

Techniken in der Trauerbegleitung: Kreative Praktiken zur Beratung und Begleitung von Trauernden

Robert A. Neimeyer, PhD
University of Memphis, USA
<http://www.robertneimeyerphd.com>
übersetzt von Tim Wahn/Chris Paul

Teil 1 Ein Konzeptioneller Rahmen für Trauertherapie/beratung

A. Trauer als Anpassungsprozess: Ein integratives Modell

1. Wenn Trauer voranschreitet, integriert der Überlebende die "Ereignis-Geschichte" des Todes allmählich in die Erzählung seiner oder ihrer Lebensgeschichte, während er Bindungssicherheit durch die "Hintergrundgeschichte" einer liebenden Beziehung mit dem Verstorbenen gewinnt. (*Attachment & Meaning Reconstruction*)
2. "Anfälle" oder Wellen der Qual wechseln sich ab mit „Auszeiten“ von der Trauerarbeit. (*Bowlby & DPM*)
3. Wenn ein Verlust integriert ist, wird die Person
 - Die Realität des Todes anerkennen
 - Den Zugang zu „bittersüßen“ Emotionen in regulierter Form behalten
 - Die mentale Repräsentation des Verstorbenen und die Qualität der Verbundenheit neu gestalten
 - Eine stimmige Erzählung vom Verlust formulieren
 - Rollen und Ziele neu definieren
 - (*Attachment/ Bindungstheorie, DPM/ Duales Prozessmodell, Two-Track, Meaning Reconstruction*)

B. Die Wiederherstellung (Rekonstruktion) von Sinn und Bedeutung angesichts von Verlust (Neimeyer und Andere)

1. Menschen werden nicht nur durch Bindungsphänomene charakterisiert, die sie mit anderen sozialen Tieren teilen, sondern auch durch eine hochentwickelte symbolische Aktivität, die es erlaubt:
 - a. Ereignissen Bedeutungen zuzuordnen
 - b. Hypothetisches "als ob" Denken zu entwickeln, kontrafaktisches Denken
 - c. *Objektsicherheit zu haben*, d.h. die Fähigkeit, sich etwas vorzustellen, dass nicht länger physisch verfügbar oder präsent ist
 - d. *Langzeiterinnerungen und Antizipation (Vorausschau) zu kombinieren, sodass sie (gleichzeitig) in der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft leben können*
 - e. *Selbstreferenz zu entwickeln, also die Fähigkeit, sich selbst zum Objekt der eigenen Aufmerksamkeit zu machen*

- f. spezifisch *menschliche Emotionen* wie Stolz und Schuld zu fühlen
 - g. *Empathie zu entwickeln*, die Fähigkeit, die Gefühle und Stimmungen Anderer nachzuempfinden
2. Diese Fähigkeiten ermöglichen die besondere menschliche Tendenz, Ereignisse in eine erzählerische Form zu bringen, was ihnen Sinn und Kontinuität verleiht und dazu führt, dass das Leben mehr ist, als eine Reihe zufälliger Ereignisse.
3. *Definition der Selbsterzählung: "eine allumfassende kognitive-affektive Verhaltensstruktur, welche die "Mikroerzählungen" des Alltags in eine "Makroerzählung" einordnet, die unser Selbstverständnis stärkt, den Umfang unserer charakteristischen Emotionen und Ziele festlegt und unsere „Performance“ auf der Bühne der sozialen Welt leitet."*
(Neimeyer, 2006)
4. Eine Erzählung:
 - a. Wird durch mehrere Hirnsysteme(Hirnareale) gefördert
 - b. Entsteht durch den persönlichen Versuch, Ereignisse in für die Person selbst wichtige Kategorien zu unterteilen, um über längere Zeit Selbstkontinuität zu erzeugen
 - c. Wird gefestigt und verändert durch die Erzählung und Neuerzählung von Geschichten in Gegenwart aktiver Gesprächspartner.
 - d. benutzt kulturell verfügbare Themen und Glaubensvorstellungen säkularer oder spiritueller Art
5. Selbsterzählungen können gestört werden, wenn:
 - a. Wir Dinge erleben, die grundsätzlich unvereinbar sind mit *Handlungsstruktur* (der Erzählung), wie z.B. gewaltsamer oder unerwarteter Verlust durch Mord, Selbstmord, einen tödlichen Unfall oder eine Naturkatastrophe
 - b. Ereignisse den grundlegenden Lebensthemen/-ansichten widersprechen und so unsere „angenommene Welt“ in Frage stellen, in der das Leben gerecht oder vorhersehbar ist, das Universum wohlwollend ist, Menschen vertrauenswürdig sind, wir fähig sind, unser Leben zu beeinflussen
6. Die Notwendigkeit, Verluste in eine stimmige Selbsterzählung zu integrieren, erzeugt eine Suche nach Sinn/Bedeutung, welche die folgenden Formen annehmen kann:
 - a. *Assimilation – (Beibehalten der bisherigen angenommenen Welt und)*: Die Anpassung der Erfahrung an ein vorhandenes Sinnsystem oder eine vorhandene Selbsterzählung
 - b. *Akkommodation – (Veränderung der bisherigen angenommenen Welt durch)*: Die Transformation des

