



Leben.Lieben.Arbeiten

SYSTEMISCH BERATEN

Petra Rechenberg-Winter

Trauer in Familien – wenn das Leben sich wendet

V&R



Leben.Lieben.Arbeiten

SYSTEMISCH BERATEN

Herausgegeben von
Jochen Schweitzer und
Arist von Schlippe

Petra Rechenberg-Winter

Trauer in Familien – wenn das Leben sich wendet

Vandenhoeck & Ruprecht

Mit 2 Abbildungen

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-647-40510-0

Weitere Ausgaben und Online-Angebote sind erhältlich unter: www.v-r.de

Umschlagabbildung: © Leoco/shutterstock.com

© 2017, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,

Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen /

Vandenhoeck & Ruprecht LLC, Bristol, CT, U.S.A.

www.v-r.de

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

Inhalt

Zu dieser Buchreihe	7
Vorwort von Jochen Schweitzer	9
Vorbemerkung der Autorin	11
I Der Kontext: Keiner trauert für sich allein	12
● »Wollust ist die Lust zu wollen« – Trauer bei lebensverkürzender Erkrankung und am Lebensende (Fallbeispiel 1)	16
1 Uneindeutige Verluste	19
2 Wendepunkt, Wendezeit	20
3 Trauer und Konflikt	25
4 Wiederanbindung	28
II Die systemische Beratung	30
● »Und dann war alles schwarz« – Tod eines Familienmitglieds (Fallbeispiel 2)	32
5 Trauer – eine gesunde Antwort auf existenzielle Verluste	38
6 Genogramm, Systemskulptur, Ressourcenarbeit	43
7 Lebensflussmodell	49
8 Biografisches Schreiben	51
● »Die Kindheit weggerissen« – Geschwistertrauer (Fallbeispiel 3)	56
9 Erschwerte Trauerprozesse – Grenzen systemischer Beratung	58
10 Ausblick für systemisch Beratende	65

III Am Ende	70
11 Literatur	72
12 Weiterführende Informationen und Kontakte	74
13 Materialhinweise	75
14 Die Autorin	78

Zu dieser Buchreihe

7

Die Reihe »Leben. Lieben. Arbeiten: systemisch beraten« befasst sich mit Herausforderungen menschlicher Existenz und deren Bewältigung. In ihr geht es um Themen, an denen Menschen wachsen oder zerbrechen, zueinanderfinden oder sich entzweien und bei denen Menschen sich gegenseitig unterstützen oder einander das Leben schwer machen können. Manche dieser Herausforderungen (Leben.) haben mit unserer biologischen Existenz, unserem gelebten Leben zu tun, mit Geburt und Tod, Krankheit und Gesundheit, Schicksal und Lebensführung. Andere (Lieben.) haben mit unseren intimen Beziehungen zu tun, mit deren Anfang und deren Ende, mit Liebe und Hass, mit Fürsorge und Vernachlässigung, mit Bindung und Freiheit. Wiederum andere Herausforderungen (Arbeiten.) behandeln planvolle Tätigkeiten, zumeist in Organisationen, wo es um Erwerbsarbeit und ehrenamtliche Arbeit geht, um Struktur und Chaos, um Aufstieg und Abstieg, um Freud und Leid menschlicher Zusammenarbeit in ihren vielen Facetten.

Die Bände dieser Reihe beleuchten anschaulich und kompakt derartige ausgewählte Kontexte, in denen systemische Praxis hilfreich ist. Sie richten sich an Personen, die in ihrer Beratungstätigkeit mit jeweils spezifischen Herausforderungen konfrontiert sind, können aber auch für Betroffene hilfreich sein. Sie bieten Mittel zum Verständnis von Kontexten und geben Werkzeuge zu deren Bearbeitung an die Hand. Sie sind knapp, klar und gut verständlich geschrieben,

allgemeine Überlegungen werden mit konkreten Fallbeispielen veranschaulicht und mögliche Wege »vom Problem zu Lösungen« werden skizziert. Auf unter 100 Buchseiten, mit etwas Glück an einem langen Abend oder einem kurzen Wochenende zu lesen, bieten sie zu dem jeweiligen lebensweltlichen Thema einen schnellen Überblick.

