



### Bücher für Erwachsene

#### Ratgeber

- **Trauer ist ein langer Weg**  
Hubert Böke, Lene Knudsen-Böke, Monika Müller  
Trauern ist seelische Schwerstarbeit. Einerseits muss ich von dem geliebten Mitmenschen Abschied nehmen, andererseits kann er zum »Inneren Wegbegleiter« werden. Doch diese Erfahrung wird erst möglich, wenn ich den Verstorbenen »gehen lasse«, ihn nicht mehr zurückhalten will.  
Bei diesem Prozess will der schön gestaltete Band Hilfestellung geben und Weg-Begleiter sein, er will dem Trauernden Sprache geben, neuen Mut machen, Kompass sein und einladen, die ersten Schritte zu gehen auf dem langen Weg.  
Verlag: Patmos, ISBN: 3491703239
- **Es wird wieder schön, aber anders. Ein Buch für verwitwete Frauen.**  
Angelika Daiker  
Es wird wieder schön, aber anders. Wer um einen geliebten Menschen trauert, mag das kaum glauben. Es ist meist ein langer und schmerzvoller Weg, die Trauer auszuhalten und wieder ins Leben zu finden. Angelika Daiker hat viele Frauen auf ihrem Trauerweg begleitet: alte Frauen, junge Seniorinnen, junge Frauen. Jede Trauer ist individuell und doch gibt es gemeinsame Erfahrungen.  
Verlag: Schwabenverlag, ISBN: 3796611664
- **Keine Zeit zum Abschiednehmen. Weiterleben nach seinem Tod**  
Beatrix Gerstberger  
Als ihr Freund, der Stern-Reporter Gabriel Grüner, erschossen wurde, war sie im sechsten Monat schwanger. Beatrix Gerstberger beschreibt, wie sie das Unfassbare überstand - wie es ihr gelang, die plötzliche Zerstörung ihrer Welt und ihrer Zukunftspläne zu bewältigen. Und sie erzählt von anderen jungen Frauen - darunter Martina Nicolaidis - die ein ähnliches Schicksal erleiden mussten.  
Verlag: Ullstein Tb, ISBN: 3548367089
- **Lass deiner Trauer Flügel wachsen. Wenn man von einem lieben Menschen Abschied nehmen muss.**  
Earl A. Grollman  
Wenn man einen lieben Menschen verliert, ist die Trauer voll starker und verwirrender Gefühle. Einfühlsam und behutsam schenken diese Texte Hoffnung. Ein Buch, das Menschen hilft, ihre Trauer zu wandeln und neue Lebensenergien zu finden.  
Verlag: Herder, Freiburg, ISBN: 3451050994
- **Es wird alles wieder gut, aber nie mehr wie vorher. Begleitung in der Trauer**  
Jochen Jülicher  
Wie gehe ich mit meiner Trauer und mit der Trauer anderer Menschen um? Was ist "normal" im Durchleben der Trauer? Wie lebe ich darin mit meinen Kindern? Wie kann ich mich in einer solchen Situation so verhalten, dass ich nicht verletze, mich nicht aufdränge, aber auch nicht im Stich lasse? - Konkrete Fragen, die konkrete Antworten verlangen.  
Verlag: Echter, ISBN: 3429020816
- **Meine Trauer wird dich finden! Ein neuer Ansatz in der Trauerarbeit**  
Roland Kachler  
Der Autor, Psychotherapeut mit Erfahrung in Trauerbegleitung, spürt nach dem Unfalltod seines 16-jährigen Sohnes, dass die Trauermodelle, zu denen er selbst seinen Patienten geraten hatte, ihm nicht helfen konnten, seinen Schmerz zu überwinden. Deshalb hat er einen neuen Weg der Trauerbewältigung gesucht und gefunden.  
Verlag: Kreuz-Verlag, ISBN: 3783125855