Sinnsystems oder der Selbsterzählung, um der Erfahrung leichter einen Sinn geben zu können

C. Integration der Skala der aufreibenden Lebenserfahrungen (ISLES)
(Holland, Currier, Coleman & Neimeyer, *Int'l Journal of Stress Management*)

Zwei Dimensionen/Subskalen:

- Der Halt in der Welt: z.B. „*Ich habe es seit dem Ereignis noch nicht geschafft, die Teile meines Lebens wieder zusammenzufügen*“
- Nachvollziehbarkeit: z.B. „*Mir fällt es schwer, dieses Ereignis mit meinem Verständnis der Welt zu vereinbaren*“

Beobachtungen der Forschergruppen:

- Gewaltsame, plötzliche Verluste stellen eine besondere Herausforderung für die Nachvollziehbarkeit/das Verstehen dar
- Eine höhere Integration innerhalb von 3 Monate ist verbunden mit:
 - Gesenkten psychiatrischen Symptomen in der allgemeinen Stressgruppe
 - Weniger komplizierter Trauer in der Hinterbliebenengruppe

Vom Prinzip zur Praxis: Die Suche nach Sinn und Bedeutung

- Auf welche Arten löste der tragische Tod von Christine eine Sinnkrise von Tricia und Scott aus? Gibt es Hinweise darauf, wie sie versuchen, den Verlust in ihre Sinnstruktur zu „assimilieren“ oder zu „akkommodieren“?
- Wenn Sie deren Therapeut wären, wie könnten Sie helfen, das „Warum“ von Christines Tod und die damit verbundenen spirituellen Fragen anzugehen?

Das duale Prozessmodell der Bewältigung der Trauer (Stroebe & Schut)

1. Im alltäglichen Versuch, Trauer zu bewältigen, pendeln Menschen zwischen der *Verlustorientierung* („Trauerarbeit“ als Beschäftigung mit quälenden Gefühlen und der „Neueinordnung“ des Verstorbenen in deren Leben) und der *Wiederherstellungsorientierung* (das Angehen notwendiger Aufgaben und das Experimentieren mit neuen Lebensrollen)
2. Unzureichende emphatische Zuwendung während der Kindheit behindert die Reifung der Hirnbereiche, die für Gefühlsregulierung verantwortlich sind, was die Bildung einer stimmigen Selbstpräsentation erschwert (Schoore)

3. Gefühlsregulierung wird sowohl zwischen den einzelnen Familienmitgliedern ausgehandelt als auch innerhalb von jedem Einzelnen (Hooghe, Neimeyer & Rober) **Vom Prinzip zur Praxis: Gefühlsregulierung**

- Wie hat Tricia die über sie hereinbrechenden mächtigen Wellen der Trauer reguliert/ausgehalten, die nach der Selbsttötung ihrer Tochter auftraten?
- Was erlaubte es Tricia, von einem kontinuierlichen Eintauchen in die Verlustorientierung zu einer Form der periodisch auftretenden Hinwendung zur Wiederherstellungsorientierung zu wechseln?

