

# FoBi „NRW Notfallseelsorge“

## Wie verarbeiten Menschen Verluste? Das Duale Prozessmodell

### Bochum 2019

Heidi Müller, Trauerzentrum Frankfurt/ IBBE e.V., [www.trauerforschung.de](http://www.trauerforschung.de)



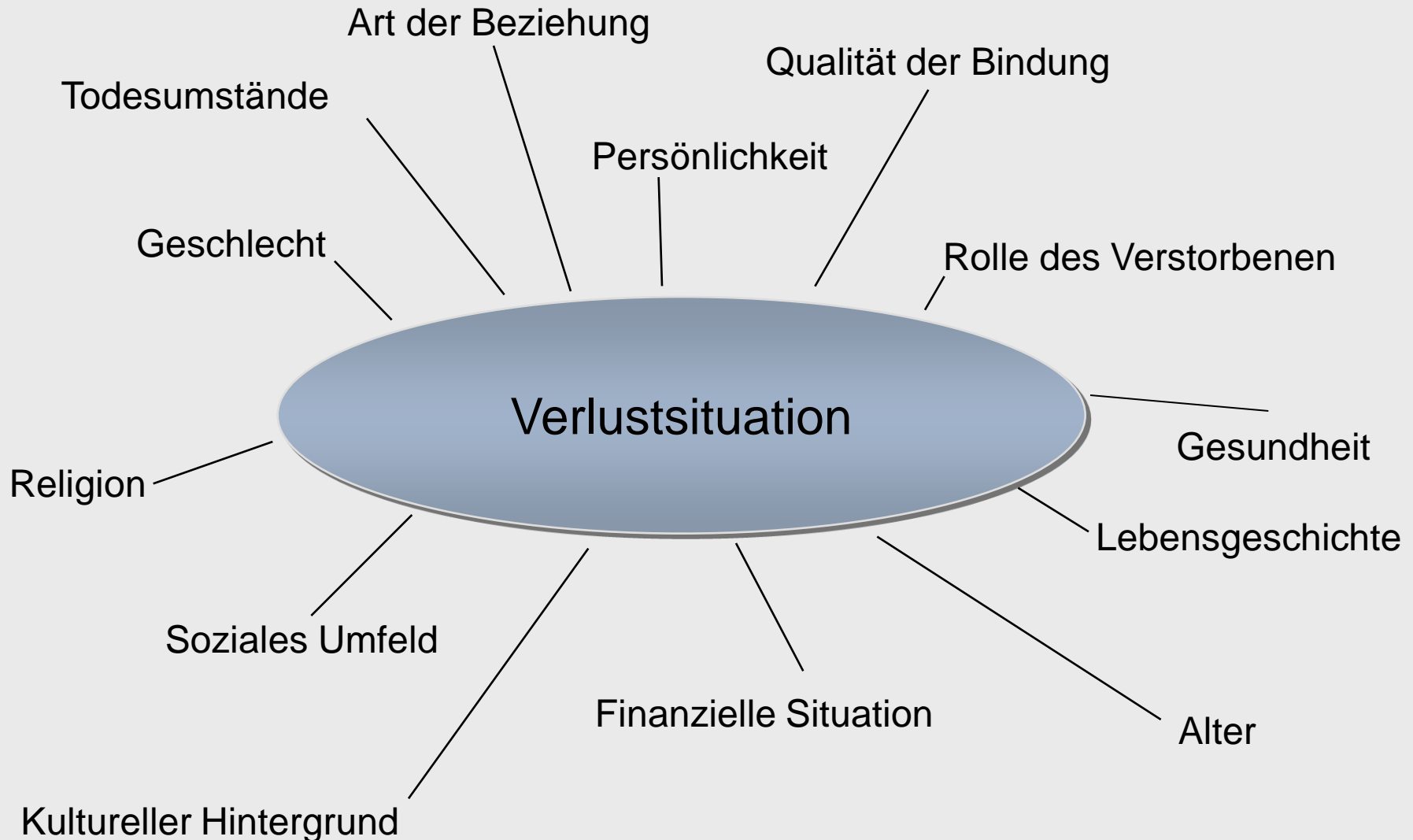
# Trauer ist...