- **Trauern**  
 Verena Kast  
 Da wir uns wesentlich aus den Beziehungen zu Mitmenschen verstehen, Bindungen ein wesentlicher Aspekt unseres Selbst- und Weiterlebens sind, werden wir durch den Tod eines geliebten Menschen in unserem bisherigen Selbst- und Weltverständnis erschüttert. Die Trauer ist die Emotion, durch die wir Abschied nehmen, Probleme der zerbrochenen Beziehung aufarbeiten und so viel als möglich von der Beziehung und von den Eigenheiten des Partners integrieren können, so dass wir mit einem neuen Selbst- und Weltverständnis weiterzuleben vermögen.  
 Verlag: Kreuz-Verlag, ISBN: 3783121779
- **In der Mitte der Nacht beginnt ein neuer Tag. Mit Verlust und Trauer leben**  
 Karina Kopp-Breinlinger, Petra Rechenberg-Winter  
 Verlust und Trauer gehören zu jedem Leben. Immer wieder nehmen wir Abschied und brechen neu auf. Solche Situationen strengen an, sind aber zu meistern. Dieser grafisch einladend gestaltete Leitfaden will solche gesunden und natürlichen Entwicklungsprozesse anstoßen. Er bedenkt mit vielen Praxisimpulsen besonders Trauer und Verlust beim Tod geliebter Menschen. Doch auch Abschied und Verlust anderer Art bei neuen Lebensentwürfen, bei Veränderungen in Partnerschaft und Beruf und vieles mehr werden hilfreich thematisiert.  
 Verlag: Kösel, ISBN: 3466366194
- **Plötzlich allein. Frauen nach dem Tod des Partners.**  
 Marlene Lohner  
 Das persönliche Schicksal der Autorin ist Ausgangspunkt dieses Buches. In ihrer Trauer nach dem Tod ihres Mannes, ihrer Auflehnung gegen die unfassbare, plötzliche und endgültige Trennung stieß sie oft auf verständnislose Reaktionen, selbst bei Menschen, die ihr nahe standen. Hilfe fand sie am ehesten bei Frauen, die Ähnliches erlebt hatten. Aus dieser Erfahrung entstand der Gedanke, Gespräche mit solchen Frauen festzuhalten.  
 Verlag: Fischer (Tb.), Frankfurt, ISBN: 3596138388
- **Zurück ins Leben. Hilfe für Trauernde**  
 Martina Nicolaidis, Peter Zehentner  
 Das Buch richtet sich vor allem an Menschen, die bereits in jungen Jahren ihren Partner verloren haben. Zu den körperlichen und seelischen Schmerzen kommen die Probleme mit den oft noch jungen Kindern. Die Autoren bieten kompetente und umfassende Hilfestellung - psychologisch, rechtlich, in Bezug auf die Kinder, aber auch in finanziellen Fragen.  
 Martina Nicolaidis leitet die inzwischen deutschlandweit agierende und hervorragend vernetzte Nicolaidis Stiftung, die speziell jungen Trauernden hilft - u.a. durch Betreuungsangebote und Telefonseelsorge.  
 Verlag: Rowohlt Tb, ISBN: 349961958X
- **Wie kann ich mit meiner Trauer leben? Ein Begleitbuch.**  
 Chris Paul  
 Die Trauerbegleiterin Chris Paul ermutigt Menschen, sich Raum und Zeit für ihre Gefühle nach dem Tod eines vertrauten Menschen zu nehmen. Beispiele aus ihrer Arbeit und der Vergleich mit anderen Kulturen geben Anregungen zu einem lebensbejahenden Umgang mit der eigenen Trauer. So wird es möglich, Trauer in den Alltag hineinzunehmen und mit anderen zu teilen.  
 Verlag: Gütersloher Verlagshaus, ISBN: 3579009257
- **Kein Abend mehr zu zweit. Familienstand: Witwe**  
 Uta Schlegel-Holzmann  
 Wie aus Leid Größe erwachsen kann. Uta Schlegel-Holzmann ist erst 48 Jahre alt, als sie ihren Mann verliert. Offen spricht sie in diesem Buch über die schwere Zeit nach seinem Tod, über die hilflosen Reaktionen von Freunden und Bekannten und über ihre tiefe und schmerzvolle Einsamkeit. Nach und nach lernt sie, den Tod ihres Mannes als einen Teil ihres Lebens anzunehmen, und schöpft neuen Mut, um ihr Leben wieder selbstständig und optimistisch zu gestalten.  
 Verlag: Gütersloher Verlagshaus, ISBN: 3579069128

- **Einen geliebten Menschen verlieren. Vom schmerzlichen Umgang mit der Trauer**

Doris Wolf

Wenn man einen lieben Menschen verliert, scheint kein Wort des Trostes die Trauer und den Schmerz lindern zu können. Behutsam zeigt Ihnen Dr. Doris Wolf, welche Phasen des Abschiednehmens Sie durchlaufen und wie Sie in kleinen Schritten lernen können, den Verlust als Teil des Lebens anzunehmen und Ihrem Leben wieder einen Sinn zu geben.