Teil 2: Zugang zu der Hintergrundgeschichte der Beziehung zum Verstorbenen

A. Bindungstheorie (Bowlby)

1. Menschen haben sich als soziale Wesen entwickelt, deren lang anhaltende Abhängigkeit von versorgenden Anderen tief verwurzelte Bindungen ausgeprägt hat, die nicht nur im Kleinkindalter gelten, sondern während unseres ganzen Lebens.
2. Grundlegendes Bindungsverhalten wird (auch) bei anderen Spezies beobachtet, vor allem bei Säugetieren und besonders bei anderen Primaten.
3. Bindungsverhalten garantiert zwei primäre Funktionen:
 - a. Eine sichere Zuflucht in Zeiten der Gefahr
 - b. Eine sichere Basis zur Erkundung der Welt
4. *Sicher gebundene Kinder* neigen dazu, mentale Modelle/innere Abbilder von Beziehungen zu entwickeln, in denen andere als verfügbar und zuverlässig angesehen werden, und das eigene Selbst wird als einfallreich und belastbar angesehen.
5. *Kinder mit unsicheren Bindungen* (z.B. jene mit unsicher-vermeidenden bzw. unsicher-amivalenten Bindungen, oft als Ergebnis elterlicher Unzuverlässigkeit, Verlust, Ablehnung oder Misshandlung) neigen dazu, mentale Modelle/innere Abbilder von Beziehungen als unsicher oder gefährlich zu entwickeln und entsprechende Verhaltensmuster zu entwickeln - entweder als Abhängigkeit oder als zwanghafte Selbständigkeit.
6. Wenn im späteren Leben eine Beziehung, die Sicherheit gibt und gewährleistet, durch den Tod getrennt wird, löst das Trennungsschmerz/Trennungsstress aus, und damit die charakteristischen Symptome des Trauerns.
7. Die Art der Reaktion auf den Trennungsschmerz hängt von dem dominanten Bindungsstil ab. Zwei Hauptdimensionen (Fraley, Mikulincer):

Bindungsangst: Negative Vorstellung vom Selbst, positive Vorstellung vom Anderen; Oft als Abhängigkeit und Überaktivierung des Bindungssystems ausgedrückt. Im Trauerprozess verbunden mit Schwierigkeiten, die Nichtverfügbarkeit des geliebten Menschen anzuerkennen.

Bindungsvermeidung: Positive Vorstellung vom Selbst, negative Vorstellung vom anderen; Ausgedrückt als Deaktivierung von Bindungsverhalten und Emotionen im Allgemeinen. Im Trauerprozess verbunden mit der bewussten Vermeidung von Verlust und dem Misserfolg, das mentale Modell mit der Abwesenheit des Verstorbenen in Einklang zu bringen.

Illustration: Mutterverlust und Bindungsangst und -vermeidung

8. Studie zu Bindungsqualität und Trauerbewältigung (Meier, Carr, Currier & Neimeyer)

Studie 1: 626 trauernde Erwachsene wurden in den ersten zwei Jahren des Verlustes hinsichtlich Symptomen der Bindungssicherheit und komplizierten Trauer (CG) untersucht.

Ergebnisse: unabhängig von Alter, der Beziehung zu den Verstorbenen und der Todesursache, sagt Bindungsangst das Auftreten von CG (Complicated Grief) voraus.

Studie 2: 191 Überlebende eines Verlustes durch Gewalt (wie Selbsttötung, Mord oder tödlicher Unfall) wurden verglichen mit 191 nicht-trauernden Menschen mit nicht traumatischen Stressfaktoren im Leben.

Ergebnisse: unabhängig vom Geschlechts und der Todesursache war die unsichere Bindung mit einer schlechteren psychischen Gesundheit für beide Gruppen verbunden. Darüber hinaus sagte die unsichere-vermeidende Bindung eine schlechtere körperliche Gesundheit voraus, aber nur für die Trauernden nach gewaltsamen Todesursachen.

