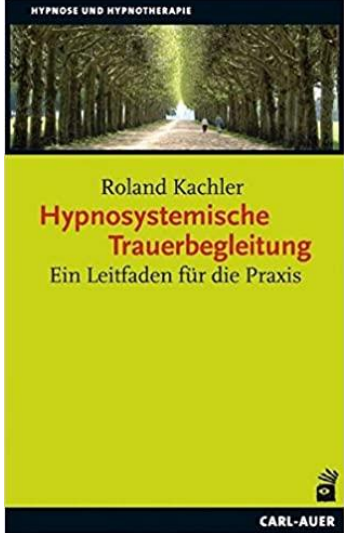
	<p>Eva Terhorst beschreibt in ihrem neuen Buch, wie Frauen die vielfältigen Herausforderungen nach dem Tod ihres Partners bestehen können. Sie begleitet die Frauen in der Zeit der Umwälzung, gibt Impulse, konkreten Rat sowie Tipps und unterstützt die Witwen mit Affirmationen und Traumreisen. So können Frauen ihren heilsamen Weg in der Trauer finden. Irgendwann, nach viel Trauer, Mut, Achtsamkeit, Arbeit und Energie darf das Leben sich wieder gut anfühlen.</p>
	<p>Plötzlich allein: Wenn der Partner stirbt – Wie Sie das Leben alleine meistern und Schritt für Schritt ins Leben zurückfinden ISBN-10: 3949012044 ISBN-13: 978-3949012044</p> <p>Miriam Schöndienst (Autor) 2021</p> <p>Die Phasen der Trauer sind ein wichtiger Teil des Heilungsprozesses zurück in ein Leben, dass schließlich den Tod als Teil in unserem Leben akzeptiert. Dieses Buch kann Ihnen helfen, diese schwere Zeit des Verlustes zu überstehen und Ihnen eine große Unterstützung im Alltag sein. Die Autorin erlebte selbst einen schweren Schicksalsschlag, als Ihr Ehemann nach nur 15 Jahren Ehe verstarb und berichtet von ihrem persönlichen Weg mit der Trauer umzugehen.</p>
	<p>Und plötzlich bist Du nicht mehr da: Trost und Hoffnung nach dem Tod des Partners ISBN-10: 9783898454421 ISBN-13: 978-3898454421</p> <p>Linus Mundy (Autor), Silas Henderson (Autor) 2014</p> <p>Seinen Partner zu verlieren, den Seelengefährten, den Ehemann oder die Ehefrau, verlangt uns die größte innere Kraft ab. Wie können wir jeden Tag ohne den von uns geliebten Menschen leben? Bei unserer Trauerbewältigung kann die Hilfe anderer Menschen, die diesen Schmerz bereits erlebt und das Trauma von Leid und Verlust gelöst haben, wertvoller sein als jeder theoretische Ratschlag. Dieses hoffnungsgebende Buch</p>

	<p>möchte Sie in der schwierigen Zeit nach dem Tod Ihres Partners unterstützen und Ihnen helfen, Ihren Verlust ein bisschen besser zu verkraften. »Ich wusste, dass mein Leben nie wieder wie vorher sein würde«, schrieb mir eine Freundin nach dem Tod ihres Mannes. »Aber ich wusste nicht, dass es irgendwie doch wieder ganz okay sein könnte.« Lassen Sie sich von diesem Buch auf Ihrem Weg zurück ins Leben begleiten.</p>
	<p>Einen geliebten Menschen verlieren: Eine Begleitung durch die Trauer ISBN-10: 3923614489 ISBN-13: 978-3923614486 Doris Wolf (Autor) 2018</p> <p>Der Tod gehört zum Leben wie die Geburt. Dennoch haben wir große Probleme, mit dem Verlust eines geliebten Menschen umzugehen. Die meisten von uns verdrängen den Gedanken daran und sind deshalb völlig überfordert, wenn der Tod in unser Leben tritt. Mit ihrem Trauerratgeber will die erfahrene Psychotherapeutin Dr. Doris Wolf all jene ein Stück des Wegs in der Phase des Lebens begleiten, die zu der schwersten und schmerzlichsten im Leben eines Menschen gehört – wenn man von einem Partner oder einem nahestehenden Angehörigen Abschied nehmen muss. Doris Wolf begleitet ihre Leserinnen und Leser einfühlsam, wenn sie von all den schönen Erlebnissen und den gemeinsam geschmiedeten Plänen, die sie mit dem Verstorbenen verbinden, Abschied nehmen müssen, wenn sie mit Gott und dem Schicksal hadern, wenn sie keinen Sinn mehr in seinem Leben sehen und voller Schmerz, Angst und Einsamkeit sind.</p> <p>Nach Kapiteln über den Umgang mit dem Tod in anderen Kulturen und einer Beschreibung darüber, wie Kinder trauern, zeigt die Therapeutin, welche Phasen der Trauerverarbeitung man durchlaufen muss, und was man tun kann, um dem Leben wieder einen Sinn zu geben und wieder ein erfülltes Leben zu führen. An vielen Stellen des Buches führt sie persönliche Erfahrungen und Erkenntnisse mit dem Tod an.</p> <p>Doris Wolf wendet sich aber auch an Menschen, die Trauernde verstehen möchten, sich ihnen und ihren</p>

