

Dittmar Rostig

Einen geliebten Menschen im Sterben begleiten

Wie wir Abschied gestalten
und Trauer sinnvoll erleben

Ernst Reinhardt Verlag München Basel

Dr. *Dittmar Rostig* ist Sozio-, Trauer- und Traumatherapeut und verfügt über langjährige Erfahrungen in der Sterbe- und Trauerbegleitung in eigener therapeutischer Praxis und am „Zentrum für Trauerbegleitung und Lebenshilfe“ in Dresden. (Weitere Informationen finden Sie unter <http://www.ztl-trauerbegleitung.de>)

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 978-3-497-02469-8 (Print)

ISBN 978-3-497-60183-7 (E-Book)

© 2014 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Printed in Germany

Lektorat / Redaktion im Auftrag des Ernst Reinhardt Verlages: Cornelia Fichtl, München

Reihenkonzeption Umschlag: Oliver Linke, Hohenschäftlarn

Covermotiv: © Sunnydays / Fotolia.com

Satz: FELSBURG Satz & Layout, Göttingen

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München
Net: www.reinhardt-verlag.de E-Mail: info@reinhardt-verlag.de

Inhalt

Vorwort	7
1 Eine Diagnose wird gestellt	9
Aufklärung am Krankenbett: Ein Prozess	9
Sterbephasen und Reaktionsmuster	15
2 Wie wir Abschied nehmen	28
Abschiedliches Leben in Bildern	29
Kindheitsmuster	33
Aufstand in der Pubertät	44
Erste Bilanz in der Mitte des Lebens	45
Bilanz am Ende des Lebens	48
3 Sterben zu Hause	51
Die Wünsche der Sterbenden	51
Hospizbewegung und Palliativmedizin	52
Ein Netzwerk knüpfen: Bausteine für die häusliche Lebens- und Sterbebegleitung	55
Herausforderungen für begleitende Angehörige	62
Selbstfürsorge contra Burnout	67
4 Leben auf den Tod hin	73
Sorgen und Ängste von Angehörigen	73
Wenn Sterbende schwer Abschied nehmen	80
5 Demenzkranke Angehörige begleiten	93
Wie der demenziell Erkrankte seine Welt wahrnimmt	94
Bedürfnisse und Wünsche sterbender Menschen	100

6	Wenn ein Kind stirbt	111
	Abschied vom ungeborenen Kind	112
	Wenn Geburt und Tod zusammenfallen	119
	Rituale beim Verlust eines Kindes	128
	Wie Kinder trauern	131
7	Kommunikation am Ende des Lebens	147
	Miteinander reden und schweigen	147
	Körpersprache und die Kommunikation der Sinne ...	151
8	Wenn der Tod eingetreten ist	162
	Den Hausarzt benachrichtigen	162
	Das Bestattungsinstitut aufsuchen	163
	Aufbahrung der Toten	164
	Rituale für den Abschied	168
	Die Trauerfeier gestalten	176
9	Trauer als Antwort auf Verluste	178
	Du musst loslassen	178
	Lebe deine Gefühle	181
	Werde aktiv und handle	187
	Fortgesetzte Bindungen – Teilhabe am Leben	193
	Biografie der Freude als Ressourcenarbeit	194
	Loslassen und Festhalten	198
	Literatur	202
	Medien	206
	Sachregister	207