Schlussfolgerung: Unsicher-ambivalente Bindungserfahrungen können schwierige Verläufe für verschiedene Verluste vorhersagen, während unsicher-vermeidende Bindungserfahrungen nur bei ernststen Bedrohungen (gewaltsamen Todesursachen) problematisch werden können.

B. Zwei-Wege-Modell der Trauer (Rubin)

1. Die Anpassung an Trauer erfolgt gleichzeitig auf zwei Wegen:
 - a. *Biopsychosozialer Weg:* psychologische Symptomatik (Angst, Depression) körperliche Gebrechen, Familienbeziehungen, Selbstbewusstsein, Arbeit
 - b. *Beziehung zum Verstorbenen:* Vorstellungswelt, Erinnerung, positive und negative Wirkung des Verstorbenen, Beschäftigung mit dem Verlust, Idealisierung, Konflikt, Bindungsprobleme, Formen des Gedenkens
2. Störungen und Schwierigkeiten, die ausschließlich mit dem Trauerprozess zu tun haben, treten hauptsächlich auf diesem vernachlässigten zweiten Weg auf. Ebenso bietet diese zweite Spur Ressourcen für die Anpassung in Form einer *fortdauernden Bindung* mit dem geliebten Menschen.

C. Fortgesetzte Bindungen/Continuing Bonds (CB) (Field, Klass und Andere)

1. Bindungen/Verbundenheit mit dem Verstorbenen fortzuführen, anstatt sie zu trennen, ist ein vorrangiger Prozess in der Trauer, wie eine große qualitative Forschung zeigt.

2. Die Aufrechterhaltung der Kontinuität in unseren Lebenserzählungen impliziert nachhaltige Verbundenheit mit denen, die ein lebendiger Teil unserer Lebensgeschichte waren.
3. Die Verbundenheit wiederaufzubauen statt sie aufzugeben, kann die durch den Tod gefährdete Bindungssicherheit wiederherstellen.

D. Bindungen fortführen (CB): Umgang mit dem Tod des Ehepartners (Field & Friedrichs)

1. Je 15 Witwen notierten jeweils 4 Monate bzw. 2 Jahre nach dem Tod mehrmals am Tag ihre Stimmung und ob ihre Gedanken sich auf den verstorbenen Ehemann fokussierten. Ergebnisse:
2. Alles in allem zeigten Witwen mit höherer Verbundenheit größere Trauer im Einklang mit der Bindungstheorie.
3. Allerdings trat auch ein Interaktionseffekt auf, so dass (nur) bei den Witwen 2 Jahre nach dem Tod eine stärkere CB-Bewältigung mit häufiger auftretender positiverer Stimmung verbunden war.

E. Verbinden vs. Fesseln

1. Continuing Bonds-Verhalten, das als „Fehlanpassung“/maladaptive bezeichnet werden kann, ist in mehreren Studien mit einer stark abhängigen Bindung und einer intensiven Trennungsschmerz verbunden
2. Anpassungsförderndes/ Adaptive Continuing Bonds-Verhalten:
 - ✓ basiert mehr auf einem Gefühl der psychologischen Nähe als auf der physischen Annäherungssuche (Field et al.)
 - ✓ ist verbunden mit weniger Selbst- und Fremdbeschuldigungen (Field & Bonanno)
 - ✓ wird verstärkt durch ein hohes Level an Sinn- und Bedeutungsgebung (Neimeyer et al.)
 - ✓ wird kulturell unterstützt (z.B. anpassungsfähigeres Verhalten im chinesischen als im amerikanischen Kontext) (Bonanno & Ho)

Werkzeugkasten: „Ist es für dich in Ordnung, dass es dir gut geht?“ (Rando)

Nachdenken über innere Widerstandskraft: Wenn eine Person durch langwierige Trauer oder andere Formen der Not erschöpft ist, empfiehlt Therese Rando die simple Frage: „Ist es für dich in Ordnung, dass es dir gut geht?“ Sie kann dabei helfen, die Gründe eines Klienten für den Widerstand gegenüber einer Veränderung aufzudecken, z.B. die Loyalität/Treue gegenüber dem Verstorbenen. Man muss sich oft zunächst mit diesen Hindernissen beschäftigen, bevor der Klient sich auf Verbesserungen einlassen kann.

