

## **Sterben aus Sicht der Angehörigen Donnerstag, 23. September**

Was heisst es, wenn ein geliebter  
Mensch stirbt?

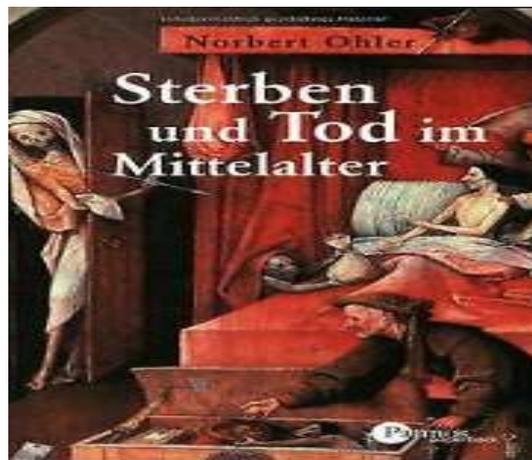
Mit der Psychologin Regula Gasser.



**STERBEN AUS DER SICHT VON  
ANGEHÖRIGEN**

**DR. PHIL. REGULA GASSER,  
PSYCHOLOGIN SOH**

# VERGÄNGLICHKEIT ALS TEIL UNSERES LEBENS



# WAS IST TRAUER?

Natürliche Reaktion

Ausdruck eines Verlustes

breites Spektrum an  
Gefühlen und  
Verhaltensweisen

Wiederherstellung  
eines seelischen  
Gleichgewichts

Bewältigung

# MENSCHEN ERLEBEN STERBEN UND TRAUER UNTERSCHIEDLICH



# WER IST DER/DIE STERBENDE?



# WIE STARK IST DIE BINDUNG ZUR STERBENDEN PERSON?



# ART DES STERBENS/DES TODES UNVORBEREITET



# UNHEILBARE KRANKHEIT



# PERSÖNLICHKEIT



Geschlecht



Lebenserfahrung



Alter

# KULTUR



# LEBENSITUATION



Soziales  
Netzwerk



Arbeitsbelastung  
im Beruf



Veränderung  
von Rollen

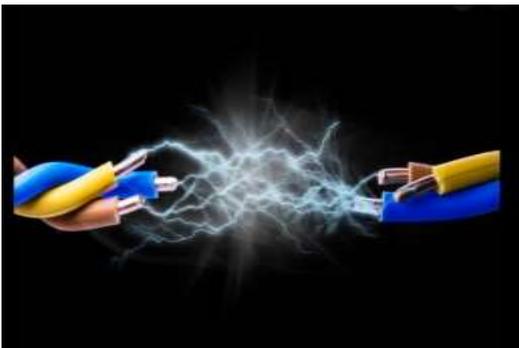


# HERAUSFORDERUNGEN VON ANGEHÖRIGEN



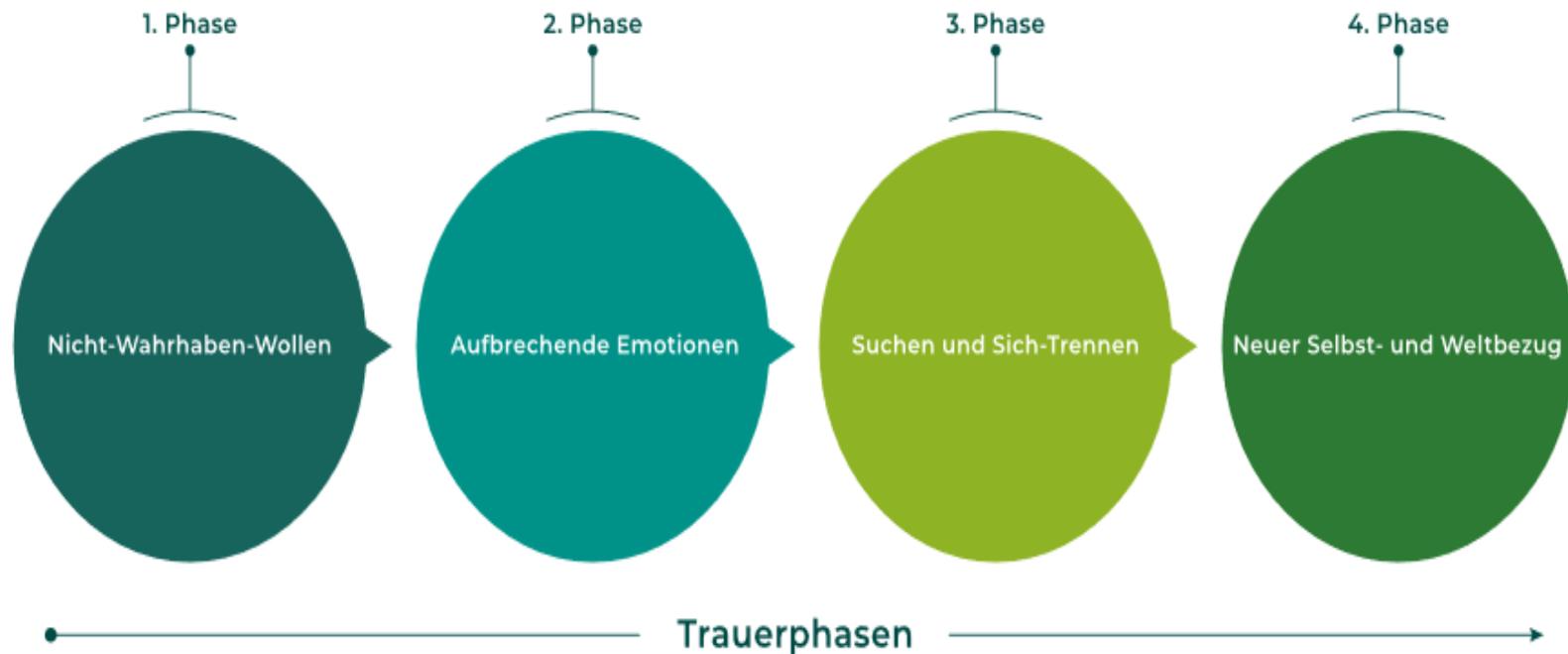
- Der medizinische Fortschritt ermöglicht bei unheilbaren Erkrankungen eine längere Überlebenszeit
- Dadurch sind Spitalaufenthalte kürzer geworden