	<p>Reaktionen gegenüber hilflos fühlen oder sich auf eigene Trauererfahrungen vorbereiten möchten.</p>
	<p>Wir Witwen sind ein zähes Volk: Trauern ist Marathon für die Seele ISBN-10: 3579023969 ISBN-13: 978-3579023960 Maya Stomp (Autor) 2020</p> <p>Der Tod eines geliebten Menschen verändert alles. Die Welt rückt unfassbar weit weg, sie ist nicht mehr wie zuvor. Am 7. September 2010 wurde Maya Stomp mit 41 Jahren plötzlich Witwe. Seit diesem Tag lernt sie, was Trauern heißt, was hilft, aber auch was eben nicht hilft, den Verlust eines geliebten Menschen ins eigene Leben zu integrieren. Die Autorin erzählt ihre persönliche Geschichte und stellt auch Erfahrungen anderer Witwen vor. Ihre Mission ist, dass Trauernde lernen, Mitgefühl mit sich selbst zu entwickeln und sich Raum zu lassen für die harte Arbeit, die das Trauern ist. Denn jeder, der einen schweren Verlust erlitten hat und bleischwere und unsichtbare Trauerarbeit leistet, ist für Maya Stomp ein Held. Obwohl diese Arbeit so mühsam ist, bekommt keiner von ihnen eine Auszeichnung, eine Belohnung oder Applaus. Die wahre Trauerarbeit ist für andere unsichtbar und wird durch dieses Buch sicht- und erlernbar.</p>

	<p>Kein Abend mehr zu zweit: Familienstand: Witwe ISBN-10: 9783579086903</p> <p>ISBN-13: 978-3579086903</p> <p>Uta Schlegel-Holzmann (Autor) 2017</p> <p>Uta Schlegel-Holzmann ist erst 48 Jahre alt, als ihr Mann stirbt. In diesem Buch spricht sie offen über die schwere Zeit, allein weiterzuleben, über hilflose Reaktionen von Freunden und Bekannten und ihre tiefe Einsamkeit. Doch Schmerz, Ohnmacht und Wut klingen langsam ab. Nach und nach lernt sie, den Tod ihres Mannes als einen Teil des Lebens anzunehmen, und schöpft Mut, wieder selbstständig und optimistisch zu werden.</p> <p>Diese überarbeitete Neuausgabe des bekannten Klassikers ist ergänzt um eine Betrachtung der Autorin, wie sich ihre Trauer in mehreren Jahrzehnten entwickelt hat.</p>
	<p>Das unerträgliche annehmen: Wie wir an Verlustschmerz und Trauer wachsen können ISBN-10: 3962572538</p> <p>ISBN-13: 978-3962572532</p> <p>Joanne Cacciatore (Autor) 2021</p> <p>Wenn ein geliebter Mensch stirbt, kann sich der Schmerz des Verlustes unerträglich anfühlen – vor allem, wenn es sich um einen plötzlichen oder traumatischen Tod handelt. Jede Zelle unseres Körpers möchte sich dagegen auflehnen, die ganze Welt um uns herum scheint ihren Sinn zu verlieren. Die Trauer macht uns das Alltagsleben zur Hölle, und manchmal brauchen wir viel mehr Zeit, als andere Menschen uns zugestehen wollen.</p> <p>Die Trauerpädagogin Dr. Joanne Cacciatore hat mit diesem Buch einen einfühlsamen Begleiter für schwere Zeiten im Leben geschaffen. Sie zeigt darin auf, wie sich in Tragödien Chancen zum Wachstum offenbaren können und erzählt dabei von Menschen mit bewegenden Schicksalen, denen es gelungen ist tiefen Verlustschmerz zu bewältigen.</p>