Werkzeugkasten: Unsere Geliebten vorstellen (Hedtke)

Diese Beratungstechnik ist die gleichermaßen relevant in der Unterstützung für adaptive (normale, nicht-erschwerete) Trauer und in Trauer-Therapie für Komplikationen. Sie besteht darin, Geschichten über die Beziehung mit dem Verstorbenen zu ermutigen. Das passt nicht nur zu dem Ziel, eine sichere Bindung mit dem Geliebten zu bestärken bzw. zu reorganisieren (indem man die Aufmerksamkeit auf die Beziehung-Spur des Trauerns lenkt und pendelt zwischen Verlororientierung und Wiederherstellungsorientierung). Es bezieht die Kraft von bedeutungsschaffenden Erzählungen mit ein, die Kontinuität und Zusammenhänge deutlich machen, auch inmitten einer ungewollten Veränderung. Als eine klare Alternative zum "Loslassen", ermöglicht das Vorstellen der Geliebten es, Verbundenheit zu intensivieren, anstatt sie aufzugeben.

Mögliche Fragen, um ein solches Gespräch zu initiieren, könnten sein:

- ✓ Könnten Sie mir _____ vorstellen?
- ✓ Was hat es Ihnen bedeutet, _____ zu kennen?
- ✓ Gibt es bestimmte Zeiten, Orte oder Arten, in denen Sie sich an _____'s Wichtigkeit für Sie erinnern?
- ✓ Gibt es bestimmte Geschichten über _____, von denen sie/er gewollt hätte, dass Andere sie kennen?
- ✓ Was hat _____ Sie über das Leben gelehrt und darüber, wie Sie mit den Ihnen Aufgaben umgehen können, die jetzt auf Sie zukommen?
- ✓ Was könnte _____ sagen, was sie/er an Ihnen geschätzt hat? Welche Stärken hat _____ in Ihnen gesehen?
- ✓ Auf welche Arten könnte es Ihnen gelingen, _____ mit der Zeit näher zu kommen, anstatt sich weiter zu entfernen?
- ✓ Welchen Unterschied könnte es machen, _____'s Geschichten und Erinnerungen am Leben zu erhalten?

Werkzeugkasten: Korrespondenz mit dem Verstorbenen (Neimeyer)

Schreiben Sie an jemanden, den Sie geliebt und verloren haben, oder jemanden, den Sie bald verlieren werden.

Schreiben Sie mit der Absicht, "hello again" (Michael White) „ich melde mich mal wieder bei dir“ zu sagen, anstatt eines endgültigen Abschieds.

Sprechen Sie tief aus dem Herzen über das, was in der Beziehung wichtig ist.

Überlegen Sie, was der andere Ihnen, absichtlich oder unabsichtlich, von dauerhaftem Wert gegeben hat.

Benennen Sie die Worte, die unausgesprochen bleiben, die Fragen, die ungefragt bleiben

Wenn Sie feststecken, versuchen Sie es beispielsweise mit:

Was ich dir schon immer sagen wollte....

Was du nie verstanden hast....

Was du über mich wissen sollst....

Was ich jetzt verstehe....

Die eine Frage, die ich dir stellen wollte....

Ich will dich in meinem Leben behalten, indem....

Wahlweise können Sie als beratende/r, eine Antwort in den Worten des Anderen zu erstellen, vielleicht als Beginn eines andauernden Austauschs der Verbundenheit.

F. Imaginäre Konversation und Stuhlarbeit (Shear, Greenberg & Elliott)

1. bekräftigt die fortgesetzte Verbundenheit, die ein Gefühl der Bindungssicherheit herstellt
2. erleichtert die Lösung von belastenden Anliegen in Bezug auf den Tod oder die Beziehung, wie etwa Schuldzuweisungen an sich selbst/Schuldgefühle oder die sog. Überlebens-Schuld
3. befreit die Hinterbliebenen, um persönliche Ziele von Autonomie, Wirksamkeit und (allgemeiner) Verbundenheit zu verfolgen
4. dient als ein wichtiger Teil einer empirisch unterstützten komplizierten Trauertherapie