Die Buchreihe schließt an unsere Lehrbücher der systemischen Therapie und Beratung an. Unsere Bücher zum systemischen »Grundlagenwissen« (1996/2012) und zum »störungsspezifischen Wissen« (2006) fanden und finden weiterhin einen großen Leserkreis. Die aktuelle Reihe erkundet nun das »kontextspezifische Wissen« der systemischen Beratung. Es passt zu der unendlichen Vielfalt möglicher Kontexte, in denen sich »Leben. Lieben. Arbeiten« vollzieht, dass hier praxisbezogene kritische Analysen gesellschaftlicher Rahmenbedingungen ebenso willkommen sind wie Anregungen für individuelle und für kollektive Lösungswege. Um klinisch relevante Störungen, um systemische Theoriekonzepte und um spezifische beraterische Techniken geht es in diesen Bänden (nur) insoweit, als sie zum Verständnis und zur Bearbeitung der jeweiligen Herausforderungen bedeutsam sind.

Wir laden Sie als Leserin und Leser ein, uns bei diesen Exkursionen zu begleiten.

Jochen Schweitzer und Arist von Schlippe

Vorwort

Das Sterben ist, gemeinsam mit der Geburt, das wohl existenziellste Ereignis im Leben jedes einzelnen Menschen. Dasselbe kann möglicherweise für den Verlust eines geliebten Menschen durch Sterben innerhalb der Familie gelten. Daher ist »Trauer in Familien« ein besonders schöner Band am Beginn einer Buchreihe, die sich den großen Herausforderungen des Lebens widmet.

Es ist – so viel Schwärmen sei mir erlaubt – in mehrerer Hinsicht ein wunderbares Buch. Petra Rechenberg-Winter rückt darin das Sterben und die Trauer als »unsere angeborene Fähigkeit, Verluste zu überstehen und uns ... neu zu orientieren« (S. 21) aus seinen in modernen Gesellschaften oft marginalisierten Randstellungen ins Zentrum unseres Lebens. Sie vermittelt uns wohlwollendes Verständnis dafür, wenn Familienmitglieder intuitiv eine »Aufgabenverteilung« beim Trauern vornehmen – eine Spezialisierung, in der ein Mitglied für das traurige Rückwärtsschauen, ein anderes für »Es muss jetzt trotzdem weitergehen«, ein drittes für »Lasst mir meine Ruhe« und ein viertes für »Wir müssen darüber sprechen« zuständig wird. Sie erklärt uns anschaulich die »Pendelbewegungen« des Trauerns und führt uns ein in die Vielzahl und das Verständnis »erschwerter« Trauerprozesse. Petra Rechenberg-Winter veranschaulicht die ganze Breite möglicher Trauerreaktionen und macht sie verständlich als individuell und kollektiv sinnvolle Bewältigungsprozesse in Wendezeiten – auch da, wo (sehr oft) Trauernde an den Trauerreaktionen der Mittrauernden leiden.

Das Buch beschreibt, wie eine breite Palette systemischer und anderer Beratungstechniken sowie entwicklungspsychologische Trauerprozess-Modelle einfühlsam mit trauernden Familien genutzt werden können. Ausführlich geschieht das für die Genogrammarbeit, das Lebensflussmodell und das biografische Schreiben. Aber auch von Netzwerklandkarten, Schatzkisten, Foto-Betrachtungen und Freudenbiografien ist zu lesen, von behutsamer Auftragsklärung und einfühlsamem ressourcenorientiertem Fragen. Von außerhalb des engeren systemberaterischen Bezugsrahmens grüßen Verena Kast als jungianische Analytikerin, Albert Camus als Existentialphilosoph und eine Reihe renommierter Trauerforscher.

Schließlich finde ich auch den Schreibstil der Autorin wunderbar – nicht verwunderlich, ist Petra Rechenberg-Winter doch als »Master of Biographical and Creative Writing« auch als Klinische Poesie- und Bibliothérapeutin tätig. Ich selbst habe das Buch mit großem persönlichem und fachlichem Gewinn gelesen und wünsche dies auch allen Leserinnen und Lesern.

Jochen Schweitzer