Verlag: Pal, ISBN: 3923614489

## Romane

- **P.S. Ich liebe Dich**

Cecelia Ahern, Christine Strüh

Der Plan war einfach: zusammenbleiben, ein Leben lang. Doch nun ist Gerry tot. Gehirntumor. Und Holly, erst 29, bleibt alleine zurück. Wie soll sie nun weitermachen? Alles scheint zu Ende. Da taucht ein Paket mit Briefen auf: von Gerry, geschrieben in seinen letzten Lebenstagen, für Holly, für die nächsten Monate. "Werde Karaoke-Queen, Holly! Suche Dir endlich einen interessanten Job, Holly! Greif nach den Sternen, Holly! Und PS: Ich liebe Dich!". Holly lacht, weint, und tut, was Gerry schreibt: sie lernt, wer ihre wahren Freunde sind. Sie lernt, sich ein wenig neu zu verlieben und macht mit jedem Brief einen Schritt in ein neues Leben und in ein neues Glück.

Verlag: Fischer (Tb.), Frankfurt, ISBN: 3596161339

- **Die fünf Menschen, die dir im Himmel begegnen.**

Mitch Albom

An seinem 83. Geburtstag kommt Eddie bei einem Unfall ums Leben. Es scheint das tragische Ende eines bedeutungslosen Daseins. Doch im Jenseits begegnet er fünf Menschen, die in seinem Leben eine entscheidende Rolle gespielt haben. Anhand ihrer Erzählungen offenbaren sie Eddie Zusammenhänge in seinem Schicksal, die ihm bislang verborgen waren. Sie lehren ihn, sich mit seiner Vergangenheit zu versöhnen und zeigen ihm den verborgenen Sinn in einem nur scheinbar bedeutungslosen Sein.

Verlag: Goldmann, ISBN: 3442460778

- **Dienstags bei Morrie. Die Lehre eines Lebens.**

Mitch Albom

Der Soziologieprofessor Morrie Schwartz erfährt, dass er höchstens noch zwei Jahre zu leben hat. Statt darüber zu verzweifeln und sich ganz in sich selbst zurückzuziehen, macht Morrie es sich zur Aufgabe, seine letzten Monate so sinnvoll und produktiv wie möglich zu verbringen. Während er den schleichenden Verfall seines Körpers erlebt, sprüht sein Geist vor Ideen. Sein Leben war immer vom Mitgefühl für andere bestimmt, und auch jetzt möchte er andere Menschen an seiner Erfahrung teilhaben lassen: an seiner Lebenserfahrung ebenso wie an der Erfahrung, dem Tod entgegen zu gehen, die ihn viele neue Einsichten über das Leben gewinnen lässt.

Verlag: Goldmann, ISBN: 3442451752

- **Ein Tag mit Herrn Jules.**

Diane Broeckhoven, Isabel Hessel

Es ist ein winterlicher Morgen, als Alice ihren Mann auf dem Sofa findet: tot. Alice beschließt, den Mann, den sie liebte und manchmal leise hasste, nicht sofort preiszugeben. Sie lässt ihn sitzen, wo er starb, und sagt zum Abschied, was sie ihm lange schon sagen wollte. Mit diesem ungewöhnlichen Ende einer ganz gewöhnlichen Ehe beginnt Diane Broeckhovens Geschichte des Rentnerpaars Alice und Jules. Als David, der autistische Nachbarsjunge, vor der Tür steht, nimmt die Geschichte eine verblüffende Wendung.

Verlag: Rowohlt Tb, ISBN: 3499241552

- **Oskar und die Dame in Rosa.**

Eric-Emmanuel Schmitt

Der Autor selbst ist Oskar gewesen. Das Kind, mit dem man nicht mehr spricht, weil einem sein Gesundheitszustand Angst einjagt. Das Kind, das unter dem Schweigen seiner Nächsten leidet, unter

dem Schweigen des Himmels, unter all den offen bleibenden Fragen und das dennoch nie seine unendliche Lebensfreude verliert. Oskar und die Dame in Rosa ist eine Hymne auf das Leben.  
Verlag: Fischer (Tb.), Frankfurt, ISBN: 3596161312

▪ **Himmelblau und Rabenschwarz.**

Lolly Winston, Georgia Sommerfeld

Nach dem Tod ihres geliebten Mannes Ethan ist Sophie zunächst am Boden zerstört. Nie hätte sie sich vorgestellt, dass ihre Ehe einmal so zu Ende gehen könnte. Ihre Freunde und ihre Familie versichern ihr zwar, dass das Leben immer noch lebenswert sei, doch eigentlich kann Sophie das nicht so recht glauben. Sie sieht schließlich nur noch einen Ausweg: Sie muss ihr ganzes bisheriges Leben auf den Kopf stellen und noch einmal ganz von vorne anfangen.