Werkzeugkasten: Imaginäre Konversationen

- ✓ beinhaltet in der Regel das Darstellen eines Dialogs mit dem Verstorbenen, wobei der Trauernde beide Rollen spielt.
- ✓ Kann einen leeren Stuhl oder zwei-Stuhl-Arbeit verwenden, um den Perspektivwechsel zu erleichtern, wie in emotionsfokussierter Therapie; um die Intensität des Kontaktes zu verstärken.
- ✓ Wird im Präsenz geführt, wobei der Therapeut zu Tiefe und Ehrlichkeit anregt, während er am Rande der Konversation bleibt.
- ✓ Typischerweise lebhaft emotional, klärend und bestärkend, mit Augenmerk auf die unmittelbare Erfahrung, gefolgt von Rückmeldungen, um das Gelernte/Erfahrene zu festigen.
- ✓ Variationen können sein: ein Interview mit dem Verstorbenen, ein Interview mit einem bedürftigen Aspekt des Selbst, etc.

Fallstudie: Dialog mit der verstorbenen Mutter

- Was hat Deborah in unserem In-Session-Interview mit ihrer toten Mutter entdeckt?
- Wie hat dieses Segment die Erzähl-Hausaufgaben erweitert, mit denen es begann?

Werkzeugkasten: Spuren deines Lebens/Lebens-Abdruck (Vickio, Neimeyer)

In gewissem Sinne sind wir alle "zusammengemischte Persönlichkeiten", die verschieden große und kleine Teile der vielen Menschen widerspiegeln, deren Eigenschaften und Werte wir unbewusst in unsere Vorstellung von der eigenen Identität eingebunden haben. Diese Form von "Vererbung" übersteigt die Genetik, da wir nicht nur von den Eltern kraftvoll oder subtil geformt werden können, sondern auch von Mentoren, Freunden, Geschwistern oder sogar Kindern, die wir geliebt und verloren haben. Diese Lebens-Abdrücke sind nicht immer positiv: Manchmal können wir unsere Selbstkritik, Misstrauen, Ängste und emotionale Distanz zu früheren einflussreichen Beziehungen zurückverfolgen, die jetzt nur noch innerlich präsent sind. Nehmen Sie sich ein paar Momente, um für sich allein den Abdruck einer wichtigen Figur in Ihrem Leben zu verfolgen, und dann, nach Ihrem Ermessen, besprechen Sie Ihre Beobachtungen mit einem Partner

Die Person, dessen Abdruck ich verfolgen möchte, ist: _____

Diese Person hatte folgenden Einfluss auf:

Meine Gewohnheiten, meine Art mich zu bewegen:

Meine Art zu sprechen und zu kommunizieren:

Meine Arbeit und meine Freizeitaktivitäten:

Meine Gefühle gegenüber mir selbst und Anderen:

Meine grundlegende Persönlichkeit:

Meine Werte und meine Glaubensvorstellungen:

Die Abdrücke, die ich am gern bestärken und entwickeln würde, sind:

Die Abdrücke, die ich am liebsten verwerfen oder ändern würde, sind:

Variationen und Erweiterungen:

- *Dokumentation:* Als Hausaufgabe: Lassen Sie den Klienten einige Sätze zu jede Frage schreiben, um die Verbindung zu bestärken
- *Dankesbriefe:* Schreiben Sie einen Dankesbrief an den Verstorbenen als Dank für das Geschenk, dass er/sie uns gegeben hat

- *Umfrage:* Interviewen Sie einige andere Leute über den Abdruck des Verstorbenen auf ihnen, um die Wertschätzung seines Lebens zu vertiefen
- *Geleitetes Sprechen:* Sprechen Sie direkt mit dem Verstorbenen über die Auswirkungen seines Lebens auf Ihr Eigenes – eventuell mit einem leeren Stuhl für den Verstorbenen

