

Roland Kachler

Nachholende Trauerarbeit

Hypnosystemische Beratung
und Psychotherapie
bei frühen Verlusten

2018

Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats des Carl-Auer Verlags:

| | |
|---|--|
| Prof. Dr. Rolf Arnold (Kaiserslautern) | Prof. Dr. Wolf Ritscher (Esslingen) |
| Prof. Dr. Dirk Baecker (Witten/Herdecke) | Dr. Wilhelm Rothaus (Bergheim bei Köln) |
| Prof. Dr. Ulrich Clement (Heidelberg) | Prof. Dr. Arist von Schlippe (Witten/Herdecke) |
| Prof. Dr. Jörg Fengler (Köln) | Dr. Gunther Schmidt (Heidelberg) |
| Dr. Barbara Heitger (Wien) | Prof. Dr. Siegfried J. Schmidt (Münster) |
| Prof. Dr. Johannes Herwig-Lempp (Merseburg) | Jakob R. Schneider (München) |
| Prof. Dr. Bruno Hildenbrand (Jena) | Prof. Dr. Fritz B. Simon (Berlin) |
| Prof. Dr. Karl L. Holtz (Heidelberg) | Dr. Therese Steiner (Embrach) |
| Prof. Dr. Heiko Kleve (Witten/Herdecke) | Prof. Dr. Dr. Helm Stierlin (Heidelberg) |
| Dr. Roswita Königswieser (Wien) | Karsten Trebesch (Berlin) |
| Prof. Dr. Jürgen Kriz (Osnabrück) | Bernhard Trenkle (Rottweil) |
| Prof. Dr. Friedebert Kröger (Heidelberg) | Prof. Dr. Sigrid Tschöpe-Scheffler (Köln) |
| Tom Levold (Köln) | Prof. Dr. Reinhard Voß (Koblenz) |
| Dr. Kurt Ludewig (Münster) | Dr. Gunthard Weber (Wiesloch) |
| Dr. Burkhard Peter (München) | Prof. Dr. Rudolf Wimmer (Wien) |
| Prof. Dr. Bernhard Pörksen (Tübingen) | Prof. Dr. Michael Wirsching (Freiburg) |
| Prof. Dr. Kersten Reich (Köln) | |

Themenreihe »Hypnose und Hypnotherapie«

hrsg. von Bernhard Trenkle

Reihengestaltung: Uwe Göbel

Satz: Drißner-Design u. DTP, Meßstetten

Printed in Germany

Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck



Erste Auflage, 2018

ISBN 978-3-8497-0239-7 (Printausgabe)

ISBN 978-3-8497-8141-5 (ePUB)

ISBN 978-3-8497-8142-2 (PDF)

© 2018 Carl-Auer-Systeme Verlag
und Verlagsbuchhandlung GmbH, Heidelberg
Alle Rechte vorbehalten

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.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren
und zum Verlag finden Sie unter: www.carl-auer.de.

Wenn Sie Interesse an unseren monatlichen Nachrichten haben,
abonnieren Sie den Newsletter unter <http://www.carl-auer.de/newsletter>.

Carl-Auer Verlag GmbH
Vangerowstraße 14 • 69115 Heidelberg
Tel. +49 6221 6438-0 • Fax +49 6221 6438-22
info@carl-auer.de

Inhalt

| | |
|--|-----------|
| Vorwort | 9 |
| 1 Die Grundlagen der nachholenden Trauer- und Beziehungsarbeit – Der hypnosystemische Traueransatz | 11 |
| 1.1 Hypnosystemischer Ansatz als beziehungsorientierter Traueransatz | 12 |
| <i>Überwindung des psychoanalytisch fundierten Trauerverständnisses – Trauern ist mehr als Loslassen</i> | <i>12</i> |
| 1.2 Der hypnosystemische Trauer- und Beziehungsansatz – Eine neue innere Beziehung finden | 14 |
| 1.3 Das Metamodell des hypnosystemischen Trauer- und Beziehungsansatzes – Das Fließen der Trauer und der Liebe ... | 16 |
| 1.4 Die Vertragsarbeit in der Trauerbegleitung – Vier Einladungshorizonte | 21 |
| 1.5 Stabilisierungsarbeit und Transformation der Dissoziation – Einladung zum Wahrnehmen und Weiterleben | 23 |
| 1.6 Die schmerzliche Realisierungsarbeit – Einladung, mit der Abwesenheit des Verstorbenen leben zu lernen | 25 |
| 1.7 Die kreative Beziehungsarbeit – Einladung zur sicheren und freien Beziehung zum Verstorbenen | 28 |
| 1.7.1 <i>Die Reinternalisierung des Verstorbenen</i> | <i>29</i> |
| 1.7.2 <i>Die Installation eines sicheren Ortes für den Verstorbenen</i> | <i>31</i> |
| 1.7.3 <i>Beziehungsarbeit als Konfliktklärung</i> | <i>36</i> |
| 1.8 Die Arbeit am weitergehenden Leben – Einladung zu einem Leben, in dem es wieder Glück geben darf | 37 |
| 1.9 Die bleibende innere Verbundenheit und die bleibende Wehmut – Wie sieht eine gelungener Trauer- und Beziehungsprozess aus? | 39 |
| 2 Diagnostik, Indikation und Vertragsarbeit bei nachholender Trauer- und Beziehungsarbeit | 43 |
| 2.1 Nachholende Trauerarbeit bei früheren und frühen Verlusten .. | 44 |
| 2.1.1 <i>Was sind frühere Verluste?</i> | <i>44</i> |
| 2.1.2 <i>Frühe Verluste in der Kindheit und Jugendzeit – Der Schwerpunkt dieses Buches</i> | <i>44</i> |
| 2.1.3 <i>Der Begriff der nachholenden Trauer- und Beziehungsarbeit</i> | <i>46</i> |
| 2.2 Frühe Verluste als bewusstes oder unbewusstes Thema | 47 |
| 2.2.1 <i>Bewusster Wunsch nach einer Aufarbeitung eines frühen Verlustes ...</i> | <i>47</i> |