	<p>Das Unerträgliche annehmen ist nicht nur für Hinterbliebene, sondern auch für Trauerbegleiter und Therapeuten eine wertvolle Lektüre. Das Buch ist in leicht verständliche und in sich geschlossene Kapitel gegliedert, so dass es sich auch hervorragend zum Vorlesen beispielsweise in Selbsthilfegruppen eignet.</p>
	<p>Trauer um Mutter oder Vater: 9 heilsame Wege, wie Sie den Tod richtig verarbeiten und nach dem schweren Verlust weitermachen ISBN-10: 1647801192 ISBN-13: 978-1647801199 Doreen Frei (Autor) 2020</p> <p>Autorin Doreen Frei ist psychologische Beraterin und hat als Sterbe- und Trauerbegleiterin vielen Menschen beim Verlust ihrer Eltern beigestanden. Aus dem Erfahrungsschatz ihrer Beobachtungen ist ein einfühlsamer Ratgeber entstanden, der Ihnen keine Standardrezepte bietet, sondern Hilfestellung auf Ihrem individuellen Weg gibt</p>
	<p>Trauern, wenn Mutter oder Vater stirbt: Ich bewahre alles in meinem Herzen ISBN-10: 3451600374 ISBN-13: 978-3451600371 Eva Terhorst (Autor) 2017</p> <p>Wenn die Mutter oder der Vater stirbt, bedeutet dies eine große Zäsur im Leben der Tochter oder des Sohnes: Es schmerzt und löst vielfältige verwirrende Gefühle aus. Plötzlich kommt uns Vieles in den Sinn, was wir gerne noch gefragt oder noch einmal mit der Mutter oder dem Vater erlebt hätten. Damit leben zu lernen braucht Zeit und Geduld. Eva Terhorst zeigt, wie die Liebe und Gefühle zu den Eltern auch nach deren Tod in das Leben integriert werden können. Die Trauerbegleiterin bietet konkreten Rat, hilfreiche Affirmationen und geführte Imaginationen. So können</p>

	Töchter und Söhne den eigenen Weg der Trauer finden, der tröstet und heilt.
	<p>Wenn die alten Eltern sterben: Das endgültige Ende der Kindheit ISBN-10: 3451614057</p> <p>ISBN-13: 978-3451614057</p> <p>Barbara Dobrick (Autor) 2017</p> <p>Mit den Eltern wird die eigene Kindheit endgültig zu Grabe getragen und gleichzeitig in der Erinnerung belebt, mit allem Schönen und Schrecklichen. Noch einmal wird spürbar, wie bedeutungsvoll, wie bestimmend die Beziehungen zu ihnen waren und bleiben. Barbara Dobrick zeigt anhand zahlreicher Gespräche mit Frauen und Männern, welche Gefühle, welche Erlebnisse mit dem Tod der Eltern verbunden sein können. Die Autorin hilft Trauernden, ihr eigenes Erleben besser zu verstehen, und bereitet diejenigen, deren Eltern krank sind oder im Sterben liegen, auf das vor, was auf sie zukommen kann.</p> <p>Durchgehend überarbeitete und umfassend erweiterte Neuausgabe des Standardwerks.</p>
	<p>Hypnosystemische Trauerbegleitung: Ein Leitfaden für die Praxis ISBN-10: 3896707426</p> <p>ISBN-13: 978-3896707420</p> <p>Roland Kachler (Autor) 2019</p> <p>Trauer und Verlust gehören zu jeder Biografie, und so verwundert es nicht, dass beides auch im Verlauf vieler Therapien zum Thema wird. Vom herkömmlichen Ziel in der Trauerarbeit, einen Verstorbenen loszulassen, fühlen sich viele Betroffene jedoch nicht verstanden und unterstützt.</p> <p>Neuere Untersuchungen zeigen, dass der Trauerprozess ein zirkulärer, selbstbezüglicher und dynamischer Selbstorganisationsprozess ist. Trauernde pendeln zwischen dem Realisieren des Verlusts und der tiefen Sehnsucht, eine neue innere Beziehung zum Verstorbenen zu finden. Trauerarbeit kann deshalb als</p>

