



Chris Paul:  
Leitplanken und  
Stolpersteine auf  
Trauerwegen

# Grundlage dieses Vortrags war die Arbeitsgruppe „erschwerte Trauer“ des BVT e.V., 2007 - 2010

- Wer?

- Christian Fleck
- Christina Kudling
- Susanne Kraft
- **Chris Paul (Grafik und Vortrag)**
- Dieter Steuer

# Arbeitsgruppe erschwerte Trauer des BVT e.V. 2007 - 2010

- Wie?
  - Zweieinhalb Jahre lang
  - Regelmäßige Treffen ca. 3 pro Jahr
  - Literaturrecherche
  - **Diskussion**
  - Synchronisierung von Begrifflichkeiten
  - Entwicklung einer Gesamtschau

# Arbeitsgruppe erschwerte Trauer

- Was?
- Bestehende Begrifflichkeiten untersuchen:
  - Normale/einfache/nicht erschwerte Trauer
  - Erschwerte Trauer
  - Komplizierte Trauer
  - Traumatische Trauer
  - Und viele andere – die wir ausgeschlossen haben

# Arbeitsgruppe erschwerte Trauer

- Erkenntnis: Definitionen des individuellen Trauerprozesses sind wichtig für
    - Prognosen
    - Diagnosen
    - Entscheidungen über den Begleitansatz
    - Abgrenzung Trauerbegleitung und Psychotherapie
- Definitionen können Kriterium sein für den benötigten Qualifikationsgrad einer TrauerbegleiterIn

# Kriterien für die Einschätzung

- Risikofaktoren
- Ressourcen
- Symptome

# Kriterien für die Einschätzung

- **Risikofaktoren**
  - Vorbereitung und Abschiednahme
  - Todesart
  - Beziehungsqualität
  - Soziale Faktoren
  - Biographische Faktoren
  - Persönlichkeitsfaktoren
  - Spirituelle Faktoren
- **Ressourcen**
  - Kognitiv
- **Symptome**
  - Körperlich
  - Psychisch/emotional
  - Sozial
  - spirituell

# Der Faktor Zeit

- Erschwerte Trauer und nicht-erschwerte Trauer (BVT)  
prognostisches Instrument beginnend bereits vor dem Verlust
- Anhaltende Trauerstörung (ICD 11?)  
diagnostisches Instrument **ab 6 Monate** nach Verlust
- Traumatische Trauer (BVT)  
diagnostisches Instrument **ab 6 Monate** nach Verlust



# Zusammenführung unter Berücksichtigung der Kriterien

- Diagnose oder Prognose
- **Zeit** seit Verlust
- Vorhandene **Risikofaktoren**, die den individuellen Trauerprozess erschweren könnten
- Vorhandene **Ressourcen**, die den individuelle Trauerprozess unterstützen
- Aktuell vorhandene **Symptome**

# Nicht-erschwerte Trauer (BVT)

- **Zeit: ab Verlust**
- *(denkbar als Prognose schon vor dem Verlust)*
- **Wenig Risikofaktoren**
- **Ausreichend Ressourcen**
- **Wenig Symptome, die die Lebensqualität negativ beeinflussen**

# Erschwerte Trauer (BVT)

- Zeit: **ab Verlust**
- *(denkbar als Prognose vor dem Verlust)*
  
- Viele Risikofaktoren
- Wenig bis ausreichende Ressourcen
- Mehrere Symptome, die die Lebensqualität negativ beeinflussen

# Anhaltende Trauerstörung (ICD11?)

## Medizinische Diagnose

- **Zeit: ab 6 Monate nach Verlust**
- *Risikofaktoren und Ressourcen sind nicht von Belang für die Diagnosestellung*
- **Symptome: nur** übermäßig starker seelischer Schmerz, andauernde starke Sehnsucht, andauernde Hoffnungslosigkeit, Tod bleibt unwirklich, andauernder Rückzug, die den Alltag beeinträchtigen

