

Trauer und perimortale Trauerbegleitung

Diplomarbeit am Institut für Praktische Theologie der Universität Wien



die autorin

Mag.^a Viktoria **Winkler**, Lehramtsstudium in den Unterrichtsfächern Spanisch und Katholische Religion an der Universität Wien; BHS-Lehrerin in Eisenstadt.

Verlusterlebnisse können Erschütterung und Traurigkeit auslösen. Vor allem der Tod eines nahestehenden Menschen – vermutlich der schmerzhafteste Verlust im Leben – wird oft von tiefer Trauer begleitet, die durchlebt und verarbeitet werden muss. Wie kann man jemandem in solch einer schwierigen Situation helfen und was kann getan werden, um das Leid der Trauernden erträglicher zu machen? Diese Fragen weckten in mir großes Interesse, weshalb ich mich zur Erarbeitung dieses Thema entschloss. Da ich zukünftig als Lehrerin in einer Schule tätig sein werde, empfinde ich es als enorm wichtig, sich mit diesen Fragen auseinanderzusetzen, um im Ernstfall gewappnet zu sein und nicht völlig hilflos dazustehen.

Meine Diplomarbeit ‚Trauer und perimortale Trauerbegleitung‘ geht der Frage nach, welche Erkenntnisse die derzeitige Trauerforschung zur perimortalen Trauerbegleitung liefert und welche Konsequenzen sich daraus für einen Trauerfall in der Schule mit Jugendlichen ergeben. Der Begriff ‚perimortal‘ schließt den Zeitraum der Todesstunde und die Stunden unmittelbar davor und danach mit ein.

Die Arbeit gliedert sich in vier Teile. Zuerst erfolgt eine Auseinandersetzung mit dem Phänomen der Trauer im Allgemeinen. Da es speziell um Trauer anlässlich eines Todesfalls eines nahestehenden Menschen geht, wird ebenfalls erörtert, was Sterben und Tod für den Menschen bedeuten. Dann wird der Begriff der Trauer in ‚bereavement‘, ‚grief‘ und ‚mourning‘ ausdifferenziert, um die verschiedenen Aspekte der Trauer hervorzuheben, bevor die Entwicklung von Sterben, Tod und Trauer unter den Bedingungen der Spätmoderne wie auch deren Konsequenzen für den heutigen Zugang zur Trauer untersucht werden.

Im zweiten Teil der Arbeit werden wichtige Modelle der Trauerforschung und deren Erkenntnisgewinn für die perimortale Trauerbegleitung reflektiert. Zunächst werden

explikatorische Modelle, bei denen nach Ursachen, Erklärungen und dem Hintergrund, also warum es zur Trauer kommt, wodurch diese ausgelöst und was diese bewirkt, durchleuchtet. Genauer wird dabei auf Sigmund Freuds Trauermodell und seinen herausgearbeiteten Begriff der ‚Trauerarbeit‘ eingegangen; ebenso wird John Bowlbys Bindungstheorie und ihr Einfluss auf die Trauer und Trauerreaktionen reflektiert als auch Margaret und Wolfgang Stroebe's Konzept der Trauer, welches auf der kognitiven Stress-Theorie von R. S. Lazarus und seinen MitarbeiterInnen beruht, erörtert.

Anschließend werden deskriptive Modelle, die ihren Fokus auf die phänomenologische Erfassung von Trauerreaktionen richten, thematisiert. Dabei wird auf Erich Lindemanns Trauersymptomatologie sowie auf den Nutzen symptomatologischer Forschung eingegangen. Danach erfolgt eine kritische Auseinandersetzung mit den Phasen- oder Verlaufsmo-
dellen und auch die Aufgabenmodelle werden unter die Lupe genommen. Außerdem wird der Frage nachgegangen, wie lange Trauer dauert und wie das Verhältnis zwischen Trauer und Krankheit ist.

Im dritten Teil geht es um die perimortale Trauerbegleitung, die im Hinblick auf die Praxis untersucht wird. Zunächst wird erläutert, welche Kompetenzen und Voraussetzungen TrauerbegleiterInnen mitzubringen haben. Danach wird aus dem Erkenntnisgewinn des vorherigen Teils ein Aufgabenmodell der perimortalen Trauerbegleitung von Kerstin Lammer vorgestellt und gezeigt, was TrauerbegleiterInnen in der perimortalen Phase beachten müssen und wie sie Trauernden helfen können, ihren Trauerprozess zu initiieren und mögliche Fehlleitungen zu verhindern. Auch auf den Umgang mit Schuld in der Trauer und auf die Richtlinien in der perimortalen Trauerbegleitung wird hingewiesen. Außerdem erfolgt eine Auseinandersetzung mit

angemessenen Ritualen und Methoden und deren Wirksamkeit hinsichtlich Trauer, bevor das Verhältnis zwischen Trauer und Glaube erörtert wird.

Abschließend werden im letzten Teil der Arbeit die Ergebnisse präsentiert und Konsequenzen für den schulischen Kontext gezogen. Es wird dabei reflektiert, wie bei einem Trauerfall mit Jugendlichen in der Schule umgegangen werden sollte und wie diese in der perimortalen Trauerzeit bestmöglich unterstützt werden können.

Das Ziel der Arbeit ist es, anhand der Erkenntnisse der derzeitigen Trauerforschung zur perimortalen Trauerbegleitung Hilfestellungen für LehrerInnen bei einem Trauerfall in der Schule mit Jugendlichen zu geben. Des Weiteren soll das Lesen der Arbeit die Themen Sterben, Tod und Trauer ins

Bewusstsein der Menschen rufen und zu einer persönlichen Auseinandersetzung ermutigen. Insbesondere soll auf die Bedürfnisse Trauernder aufmerksam gemacht werden und dabei vor allem auch auf die perimortale Trauerphase, die in der Literatur oft nur mit dem Stichwort ‚Schock‘ beschrieben und nicht näher erläutert wird, hingewiesen und gezeigt werden, wie wichtig eine perimortale Trauerbegleitung generell als auch speziell in der Schule ist.

Autorinneninformation

Mag.^a Viktoria **Winkler**
Reitschulgasse 13
A - 7041 Wulkaprodersdorf
e-mail: viktoriam.winkler7@gmail.com