Verlag: Droemer/Knaur, ISBN: 3426631679

▪ **Veronika beschließt zu sterben.**

Paulo Coelho

Die junge Slowenin Veronika hat ihren Traum, Pianistin zu werden, dem ereignislosen Alltagsleben im Nachkriegs-Ljubljana geopfert. Sie beschließt schließlich, diesem leidenschaftslosen Dasein ein Ende zu bereiten, nimmt eine Überdosis Schlaftabletten - und erwacht in einer Irrenanstalt. Hier teilen ihr die Ärzte mit, sie sei herzkrank und habe nur noch wenige Tage zu leben. Den Tod vor Augen, durchmisst Veronika innerhalb weniger Tage alle Höhen und Tiefen des Daseins. Sie beginnt, für ihr Leben zu kämpfen und verliebt sich zum ersten Mal.

Verlag: Diogenes Verlag, ISBN: 3257233051

## Sonstiges

▪ **In meinem Herzen die Trauer. Texte für schwere Stunden.**

Lis Bickel, Daniela Tausch-Flammer

Die Begegnung mit der Erfahrung anderer kann in der Trauer helfen. Beim Lesen kann es geschehen, dass etwas versöhnter, leichter, getrösteter wird; dass man sich angerührt und verstanden fühlt, dass die Trauer sich dadurch verwandelt. - Bewährte, einfühlsame Texte von: D. Bonhoeffer, K. Gibran, R.M. Rilke, H. Hesse, V. Kast und vielen anderen.

Verlag: Herder, Freiburg, ISBN: 3451050900

▪ **50 Engel für das Jahr. Ein Inspirationsbuch.**

Anselm Grün

Die 50 Engel des Jahres sind inspirierende und diskrete Begleiter des Alltags: Beschützer in der Not, Boten einer anderen Wirklichkeit. Sie antworten auf unsere tiefe Sehnsucht nach einer Welt der Geborgenheit, der Leichtigkeit und der Schönheit. Sie sind Ausdruck der Hoffnung, dass unser Leben einen Sinn und ein Ziel hat. Ein himmlisches Buch zum Schmökern.

Verlag: Herder, Freiburg, ISBN: 3451049023

▪ **Ich will dich nicht vergessen**

Jo Eckardt

Ein einfühlsames Traueralbum zur eigenen Gestaltung.

Trauer um den Verlust eines geliebten Menschen braucht ihre Zeit. Oft ist diese Zeit eine Zeit der Sprachlosigkeit, der Verzweiflung, der Angst und auch der Wut. Der Hinterbliebene hat das starke Bedürfnis, den Schock zu überwinden, Klarheit zu erhalten und sein Leben weiterzuleben. Jeder trauernde Mensch muss jedoch seinen eigenen Weg dazu finden.

Hier will dieses Buch eine Hilfe sein: Es enthält Denkanstöße und durch gezielte Fragen zur verstorbenen Person die Aufforderung, eigene Gedanken und Gefühle in diesem Buch festzuhalten und schließlich dem geliebten Menschen »ein letztes Geschenk« zu machen. Dieses sehr praktische »Traueralbum« - mit einem theoretischen Teil am Schluss - schafft die Möglichkeit für eine neue, individuelle und sehr persönliche Trauerbewältigung.