Trauer bezeichnet die natürliche Reaktion auf das Erleben eines Verlustes bzw. die Bewältigung einer Verlusterfahrung. In der Regel handelt es sich dabei um den Verlust einer Bezugsperson durch deren Tod, prinzipiell kommen aber auch andere Verlustobjekte in Betracht (z.B. ein Körperteil, die Heimat, das Ende eines Lebensabschnitts, die Hoffnung auf eine Karriere.“

Joachim Wittkowski, 2010

# „Trauer hat viele Gesichter“: Einflussfaktoren



# Trauermodelle



Phasenmodell (z.B. Bowlby, 1980)	Traueraufgabenmodell (Worden, 1991)	DPM (Stroebe & Schut, 1999)
Schock	Den Verlust als Realität akzeptieren	Den Verlust als Realität akzeptieren ... <i>und die veränderte Welt als Realität anerkennen.</i>
Sehnsucht und Suche nach der verlorenen Person	Den Trauerschmerz verarbeiten	Den Trauerschmerz verarbeiten ... <i>und auch zeitweise bewusst Abstand vom Trauerschmerz nehmen.</i>
Verzweiflung	Sich an eine Welt ohne die verstorbene Person anpassen	Sich an eine Welt ohne die verstorbene Person anpassen ... <i>und die Anforderungen der veränderten (subjektiven) Umwelt bewältigen.</i>
Reorganisation	Eine dauerhafte Verbindung zur verstorbenen Person inmitten des Aufbruchs in ein neues Leben finden	Eine dauerhafte Verbindung zur verstorbenen Person inmitten des Aufbruchs in ein neues Leben finden ... <i>und neue Rollen, Identitäten und Beziehungen aufnehmen.</i>

# Das Duale Prozessmodell der Verlustbewältigung

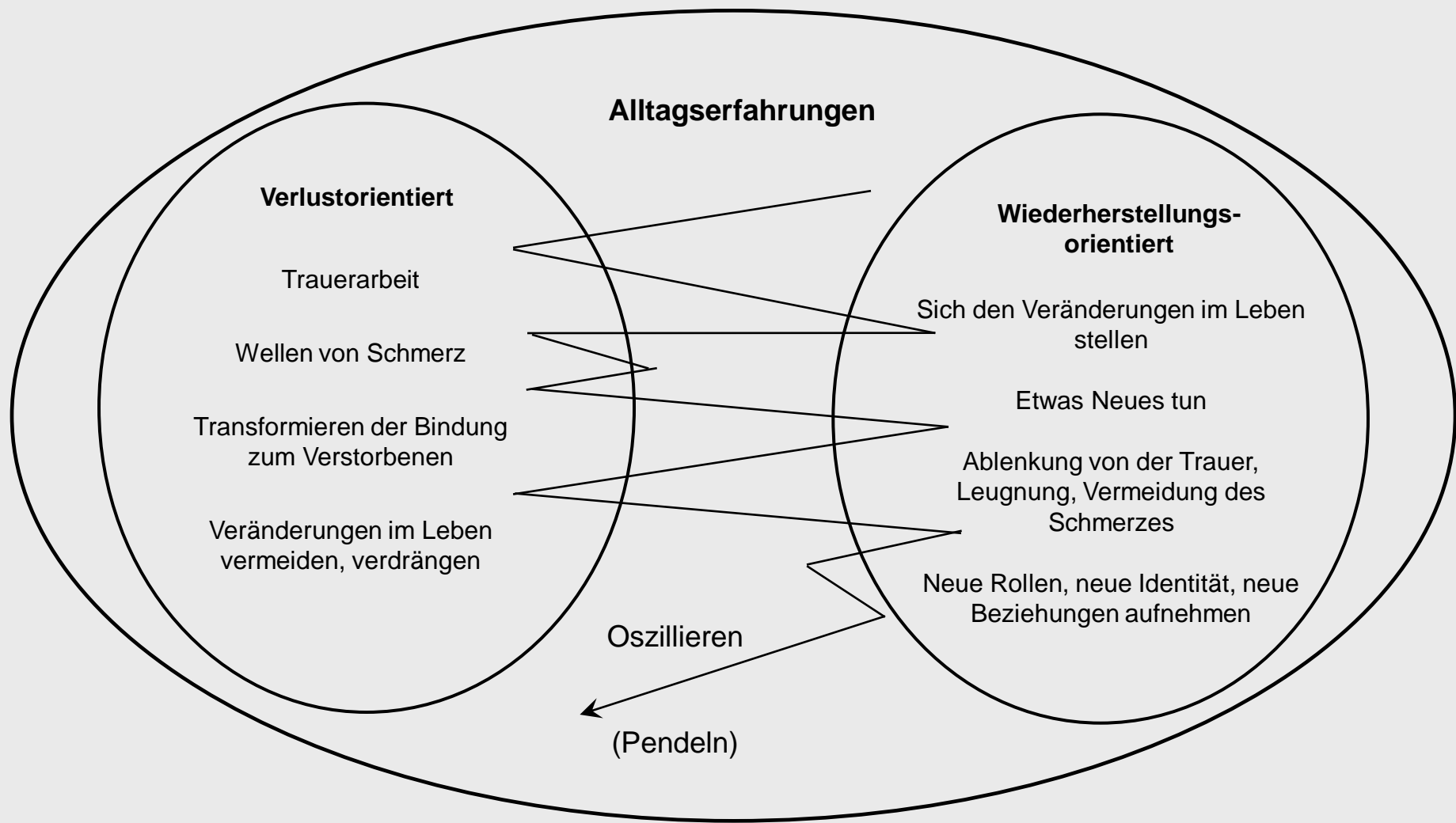


Abb.: Das Duale Prozessmodell (DPM)  
Quelle: Stroebe, Schut (2007)