	<p>kreative Beziehungsarbeit verstanden und als solche therapeutisch genutzt werden.</p> <p>Roland Kachler stellt erstmals die systemischen, hypnotherapeutischen und hypnosystemischen Hintergründe und Vorgehensweisen dieses neuen Traueransatzes dar. Die vorgestellten Interventionen können unmittelbar für die Arbeit in der Trauerbegleitung angewandt werden. Zahlreiche Fallbeispiele illustrieren die Umsetzung sowohl in der akuten Trauerbegleitung als auch in der Psychotherapie.</p>
	<p>Traumatische Verluste: Hypnosystemische Beratung und Therapie von traumatisierten Trauernden. Ein Leitfaden für die Praxis (Hypnose und Hypnotherapie) ISBN-10: 3849703762</p> <p>ISBN-13: 978-3849703769</p> <p>Roland Kachler (Autor) 2020</p> <p>Ein plötzlicher, unerwarteter Verlust, das Miterleben des Todes eines nahen Menschen, das Auffinden eines Verstorbenen oder der Suizid eines Angehörigen kann bei Hinterbliebenen und Betroffenen schwere Traumatisierungen nach sich ziehen. Dieses Buch zeigt die Dynamik solcher Verluste auf, bei denen Trauma und Trauer zusammenfallen. Häufig entstehen massive und chronifizierte posttraumatische Verluststörungen, eben weil sich Verlusttrauma und Trauer gegenseitig triggern und verstärken oder einander blockieren. Roland Kachler bietet in diesem Buch neben fundierten Erklärungen auch konkrete Handlungsimpulse für die therapeutische Arbeit. Zu den Besonderheiten seines beziehungsorientierten, hypnosystemischen Ansatzes gehört auch eine Traumatherapie für den Ego-State des Verstorbenen. Dieses neue Verständnis einer doppelten Traumatherapie – mit den Trauernden selbst und mit den Ego-States der Verstorbenen – eröffnet neue Möglichkeiten zur Bewältigung von schweren Verlusten und kann die Trauerbegleitung nachhaltig verändern.</p>



Trauern braucht seine Zeit: Täglicher Begleiter durch das erste Trauerjahr

ISBN-10: 3765514977

ISBN-13: 978-3765514975

Ludwig Burgdörfer (Autor), Marthe Kuhm (Autor) 2020

Der Verlust eines nahen Angehörigen stürzt Menschen in eine vorher ungeahnte Lähmung oder Tiefe. Häufig haben sie das Gefühl, dass niemand sie versteht. 366 sehr kurze, persönlich gefärbte Texte aus seelsorgerlicher und psychologischer Sicht helfen Trauernden durch das erste Jahr nach dem Verlust eines nahen Menschen. Den Leitfaden bilden die Aussprüche von Betroffenen. Gerade diese Sprüche erreichen Trauernde häufig am besten. Denn sie zeigen ihnen, dass sie nicht die einzigen sind, die mit einer als unerträglich empfundenen Lage konfrontiert sind. Behutsam nehmen die Texte Gefühle der Verzweiflung, des Zorns und der Ratlosigkeit auf und begleiten Trauernde bei einer allmählichen Rückkehr ins Leben, wenn die Zeit dafür reif ist.

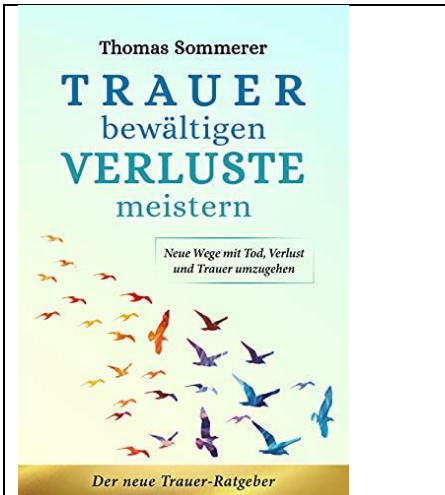
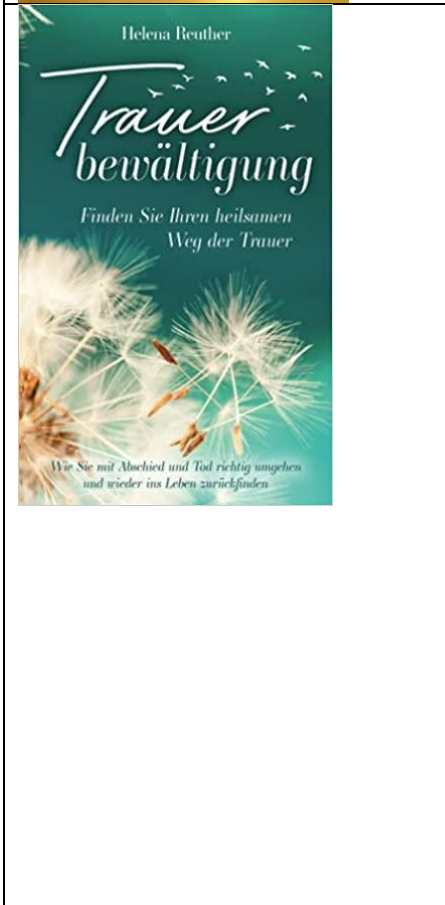
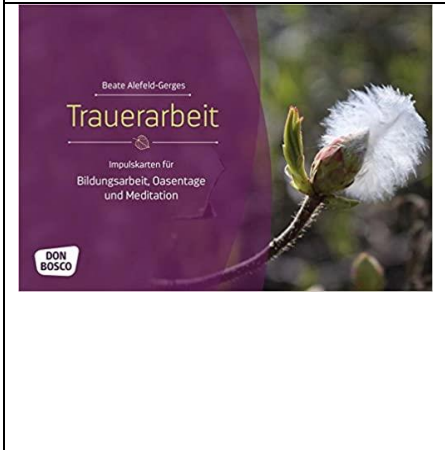


