

DAS JAHRESHEFT

# Trauer leben

HRSG. VON ANDREAS HELLER

**1 Editorial**

**Trauermomente**

**4 Anfang und Ende**

ANGELIKA DAIKER

**4 Auf einem langen Weg**

ANGELIKA DAIKER

**6 Ich suche dich**

ANGELIKA DAIKER

**6 Bergen, was bleibt**

ANGELIKA DAIKER

**6 Bedingungslos geliebt**

ANGELIKA DAIKER

**8 Mein Erstaunen**

ANGLIKA DAIKER · ANTON SEEBERGER

**8 Wie lange noch?**

ANGLIKA DAIKER · ANTON SEEBERGER

**Trauerwissen**

**9 Die Freude, überlebt zu haben**

MARGARTE MITSCHERLICH

**10 Die vielen Gesichter der Trauer**

CHRISTIAN METZ

**15 Hilfen – wie wird Trauer bewältigt?**

KERSTIN LAMMER

**Trauerschmerz**

**18 Trauer und Wut**

MARGARTE MITSCHERLICH

**20 Trauerbegleitung nach Suizid**

CHRIS PAUL

**24 Verlustschmerz: Trauer**

ERICH LEHNER

**29 Mutter und Frau:**

**Trauer um Kinder und Mann**

BARBARA PACHL-EBERHART

**32 Trauer um die eigenen toten Kinder**

BIRGIT HELLER

**36 Ich habe kein Eigenleben mehr.**

**Mein Mann stirbt!**

MARIA STAHL

**Frauen- und Männer-Trauer**

**38 Männer- und Frauen-Trauer**

MARGARTE MITSCHERLICH

**39 Der Tod und die Trauer – Genderaspekte**

BIRGIT HELLER

**44 Der Sohn trauert um seine Mutter**

ROLAND BARTHES

**45 Trauern Männer anders? –**

**Perspektiven aus Geschlechter-**

**und Trauerforschung**

ERICH LEHNER

**47 Der Sohn trauert um seine Mutter**

GEORGE SIMENON

## **Kulturen und Religionen im Umgang mit der Trauer**

- 48 Wie Religionen rituell in der Trauer helfen**  
BIRGIT HELLER
- 52 Trauer im Judentum**  
BIRGIT HELLER
- 52 Trauer im Buddhismus**  
BIRGIT HELLER
- 53 Ritual und christliche Abschiedskultur**  
Gedenktage im Jahreskreis  
ANGELIKA DAIKER · ANTON SEEBERGER
- 53 Was ein christlich geprägtes Ritual ausmacht**  
ANGELIKA DAIKER · ANTON SEEBERGER
- 54 Es darf wieder schön werden!**  
ANGELIKA DAIKER
- 54 Begreifst du mich?**  
**Mehrsprachige Trauerbegleiterfahrung**  
RUTH MARIJKE SMEDING
- 58 Kollektive Trauer**  
MARGARTE MITSCHERLICH

## **Trauer leben**

- 61 Was tun im Sterbezimmer?**  
Hilfen zum Verhalten im Sterbefall  
KERSTIN LAMMER
- 64 Requiem für Ernst Jandl**  
FRIEDERIKE MAYRÖCKER
- 67 Trost und Trauer**  
MARGARTE MITSCHERLICH
- 68 Der Wert des Bedauerns**  
IRVING D. YALOM
- 70 Erwachen**  
IRVING D. YALOM
- 71 Die Rolle der Dankbarkeit  
und der Welleneffekt**  
IRVING D. YALOM
- 72 Herausgeber**  
Autorinnen und Autoren  
Textquellen  
Bildrechte