| | | |
|----------|---|-----------|
| 2.2.2 | Frühe Verluste als unbewusste Hintergründe aktueller Themen und Symptome | 49 |
| 2.2.3 | Diagnostische Abklärungen der damaligen Verlustsituation | 53 |
| 2.2.4 | Diagnostische Abklärungen der Beziehung zum Verstorbenen | 55 |
| 2.2.5 | Diagnostische Abklärungen bezüglich der biografischen Entwicklung bis heute | 56 |
| 2.2.6 | Verträge in der nachholenden Trauer- und Beziehungsarbeit | 57 |
| 2.2.7 | Psychoedukation über Ansatz, Methoden und Prozess der nachholenden Trauer- und Beziehungsarbeit | 60 |
| 2.2.8 | Therapieplanung und Therapiesteuerung | 60 |
| 3 | Hypnosystemische Ego-State-Therapie in der nachholenden Trauer- und Beziehungsarbeit | 63 |
| 3.1 | Der hypnosystemische Ego-State-Ansatz als Grundlage der nachholenden Trauerarbeit | 63 |
| 3.1.1 | Der Überblick über verschiedene Ego-State-Ansätze | 63 |
| 3.1.2 | Definition von Ego-States und ihrer Funktion bei einem frühen Verlust | 66 |
| 3.1.3 | Systemischer, hypnotherapeutischer und hypnosystemischer Ansatz in der Ego-State-Therapie bei einer Verlusterfahrung | 70 |
| 3.2 | Methoden der hypnosystemischen Ego-State-Therapie in der nachholenden Trauerarbeit | 72 |
| 3.2.1 | Trance und imaginative Prozesse | 73 |
| 3.2.2 | Die Installation von heilsamen transformatorischen Orten für die Kind-Ego-States | 75 |
| 3.2.3 | Dissoziative und assoziative Prozesse | 76 |
| 3.2.4 | Der Zugang zu den frühen Verlustsituationen | 77 |
| 3.2.5 | Die Arbeit mit Trauer und Schmerz in der nachholenden Trauer- und Beziehungsarbeit | 78 |
| 3.2.6 | Die Arbeit mit den Beziehungsgefühlen in der nachholenden Trauer- und Beziehungsarbeit | 80 |
| 3.2.7 | Die Arbeit mit transformierenden Imaginationen | 81 |
| 3.2.8 | Die Arbeit auf der inneren Bühne – Imaginative Begegnungsprozesse anleiten | 84 |
| 3.2.9 | Utilisierung des Prozesses für die Lösung der aktuellen Thematik oder Symptomatik | 85 |
| 4 | Die nachholende Beelerungsarbeit für die trauernden Kind-Ego-States | 87 |
| 4.1 | Das Verlusterleben der Kind-Ego-States | 87 |
| 4.1.1 | Frühe Verluste und ihre traumatisierende Qualität – Die Kind-Ego-States in der Dissoziation | 87 |