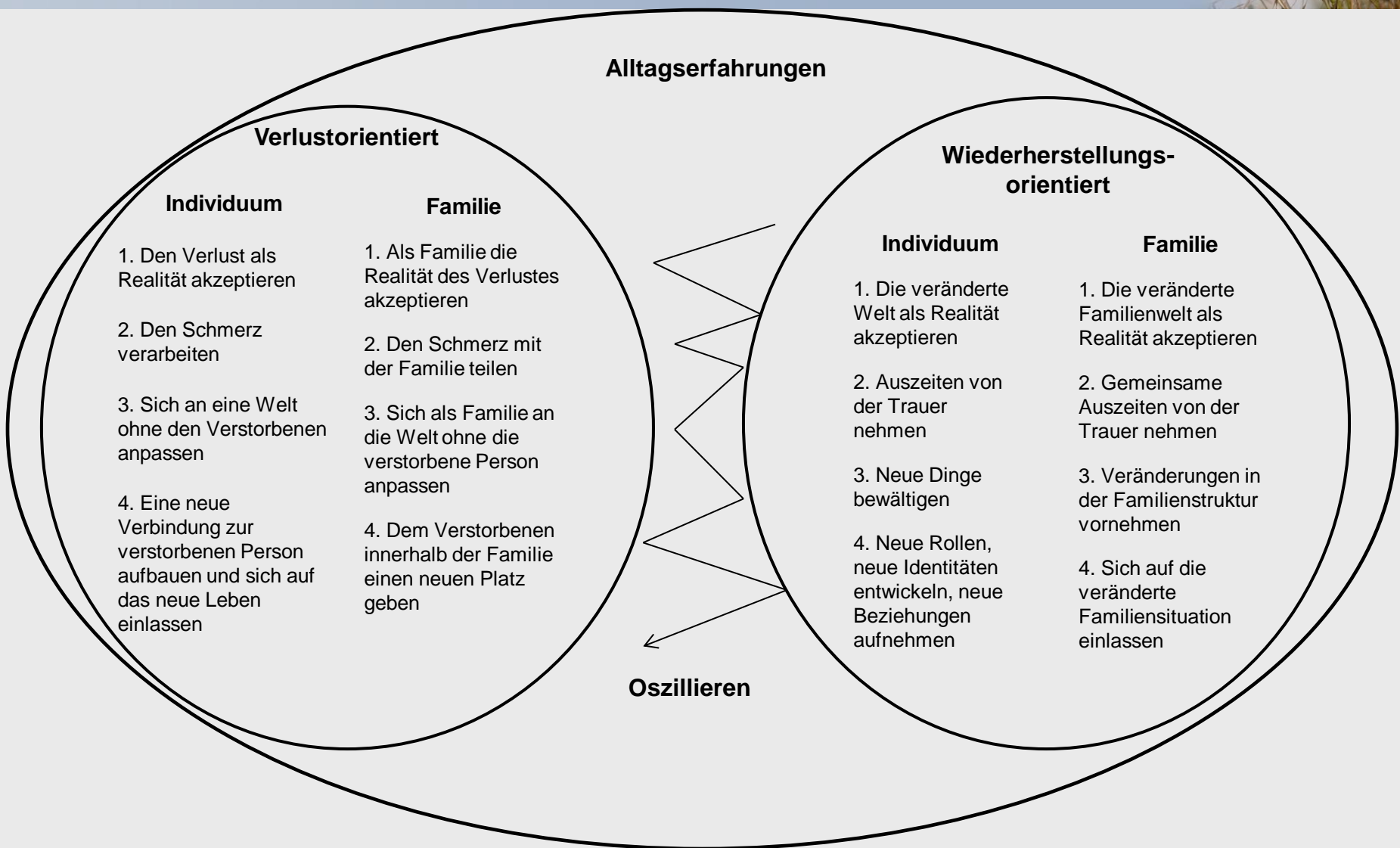


Abb.: Duales Prozessmodell inkl. Familie  
Quelle: Stroebe, Schut (2015)

# DPM - Überforderung



Abb.: Multiple Verluste (Verlustorientierung) als Beispiel für Überforderung  
Quelle: Stroebe, Schut (2016)