Verlag: Gütersloher Verlagshaus, ISBN: 3579054538

- **Das Rad des Lebens.**  
 Elisabeth Kübler-Ross  
 Am Ende ihres eigenen Lebens schildert Elisabeth Kübler-Ross die prägenden Ereignisse eines mutigen, engagierten Lebens: Von ihrer Jugend in der Schweiz über die Konfrontation mit dem Naziregime, ihrer therapeutischen Arbeit mit Sterbenden bis zur konkreten Begegnung mit dem Jenseits in Form von Nahtoderfahrungen. Der spannende und dramatische Bericht einer großen Therapeutin, die ihre Lebensaufgabe darin sieht, den Tod als Illusion zu entlarven.  
 Verlag: Droemer Knauer, ISBN: 3426871610
- **Über den Tod und das Leben danach**  
 Elisabeth Kübler-Ross  
 "Der Tod ist ein Hinübergehen in einen neuen Bewußtseinszustand, in welchem man fortfährt, zu fühlen, zu sehen, zu hören, zu verstehen, zu lachen und wo man befähigt ist, weiterhin (seelisch und geistig) zu wachsen." Das sind die Kerngedanken, die die heute in den USA lebende Schweizer Ärztin Dr. Elisabeth Kübler-Ross in ihrem vielgelesenen Buch "Über den Tod und das Leben danach" ausspricht.  
 Verlag: Silberschnur, ISBN: 3923781024
- **Jedes Ende ist ein strahlender Beginn**  
 Elisabeth Kübler-Ross  
 Dr. Gottfried Siebel ist katholischer Theologe und hat sich jahrelang der aktiven Sterbebegleitung gewidmet, wobei ihm die Bücher von E. Kübler - Ross eine wichtige Stütze waren. Es war seine Idee, Schmetterlinge zu fotografieren und diese den aussagekräftigsten Sätzen der bekannten Sterbeforscherin gegenüberzustellen - ist doch das Verwandlungsmotiv von der Raupe zum Schmetterling eine Parallele zu unserer eigenen Verwandlung. Ein wunderbares Geschenkbuch.  
 Verlag: Silberschnur, ISBN: 3923781660
- **Der Seelenvogel**  
 Michal Snunit, Na'ama Golomb  
 Manchmal ist man traurig und weiß nicht warum; manchmal ist man glücklich, einfach so. "In der Seele, in ihrer Mitte, steht ein Vogel auf einem Bein. Der Seelenvogel. Und er fühlt alles was wir fühlen". Auch 15 Jahre nach Erscheinen der deutschen Ausgabe bei Carlsen hat Michal Snunits kleines Meisterwerk nichts von seiner poetischen Kraft verloren.  
 Verlag: Carlsen, ISBN: 3551550700
- **Trauer hat heilende Kraft. Geduldige und einfühlsame Begleitung für Trauernde**  
 Jörg Zink  
 Mitten in den Alltag hinein lässt Jörg Zink den Glanz der Ewigkeit leuchten. Ein Geschenkbuch.  
 Verlag: Kreuz-Verlag, ISBN: 3783120934

### Bücher über trauernde Kinder

- **Kinder trauern anders. Wie wir sie einfühlsam und richtig begleiten.**  
 Gertrud Ennulat  
 Wenn Trauer Kinder trifft, sind Erwachsene oft mitbetroffen. Konkrete Anregungen und hilfreiche Hinweise um Kinder richtig zu begleiten.  
 Verlag: Herder, Freiburg, ISBN: 3451053675
- **Wenn Kinder nach dem Sterben fragen. Ein Begleitbuch für Kinder, Eltern und Erzieher.**  
 Daniela Tausch-Flammer, Lis Bickel  
 Der Verlust eines nahen oder geliebten Menschen ist für Kinder schockierend und unbegreiflich. Eine Erfahrung, deren Bedrohlichkeit dadurch noch gesteigert wird, da es Erwachsenen oft schwer fällt, sich auf dieses Thema kindgerecht einzulassen. Zwei erfahrene Autorinnen helfen einfühlsam, Tod und Sterben als natürlichen Teil des Lebens anzunehmen und zeigen, wie wir Kinder in ihrem Schmerz und ihrer Trauer behutsam begleiten können.  
 Verlag: Herder, Freiburg, ISBN: 3451048825

- **Kinder in Trauer. Kinder beim Abschiednehmen begleiten**

Birgit Voß

Was passiert, wenn Kinder mit dem Tod von Angehörigen oder Freunden konfrontiert werden? Wie erleben Kinder den Tod eines geliebten Menschen? Woran erkenne ich die kindliche Trauer? Wie kann ich einem Kind helfen, mit seiner Trauer umzugehen? Anhand zahlreicher Fallbeispiele aus der Arbeit mit Kindern vermittelt Birgit Voß Einblicke in die Gefühlswelt von Kindern in Trauer.

Verlag: Vdm Verlag Dr. Müller, ISBN: 3865500455

## **Bücher für Kinder und Jugendliche**

- **Ein Baum für Mama**

Sophie Brandes

Nie hätte Kathrin geglaubt, dass mit Mamas Operation alles anders wird. Die Mutter der zehnjährigen Kathrin und ihres jüngeren Bruders Till leidet an Krebs und erliegt schließlich ihrer Krankheit. Aus der Sicht von Kathrin werden die allmählichen Veränderungen im familiären Alltag geschildert. Einfühlsam geht die Autorin auf die kindlichen Sorgen und Ängste ein und schildert Hoffnung und Enttäuschung bei Eltern und Kindern, als nach einem Krankenhausaufenthalt doch nicht alles "wie früher" wird. Der Leser erlebt Schmerz, Verzweiflung, Tod und Trauer, aber auch Trost unmittelbar mit. Dabei schafft die geschickt eingeflochtene Lektüre eines Buches mit einer ähnlichen Geschichte, das Kathrin während dieser Monate liest, immer wieder Distanz zum aktuellen Geschehen. Ab 10 Jahre.