➔ Dies erfordert für Angehörige eine intensivere Begleitung → sind stärker belastet



- Das Leben des kranken Menschen geht dem Ende entgegen
- Das Leben der Angehörigen geht weiter

# WIE LÄUFT TRAUER AB? PHASENMODELLE (VERENA KAST)



# J. WILLIAM WORDEN

## TRAUERAUFGABEN

Tasks of grief

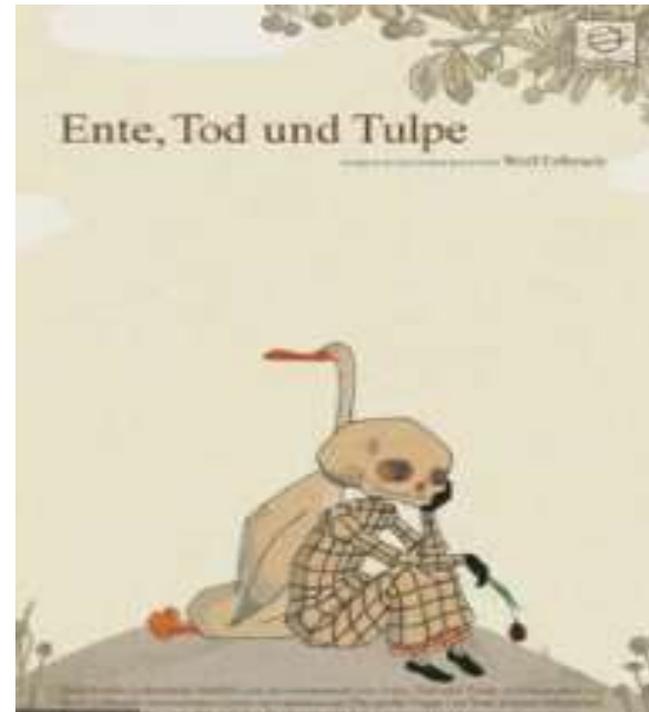




## Aufgabe 1)

Die unfassbare Realität des Todes/Sterbens zu begreifen

# Mit Kindern trauern



## Trauerrituale in freier Natur



Realisieren, dass der tote Mensch nicht mehr  
zurückkommen wird



## Aufgabe 2)

Den Schmerz verarbeiten, Gefühle anerkennen



### Aufgabe 3)

Sich an eine Welt ohne die sterbende/verstorbene Person anpassen



Neue Rollen und Aufgaben übernehmen



## Aufgabe 4)

Dem Verstorbenen einen neuen Platz im Leben geben

# TRAUERPROZESS ALS BALANCEAKT

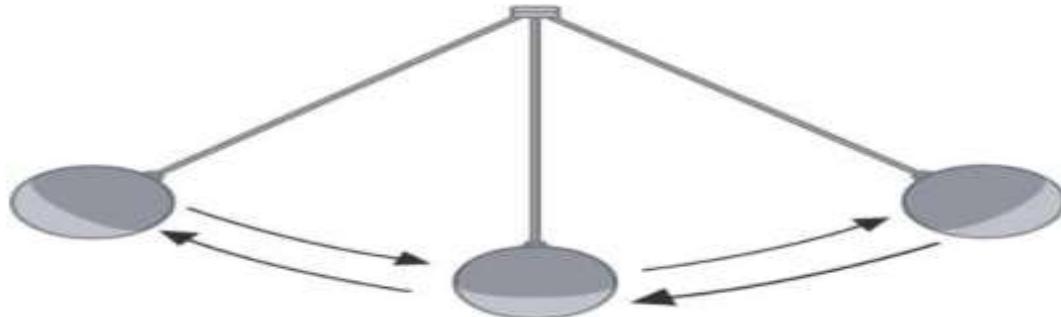
## Vergangenheit

- Trauerprozess
- Schmerz um den Verlust
- Veränderung der Bindung zum Verstorbenen



## Zukunft

- Ablenkung
- neue Aufgaben wahrnehmen
- Gestaltung des Lebens ohne den Verstorbenen



# WANDLUNG DES SCHMERZES

