



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 Ressourcen Wenig Risikofaktoren Wenig Symptome	dito	dito
Erschwerte Trauer (BVT)	Wenig Ressourcen Viele Risikofaktoren Viele Symptome	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