Verlag: Buch & Media, ISBN: 3935284543

- **Eines Morgens war alles ganz anders**

Barbara Davids, Gabriele Münzer

Kinder, die vom Verlust durch Tod eines geliebten Menschen betroffen sind, reagieren oft mit Wut oder totalem Rückzug. Ihr Verhalten macht Empathie von anderen Kindern und Erwachsenen sehr schwer, die Gefahr einer Barriere des erstarrten Schweigens ist sehr groß. Betroffene Kinder, die dieses Buch zusammen mit Erwachsenen anschauen durften, reagierten erstaunlich. Sie konnten sich plötzlich mitteilen, mit dem Fluss der Dinge gehen, anstatt sich trotzig dagegen zu stemmen. Dieses Buch spricht in einfachen, kurzen Sätzen über das Erstarren des Erwachsenen, der glaubt, in jedem Moment tapfer und stark sein zu müssen, und die dadurch entstehende Einsamkeit des Kindes, die Unsicherheit der nicht direkt betroffenen "Bezugspersonen", und die Erlösung, die durch eine echte Begegnung stattfindet. Ab 6 Jahre.

Verlag: Lambertus-Verlag, ISBN: 3784112811

- **Wohnst du jetzt im Himmel? Ein Abschieds- und Erinnerungsbuch für trauernde Kinder**

Jo Eckardt

Ein treuer Freund in Zeiten der Trauer

Wenn Kinder einen nahestehenden Menschen verloren haben, benötigen sie viel Zeit, um die Trauer zu verarbeiten. Als eine Art Erinnerungsalbum ermöglicht dieses kindgemäß gestaltete Band, sich durch Fragen, Impulse und eigene Erinnerungen dem verstorbenen Menschen noch einmal zu nähern und einen Teil von ihr oder ihm für immer in seinem Herzen aufzubewahren - und gleichzeitig wieder hoffnungsvoll in die Zukunft zu blicken. Ab 8 Jahre.

Verlag: Gütersloher Verlagshaus, ISBN: 3579068075

- **Maries Geheimnis**

Torill Eide

Nie hätte sich die 11-jährige Marie träumen lassen, dass die liebe, lebensfrohe Signe eines Tages ihre Stiefmutter werden würde. Und dass ihr Vater wieder Spaß am Leben und am Musizieren finden würde! Viel zu schrecklich war die Zeit nach Mutters Tod gewesen, als der Vater die Lust am Leben verloren hatte und die ganze Last und Sorge des Alltags bei Marie lag. Immer wieder waren Bilder von früher in ihr aufgetaucht, als die Mutter noch lebte. Es waren schöne Erinnerungen, die schmerzten, doch da war auch die Wut, die ihr ein schlechtes Gewissen machte über den Tod der Mutter und die ihr auferlegte Bürde. Ab 12 Jahre.

Verlag: Dtv, ISBN: 3423706260

- **Jakob hinter der blauen Tür**  
Peter Härtling  
Richtig reden kann Jakob nach Vaters Tod nur noch mit Schnipsel - und den hat er selbst gebastelt. Immer mehr Phantasiefiguren umgeben ihn und seine Mutter ist verzweifelt. Ab 10 Jahre.  
Verlag: Beltz, ISBN: 3407784953
  
- **Mama ist gegangen.**  
Christoph Hein  
Christoph Hein erzählt von Ulla, ihren Brüdern und dem Vater, für die nach dem Tod der Mutter ein neues Leben beginnt. Eine traurigschöne Geschichte voller Trost. Ab 10 Jahre.  
Verlag: Beltz, ISBN: 3407786786
  
- **Abschied von Rune**  
Marit Kaldhol, Wenche Oeyen  
Abschied nehmen von Rune muss Sara, Runes beste Freundin, denn Rune ist beim gemeinsamen Spiel am Wasser ertrunken. Ein solch einschneidendes, schmerzhaftes Erlebnis ist hier für Kinder von 5-6 Jahren an mit aller Deutlichkeit und dabei doch auch mit aller Behutsamkeit dargestellt. Ab 5-6 Jahre.  
Verlag: Heinrich Ellermann Verlag, ISBN: 377076272X
  
- **Flieg zu den Sternen.**  
Inge Meyer-Dietrich  
Stefan vermisst seinen verstorbenen Vater. Oft flüchtet er sich in Träume. Aber das Leben geht weiter. Er verliebt sich, hat Streit mit seinem Freund. Ab 10 Jahre.  
Verlag: Ravensburger Buchverlag, ISBN: 3473521507
  