| | | |
|----------|--|------------|
| 4.1.2 | <i>Verlustschmerz und Trauer bei Kindern und Jugendlichen – Die trauernden Kind-Ego-States</i> | 89 |
| 4.1.3 | <i>Abwehr und Wut in der Verlustsituation – Die widerständigen Kind-Ego-States in der Verlust- und Trauersituation</i> | 91 |
| 4.2 | Entstehung von Verlust- und Trauerskripten | 92 |
| 4.3 | Installation eines haltenden Trauerortes für trauernde Kind-Ego-States. | 95 |
| 4.4 | Die Aktualisierung der in der Verlust- und Trauersituation entstandenen trauernden Kind-Ego-States | 97 |
| 4.4.1 | <i>Imagination des trauernden Kind-Ego-States als Einzelbild</i> | 98 |
| 4.4.2 | <i>Imagination des trauernden Kind-Ego-States in einer erinnerten Verlustsituation</i> | 100 |
| 4.5 | Die Beelerungsarbeit – Basis einer gelingenden nachholenden Trauerarbeit | 102 |
| 4.6 | Die Beelerungsarbeit in traumatisierenden Verlustsituationen – Das Bergen des traumatisierten Kind-Ego-States. | 109 |
| 4.7 | Beelerung und die Transformation des Verlust- und Trauerskriptes | 114 |
| 4.8 | Vorbereitung der nächsten Prozessschritte | 116 |
| 5 | Nachholende Realisierungsarbeit für die trauernden Kind-Ego-States | 117 |
| 5.1 | Nachholende Trauerarbeit als vierfache Arbeit mit der Trauer der Kind-Ego-States. | 117 |
| 5.2 | Die nachholende Realisierung und die Arbeit mit der eigenen Trauer des Kind-Ego-States | 122 |
| 5.2.1 | <i>Voraussetzungen für die nachholende Realisierungsarbeit</i> | 123 |
| 5.2.2 | <i>Die behutsame Konfrontation mit den Realitäten des Verlustes</i> | 124 |
| 5.2.3 | <i>Die Begleitung des Kind-Ego-States während der Konfrontation – Der Prozess der begleiteten Konfrontation</i> | 127 |
| 5.2.4 | <i>Abschluss der Konfrontationsarbeit</i> | 131 |
| 5.2.5 | <i>Mögliche Probleme bei der konfrontierenden Realisierungsarbeit</i> | 133 |
| 5.3 | Die identifikatorische Trauer, die übernommene Trauer und die Trauer um sekundäre Verluste | 136 |
| 6 | Nachholende Beziehungsarbeit zwischen den Kind-Ego-States und den Ego-States des Verstorbenen | 138 |
| 6.1 | Die Arbeit an der inneren Beziehung zu den Ego-States des Verstorbenen. | 138 |
| 6.1.1 | <i>Die relevanten Kind-Ego-States in der Beziehung zu den Ego-States des Verstorbenen</i> | 140 |

| | |
|---|------------|
| 6.1.2 Die Beziehungsskripte der Kind-Ego-States | 143 |
| 6.1.3 Die Ego-States des Verstorbenen | 144 |
| 6.2 Reaktualisierung der Beziehung zu den Ego-States des Verstorbenen durch Erinnerungsarbeit | 147 |
| 6.3 Nachholendes Ermöglichen einer imaginativen Beziehung zu den Ego-States des Verstorbenen | 149 |
| 6.4 Erleben der Beziehung zu den Ego-States des Verstorbenen auf der inneren Bühne | 153 |
| 6.5 Klärung von ungelösten Themen in der Beziehung | 157 |
| zu den Ego-States des Verstorbenen auf der inneren Bühne | 157 |
| 6.6 Lösung der identifikatorischen Trauer durch Differenzierung in Bezogenheit | 167 |
| 7 Nachholende hypnosystemische Therapie des verbleibenden trauernden Familiensystems | 172 |
| 7.1 Das verbleibende trauernde Familiensystem | 172 |
| 7.2 Die Rückgabe der blockierenden übernommenen Trauer – Die Arbeit an der systemischen Trauer | 174 |
| 7.3 Das Nachbetrauern des sekundären Verlustes der Eltern und der verlorenen Vollständigkeit der Familie | 178 |
| 7.4 Nachholende Familientherapie an den Strukturen der zurückbleibenden Familie | 180 |
| 8 Nachholende Entwicklung der Kind-Ego-States und Lösung der aktuellen Symptomatik | 184 |
| 8.1 Transformation der Trauer und Abschied von der Trauer | 184 |
| 8.2 Von der gebundenen zur verbundenen Beziehung zu den Ego-States des Verstorbenen | 186 |
| 8.3 Lebensorientierte und lebensblockierende Kind- Ego-States nach der Verlustsituation | 188 |
| 8.4 Die lebensblockierenden Skripte und ihre Veränderung | 193 |
| 8.5 Begleitung des Kind-Ego-States in die Weiterentwicklung und in das Leben | 196 |
| 8.6 Lösung der akuten Thematik oder Symptomatik der Klientin | 198 |
| Nachwort | 200 |
| Literatur | 201 |
| Über den Autor | 204 |