

LANGENMAYR, Arnold: *Trauerbegleitung. Beratung – Therapie – Fortbildung*. Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht 1999. 200 S. Kart. 39,-.

Der Verfasser ist Professor für Psychologie und betrachtet das Phänomen der Trauer als Wissenschaftler und Psychotherapeut. Er hat sich mehrere Jahre, zusammen mit Mitarbeitern, mit der Beratung und Therapie Trauernder beschäftigt und auf Grund dieser Erfahrung ein eigenes Konzept einer „klientenzentrierten Trauertherapie“ entwickelt. Der Wunsch, die eigenen Erfahrungen und den wissenschaftlichen Kenntnisstand an einen größeren Kreis von Interessenten weiterzugeben, führte zur Gründung eines eigenen Instituts mit dem Schwerpunkt Fortbildung in der Trauerberatung. Im vorliegenden Buch wird vorgestellt, was Grundlage der Fortbildungsseminare ist.

Das einleitende Kapitel faßt zusammen, was über den Umgang mit Trauer in verschiedenen Zeitepochen und Kulturen bisher wissenschaftlich erarbeitet worden ist. Die Darstellung gliedert sich in vier große Kapitel: Der Trauerprozeß – Folgen der Trauer – Trauertherapie – Spezielle Trauertherapien. Zwei kürzere Beiträge am Schluß berichten über empirische Evaluationen von Trauertherapie sowie von dem Fortbildungsprogramm in Trauerberatung und Trauertherapie des Verfassers.

Die wissenschaftliche Beschäftigung mit der Trauer hat besonders in der jüngsten Vergangenheit dazu geführt, die Trauerreaktion objektiv zu beschreiben und klinisch einzuordnen. Für Th. A. Rando zum Beispiel ist die normale, unkomplizierte Trauer eine Form der posttraumatischen Stressstörung. Andere Untersuchungen rücken die Trauerreaktion in die Nähe von krankhaften Phänomenen oder sehen darin eine natürliche biologische Funktion. G. Caplan versteht die Trauerreaktion als „Copingkrise“. Es wurde der Versuch unternommen, Trauerphasen zu benennen und Traueraufgaben zu stellen, pathologische Trauerprozesse von nichtpathologischen abzugrenzen. Rando hat versucht, besonders belastende Faktoren beim Trauerprozeß herauszuarbeiten. Trauer ist nicht gleich Trauer, sondern hängt davon ab, ob der Verlust plötzlich eintritt, ob dabei Gewalt, Verletzung, Zerstörung im Spiel ist, ob es sich um einen Suizid handelt usw.

Spezielle Trauersituationen, zum Beispiel der Verlust der Eltern bei Kindern, die Reaktion auf Totgeburten, die Verarbeitung des Plötzlichen Kindstods u.a. wurden wissenschaftlich untersucht. Als Trauerfolgen wurden typische psychische Symptome von nicht-typischen abgegrenzt, körperliche Folgen untersucht, ebenso das sogenannte „Nachsterben“, d.h. der relativ rasch nach dem Tod eines Beziehungspartners folgende Tod des anderen Partners. Es gibt Untersuchungsergebnisse zu sozialen Reaktionen, zu Auswirkungen auf das Sprachverhalten und Gläubigkeit sowie zu Langzeitfolgen. Zum Thema Trauertherapie werden die bekannten psychotherapeutischen Schulen manchmal etwas zu breit dargestellt und nach ihrem Beitrag zur Trauertherapie befragt. Allerdings vermisse ich dabei die Logotherapie.

Bei den speziellen Trauertherapien handelt es sich um Verfahren, die eigens für die Anwendung auf Verlustsituationen konzipiert worden sind. Dazu gehören die Kriseninterventionsprogramme, wie sie in den USA eingesetzt werden. Die früheste und bekannteste Form einer speziellen Trauertherapie ist die „Regrief-Therapy“ von V. D. Volkan. Weiter zu nennen sind gestalttherapeutische Rituale, konfrontative Ansätze aus verhaltenstherapeutischer Sicht, die Familienübergangstherapie nach S. H. Horwitz und andere.

Das im Buch dargestellte Material soll in seiner ganzen Vielfalt von den Teilnehmern der Fortbildung durchgearbeitet werden. Dadurch soll es jedem Teilnehmer ermöglicht werden, die zu seinem Naturell passende Therapiemethode zu finden. Langenmayr stellt in Kürze einige der Übungen dar, mit denen wesentliche Elemente der Ausbildung verdeutlicht und auf die Person des Teilnehmers bezogen werden sollen. Man kann sich einigermaßen vorstellen, wie die Methodenvielfalt sinnvollerweise eingesetzt werden kann. Sicher handelt es sich bei der klientenzentrierten Trauertherapie um ein integratives Modell, dessen konkrete Gestalt sich erfahrungsgemäß nur unzureichend darstellen läßt. Rollenspiele, Selbsterfahrungsgruppe und Supervision sind wesentliche Elemente dieser Fortbildung. Menschen, die diese Fortbildung absolviert haben, dürften auch für schwierigere Trauerfälle, wie sie in der Folge schwerer Unglücke auftreten, einigermaßen gerüstet sein. *Norbert Mulde SJ*