- **Und was kommt danach? Ein Trauerbegleitbuch für Kinder**  
Thomas H. Pauls  
Ein außergewöhnliches Buch, das Kinder im Trauerfall begleiten soll! Aufgegliedert in vier Geschichten behandelt der Autor einfühlsam das Sterben in der Natur, den Verlust eines Haustieres, den Tod eines Großelternteils und schließlich den Tod der eigenen Mutter. Die 12 Bilder in dem Buch sind so gestaltet, dass sie ausgemalt werden können (Traumarbeit durch Kreativität) und persönlich ergänzt werden können. Es wird sehr viel Wert auf das eigene bewusste Erleben, die eigene Trauer des Kindes gelegt. Dazu dienen persönlich ansprechende Texte im Vorwort und Freiräume im Buch, wo das Kind seine eigenen Gefühle wiedergeben kann.  
Verlag: Autoren-gemeinschaft Artep, ISBN: 3936544395
  
- **Auf Wiedersehen, Mama!**  
Elisabeth Zöllner  
Tagebuch einer 13-jährigen über die krebserkrankte Mutter und den bewussten Abschied von ihr. Elisabeth Zöllner gelingt es, das Sterben in unser Leben zurückzuholen als einen festen Teil davon - ein schmerzlicher Teil zwar, doch auch einer, der Veränderung und Neubeginn bedeutet. Niemals rutscht die Erzählung der 13-jährigen Flora, deren Mutter an Krebs erkrankt, ins Kitschige ab. Sie ist schlicht und eindringlich - und gerade deswegen rührend. Ab 12 Jahre.  
Verlag: Fischer (Tb.), Frankfurt, ISBN: 3596805090

### **(Bilder-) Bücher für Kinder**

- **Und was kommt nach tausend? Eine Bilderbuchgeschichte vom Tod**  
Anette Bley  
Lisa und den alten Otto verbinden eine enge Freundschaft und die Faszination für Zahlen. Otto erklärt Lisa, dass die Zahlen niemals aufhören. Auch sonst weiß er viel, aus dem Garten und vom Anfang und dem Ende aller Dinge. Lisa begleitet Otto, als er stirbt und sie scheinbar allein lässt. Scheinbar, denn in Gedanken fühlt sich Lisa ihm immer noch ganz nah. - Diese emotionale Geschichte mit kindlichen Zeichnungen am Bildrand geht aus vom Erleben des Kindes. Damit ist sie schon kleinen Lesern gut zugänglich. Ab 4 Jahre.  
Verlag: Ravensburger Buchverlag, ISBN: 3473330701

- **Hat Opa einen Anzug an?**

Amelie Fried, Jacky Gleich

Bruno mag seinen Opa. Doch jetzt ist Opa fort. Sein Bruder Xaver sagt, er sei auf dem Friedhof. Papa sagt, im Himmel. Beides geht ja wohl nicht. Nein, die Erwachsenen können ihm seine Fragen nicht beantworten. Wer jetzt mit ihm angeln geht oder warum der Opa ihn einfach alleine lässt? Was Bruno erst wütend macht, verwandelt sich langsam in Trauer und dann ganz allmählich in eine schöne Erinnerung, die immer weniger schmerzt. Ab 5 Jahre.

Verlag: Carl Hanser, ISBN: 3446190767

- **Du wirst immer bei mir sein**

Inger Hermann, Carme Sole Vendrell

Peter hat seinen Vater bei einem Autounfall verloren und dennoch kann er dessen Nähe in seinem Herzen fühlen.

Ein Buch, das Hoffnung macht, die Realität des Todes anzunehmen. Ab 7 Jahre.

Verlag: Patmos, ISBN: 3491795214

- **Adieu, Herr Muffin**

Ulf Nilsson, Anna-Clara Tidholm

Ein Bilderbuch über das Meerschweinchen „Herr Muffin“. Ein Meerschweinchen, dessen Tage gezählt sind. Er wohnt in einem umgedrehten blauen Karton und bekommt gerne Post. Auch wenn er seine Briefe meistens aufisst. Oft sitzt er in seinem blauen Haus und denkt an sein Leben. An Victoria und an die sechs kuscheligen Kinder. An das Ende der Welt, zu dem sie einmal gemeinsam spaziert waren. Herr Muffin hat Schmerzen, doch die Tierärztin schüttelt nach der Untersuchung den Kopf. Und dann ist Herr Muffin plötzlich tot. Viele Trauergäste weinen an seinem Grab. Das ganze Land ist in Trauer. Vielleicht wird der König da sein und die Königin. Vielleicht wird die Beerdigung im Fernsehen und im Radio übertragen. Ab 5 Jahre.