Literatur/Recommended Readings

- Berger, J. (2006). *Music of the soul*. New York: Routledge. [Sophisticated and practical discussion of music therapy in end-of-life and bereavement care.]
- Bonnano, G. A., Wortman, C. B. & Nesse, R. M. (2004). Prospective patterns of resilience and maladjustment during widowhood. *Psychology and Aging, 19*, 260-271.
- Buckle, J. & Fleming, S. (2010). *Parenting after the death of a child*. New York: Routledge. [Clinically relevant discussion of in-depth qualitative study of parents who lose one child, but must actively care for another.]
- Currier, J. M., Neimeyer, R. A. & Berman, J. S. (2008). The effectiveness of psychotherapeutic interventions for the bereaved: A comprehensive quantitative review. *Psychological Bulletin, 134*, 648-661. [Systematic review of outcome literature on grief therapy]
- Harris, D. (Ed.) (2011). *Counting our losses*. New York: Routledge. [Broad coverage of grief arising from “non-finite” loss, other than the death of a loved one, such as loss of marriage, ability, beliefs, work and much more.]
- Jeffreys, J. S. (2011). *Helping grieving people [2 ed.]*. New York: Routledge. [Practical handbook for care providers.]
- Jordan, J. & McIntosh, J. (Eds.). (2010). *Grief after suicide*. New York: Routledge. [Thorough coverage of research and practice issues in working with those bereaved by suicide. Comprehensive and readable.]
- Katz, R. & Johnson, T. (Eds.) (2016). *When professionals weep (2nd edition)*. New York: Routledge. [Thorough and thoughtful coverage of “countertransference” issues in end-of-life and bereavement care.]
- Keesee, N. J., Currier, J. M. & Neimeyer, R. A. (2008). Predictors of grief following the death of one’s child: The contribution of finding meaning. *Journal of Clinical Psychology, 64*, 1145-1163. [Documentation of sense-making as leading predictor of intensity of parental grief]
- Kosminsky, P. & Jordan, J. (2016). *Attachment informed grief therapy*. New York: Routledge. [Readable synthesis of attachment and neurobiological research as it bears on bereavement support and therapy, with practical implications for management of the therapy relationship]
- Neimeyer, R. A. (Ed.) (2016). *Techniques in grief therapy: Assessment and intervention*. New York: Routledge. [Compendium of numerous methods for assessing grief and meaning, as well as methods of grief therapy, with instructions for each and a case study illustrating its application. NB: this volume provides entirely different content than the original 2012 volume]
- Neimeyer, R. A. (2016). Meaning reconstruction in the wake of loss: Evolution of a research program. *Behaviour Change, doi 10.1017/beh.2016.4*
- Neimeyer, R. A. (Ed.) (2012). *Techniques in grief therapy: Creative practices for counseling the bereaved*. New York: Routledge. [Compendium of 96 methods of grief therapy, with instructions for each and a case study illustrating its application]

- Neimeyer, R. A. (2009). *Constructivist psychotherapy*. New York and London: Routledge. [Practical and readable presentation of meaning-oriented approach to psychotherapy with numerous discussions of strategies and case studies focused on bereavement]
- Neimeyer, R. A. (2009). *The art of longing*. Charleston, SC: Booksurge. [Original contemporary poetry on grief with color illustrations from various artists]
- Neimeyer, R. A. (2006). Re-storying loss: Fostering growth in the posttraumatic narrative. In L. Calhoun and R. Tedeschi (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice* (pp. 68-80). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum. [Exploration of interface of PTG and narrative]
- Neimeyer, R. A. (2002). *Lessons of loss: A guide to coping*. Memphis, TN: Center for the Study of Loss and Transition. [Written for professionals and clients or lay readers, presents research-grounded new models of grieving and practical applications to grief counseling and psychotherapy]
- Neimeyer, R. A. (Ed.) (2001). *Meaning reconstruction and the experience of loss*. Washington, D. C.: American Psychological Association. [Multifaceted scholarly and applied contributions to bereavement theory, research, and practice, including considerations of post-traumatic growth]
- Neimeyer, R. A., Harris, D., Winokur, H. & Thornton, G. (Eds.) (2011). *Grief and bereavement in contemporary society: Bridging research and practice*. New York: Routledge. [Comprehensive handbook on new conceptualizations of grief, with focus on different types of loss, special populations and therapeutic issues and methods; each chapter is coauthored by prominent researchers and practitioners to thoroughly integrate scholarship and practice.]
- Neimeyer, R. A., Holland, J. M., Currier, J. M. & Mehta, T. (2008). Meaning reconstruction in later life: Toward a cognitive-constructivist approach to grief therapy. In D. Gallagher-Thompson, A. Steffan & L. Thompson (Eds.), *Handbook of behavioral and cognitive therapies with older adults* (pp. 264-277). New York: Springer Verlag. [Discussion of research on meaning making with special reference to older adults]
- Thompson, B. E. & Neimeyer, R. A. (Eds.) (2014). *Grief and the expressive arts: Practices for creating meaning*. New York: Routledge. [Comprehensive handbook detailing dozens of grief therapy techniques using visual arts, music therapy, dance and movement, creative writing and theatre and performance, giving explicit instructions and case examples to illustrate each.]