Tod – Wir müssen übers Sterben reden: Abschied, Tod und Trauer – Was wir darüber wissen sollten

ISBN-13: 979-8550026816

Elias Hellbach (Autor) 2020

Mit diesem Buch erfahren Sie gesund und auf natürlich Art zu trauern anstatt sich selbst in den endlos aufkommenden negativen Gefühlen und Gedanken zu verlieren. Wenn wir plötzlich mit dem Tod konfrontiert werden ist alles anders, ein Gefühl als würden wir den Boden unter unseren Füßen verlieren. In diesem Buch erhalten Sie Schritt für Schritt die notwendigen Informationen was genau wir in den letzten Tagen und Stunden erleben. Vom **würdigen Tod** bis zum **Umgang mit Trauer**.

	<p>Trauer bewältigen – Verluste meistern: Der neue Trauer-Ratgeber – Neue Wege mit Tod, Verlust und Trauer umzugehen. „Ins Loch fallen war gestern“ ISBN-13: 979-8516612862 Thomas Sommerer (Autor) 2021</p> <p>Ein mutmachendes Trauer-Buch, welches die nötige Unterstützung geben kann um endlich aus dem nicht enden wollenden Kreislauf von Leid, Schmerz und Verzweiflung heraus zu kommen.</p>
	<p>Trauerbewältigung – Finden Sie Ihren heilsamen Weg der Trauer: Wie Sie mit Abschied und Tod richtig umgehen und wieder ins Leben zurückfinden ISBN-13: 979-8527171839 Helena Reuther (Autor) 2021</p> <p>Einen geliebten Menschen zu verlieren, reißt die meisten Menschen in ein tiefes Loch. Eine Welle negativer Emotionen überschwemmt uns ganz plötzlich. Viele fühlen sich überfordert, sind verzweifelt oder wissen nicht, wie sie zurück ins Leben finden sollen.</p> <p>Seelsorgerin und ehrenamtliche Hospizdienstmitarbeiterin Helena Reuther beantwortet auf behutsame Weise u.a. folgende Fragen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Wie gehe ich mit diesen negativen Gefühlen um? ✓ Welche Übungen und Rituale sind hilfreich während der Trauerbewältigung? ✓ Wie gelingt der Ausstieg aus dem Gedankenkarussell? ✓ Wie gestalte ich optimistisch meinen weiteren Lebensweg?
	<p>Trauerarbeit: Impulskarten für Bildungsarbeit, Oasentage und Meditation (Themenkarten für Erwachsenenbildung, Seelsorge und Beratung) Beate Alefeld-Gerges (Autor) 2018</p> <p>Weil in unserer Gesellschaft der Tod tabuisiert wird und die Unsicherheit im Umgang mit Trauer und Trauernden groß ist, fühlen sich Betroffene in ihrer Situation oft alleingelassen. Dieses Arbeitsmaterial wurde für Trauergruppen, Trauercafés, Hospizhelfer und Seelsorger entwickelt, die trauernde Menschen begleiten. Mit symbolträchtigen Fotos und inspirierenden</p>

	<p>Texten können die Trauernden Antworten auf ihre Fragen suchen, die mit dem Verlust einer intensiven menschlichen Verbindung einhergehen und erste Schritte in eine neue innere Beziehung zum Verstorbenen wagen.</p>
--	---