# Traumatische Trauer (BVT)

## Angelehnt an medizinische Diagnose PTBS

- Zeit: ab 6 Monate nach Verlust
- Risikofaktoren: **nur** traumatisierende Erlebnisse um den Tod ODER in der Biografie
- Wenig Ressourcen
- **Nur** Symptome einer PTBS

Stand 2016	bis 6 Monate nach Todeszeitpunkt	6-13 Monate nach Todeszeitpunkt	Ab 14 Monate nach Todeszeitpunkt
Nicht Erschwerte Trauer (BVT)	Viele <b>Ressourcen</b> Wenig <b>Risikofaktoren</b> Wenig <b>Symptome</b>	dito	dito
Erschwerte Trauer (BVT)	Wenig <b>Ressourcen</b> Viele <b>Risikofaktoren</b> Viele <b>Symptome</b>	dito	dito
Anhaltende Trauerstörung (ICD?)		<b>Symptome:</b> Anhaltende <b>Verzweiflung</b> Nicht nachlassender <b>Schmerz und Sehnsucht</b> Tod bleibt unwirklich Andauernder Rückzug	<b>Dito</b> <b>(Komplizierte Trauer bis ca. 2012: Symptome PLUS biografische Risikofaktoren in unsicheren Bindungen!)</b>
Traumatische Trauer (BVT)		<b>Symptome einer PTBS:</b> - Intrusionen/ Flashbacks - Überflutung - Dissoziation - Übererregtheit - Vermeidungsverhalten - Wiederholungsverhalten	dito  Chris Paul: <a href="http://www.trauerinstitut.de">www.trauerinstitut.de</a>

Stand 2016	bis 6 Monate nach Todeszeitpunkt	6-13 Monate nach Todeszeitpunkt	Begleitung ODER Therapie
Nicht Erschwerte Trauer (BVT)	Viele <b>Ressourcen</b> Wenig <b>Risikofaktoren</b> Wenig <b>Symptome</b>	dito	Mitmenschliche Dabeisein als Freund/Angehörige/Nachbar etc. <b>Geschulte Ehrenamtliche Begleitung, Trauercafe</b>
Erschwerte Trauer (BVT)	Wenig <b>Ressourcen</b> Viele <b>Risikofaktoren</b> Viele <b>Symptome</b>	dito	Fachliche Begleitung auf Beratungsniveau <b>Große Basisqualifizierung (BVT e.V.)</b>
Anhaltende Trauerstörung (ICD11?)		<b>Symptome:</b> Anhaltende <b>Verzweiflung</b> Nicht nachlassender <b>Schmerz und Sehnsucht</b> Tod bleibt unwirklich Andauernder Rückzug	Fachliche Begleitung auf Beratungsniveau <b>Große Basisqualifizierung (BVT e.V.)</b> Psychotherapie
Traumatische Trauer (BVT)		<b>Symptome einer PTBS:</b> - Intrusionen/ Flashbacks - Überflutung - Dissoziation - Übererregtheit - Vermeidungsverhalten - Wiederholungsverhalten	Fachliche Begleitung auf Beratungsniveau <b>Große Basisqualifizierung (BVT e.V.)</b> Traumatherapie Chris Paul: <a href="http://www.trauerinstitut.de">www.trauerinstitut.de</a>

# Mein Vorschlag für die kommenden Jahre:

---

Unsere Fachkompetenz in der praktizierten und theoretisch fundierten Trauerbegleitung wahren und einbringen!



# Mein Vorschlag für die kommenden Jahre: Unsere Fachkompetenz wahren und einbringen!

- Erschwerte Trauer und nicht-erschwerte Trauer (BVT)  
Prognose beginnend bereits vor dem Verlust
- Anhaltende Trauerstörung (ICD 11?)  
Diagnose **ab 6 Monate** nach Verlust (**BVT: auf unsichere Bindung in der Vergangenheit achten! BVT: Zeitkriterium hinterfragen!**)
- Traumatische Trauer (BVT)  
Diagnose **ab 6 Monate** nach Verlust