The Integration of Stressful Life Experiences Scale (ISLES)

Bitte kreuzen Sie an, wie weit Sie mit den jeweiligen Aussagen übereinstimmen, die sich auf den Tod eines nahen Menschen beziehen. Lesen Sie jede Aussage gründlich durch und berücksichtigen Sie bitte, dass sich Ihre Zustimmung oder Ablehnung von Aussage zu Aussage ändern kann.

	Stimme vollständig zu	Stimme zu	Weder Zustimmung noch Ablehnung	Ich stimme nicht zu	Ich stimme überhaupt nicht zu
1. Seit dem Ereignis ist die Welt ein verwirrender, angstmachender Ort.	1	2	3	4	5
2. Das Ereignis macht für mich Sinn.	1	2	3	4	5
3. Ich glaube, dass die Leute mich anders sehen als vorher, wenn ich über dieses Ereignis spreche.	1	2	3	4	5
4. Es fällt mir schwer, dieses Ereignis in meine Ansichten über die Welt zu integrieren.	1	2	3	4	5
5. Ich fühle mich in einer Glaubenskrise seit diesem Ereignis.	1	2	3	4	5
6. Dieses Ereignis ist unbegreiflich für mich.	1	2	3	4	5
7. Die Ziele und Hoffnungen, die ich vorher für die Zukunft hatte, haben seit diesem Ereignis keine Bedeutung mehr für mich.	1	2	3	4	5
8. Ich bin verwirrt über das, was passiert ist.	1	2	3	4	5
9. Seit dieses Ereignis passiert ist, weiß ich nicht mehr, wie es in meinem Leben weitergehen soll.	1	2	3	4	5
10. Es wäre leichter für mich über mein Leben zu sprechen, wenn ich dieses Ereignis auslassen würde.	1	2	3	4	5
11. Meine Glaubensvorstellungen und Werte sind weniger eindeutig und klar seit diesem Ereignis.	1	2	3	4	5
12. Ich verstehe mich seit diesem Ereignis selbst nicht mehr.	1	2	3	4	5
13. Seit diesem Ereignis fällt es mir schwerer als vorher, mir vorzustellen, dass ich Teil von etwas bin, das größer ist als ich selbst.	1	2	3	4	5
14. Diese Ereignis hat dazu geführt, dass ich weniger zielgerichtet bin.	1	2	3	4	5
15. Ich habe es seit diesem Ereignis nicht geschafft, die Einzelteile meines Lebens wieder zusammenzufügen.	1	2	3	4	5
16. Seit diesem Ereignis scheint mir das Leben viel willkürlicher.	1	2	3	4	5

Note: With the exception of item 2 (which should be reverse scored), all items should be scored using the 1 (Strongly agree) to 5 (Strongly disagree) format presented above. A sum of all items can be taken to compute a total ISLES score. Likewise, items 1, 3, 5, 7, 9, 11, 12, 13, 14, 15, and 16 can be summed to compute the Footing in the World subscale, and items 2, 4, 6, 8, and 10 can be summed to compute the Comprehensibility subscale. The portion of the instructions in parentheses may be altered to make the measure applicable to different groups of interest.