Verlag: Moritz, ISBN: 3895651486

- **Der Seelenvogel**

Michal Snunit, Na'ama Golomb

Manchmal ist man traurig und weiß nicht warum; manchmal ist man glücklich, einfach so. "In der Seele, in ihrer Mitte, steht ein Vogel auf einem Bein. Der Seelenvogel. Und er fühlt alles was wir fühlen".

Verlag: Carlsen, ISBN: 3551550700

- **Leb wohl, lieber Dachs**

Susan Varley

Der Dachs war immer zur Stelle gewesen, wenn eines der Tiere ihn brauchte. Den Frosch hatte er Schlittschuh laufen gelehrt, den Fuchs Krawattenknoten schlingen, und Frau Kaninchen hatte von ihm sein Spezialrezept für Lebkuchen bekommen. Die Tiere reden oft von der Zeit, als Dachs noch lebte. Und mit dem letzten Schnee schmilzt auch ihre Traurigkeit dahin. Es bleibt die Erinnerung an Dachs, die sie wie einen Schatz hüten. Ab 4 Jahre.

Verlag: Betz, Wien, ISBN: 3219102832

**Bücher, die in der Regel nicht mehr im Buchhandel erhältlich sind, die wir aber als sehr empfehlenswert empfinden.**

Unter [www.Amazon.de](http://www.Amazon.de) gibt es eventuell die Möglichkeit, die Bücher gebraucht oder neu über einen Zwischenhändler zu erhalten. Eine weitere Möglichkeit ist die Anfrage direkt beim Verlag oder der Besuch in einer Bibliothek.

**Bücher für Erwachsene:**

▪ **Jenseits Deiner Trauer**

Knud Eike Buchmann

Der Autor begleitet den Leser durch das Tal der Trauer. Für die schwierige Aufgabe der Trauerarbeit finden sich in diesem Band gute Überlegungen, die sowohl den Verstand als auch das Gefühl ansprechen.

Verlag: SKV-Edition, Lahr, ISBN: 3877297889

▪ **Wege durch den Tod. Who Dies**

Stephen Levine

Wer stirbt? Ein Buch, das uns zeigt, wie die Beschäftigung mit dem Prozess des Sterbens uns für die Unermesslichkeit des Lebens öffnet. Levine führt einfühlsam auf dem Weg des vollkommenen Gewahrseins für alles, was unerwartet als nächstes auf uns zukommen kann: Trauer oder Freude, Verlust oder Bereicherung, Tod oder ein anderes neues Lebenswunder.

Verlag: J. Kamphausen Verlag, ISBN: 393349611X

▪ **Leben ohne Leander**

Michaela Seul

Die Autorin beschreibt sehr eindrücklich ihr Leben und ihre Gefühle nach dem Tod ihres Lebensgefährten.

Verlag: Unrast, ISBN: 3897716402

**Bücher über trauernde Kinder:**

▪ **Mit Kindern trauern**

Gertraud Finger

Alle Kinder begegnen irgendwann dem Tod. Die Autorin zeigt, wie Kinder und Jugendliche die Trauer verarbeiten und wie Eltern oder andere Bezugspersonen ihnen dabei helfen können. Behutsam und einfühlsam zeigen sie, wie wichtig es ist, dass die Erwachsenen auch ihre eigene Trauer leben, damit Kinder den Schmerz verarbeiten können.

Verlag: Kreuz-Vlg., ISBN: 3268002242

▪ **Für Zeiten der Trauer - Wie ich Kindern helfen kann. 100 praktische Anregungen**

Alan D. Wolfelt

Dieses Buch bietet 100 praktische Anregungen, wie man in Zeiten der Trauer auch mit kleinen Aufmerksamkeiten vor allem Kindern große Hilfestellung geben kann.

Verlag: Kreuz-Verlag, ISBN: 3783120594

▪ **Mit Kindern über den Tod sprechen**

Earl A. Grollman

Dieser Ratgeber will Eltern helfen, ihrem Kind die Bedeutung des Todes in einfühlsamer Weise nahe zu bringen. Das Buch enthält in einem ersten Teil Lesestücke für Kinder, Kinderaussagen über den Tod, auf die sich der zweite, der Elternratgeber für ein Gespräch mit Kindern über den Tod, thematisch bezieht. So werden die kindliche Vorstellungswelt und die religiösen Überzeugungen durchgehend in die Entfaltung der Fragen mit eingebracht.

Verlag: Christliche Verlagsanstalt, ISBN: 3761550499

- **The Forgotten Mourners: Guidelines for Working with Bereaved Children**  
Susan C. Smith  
Buch in englischer Sprache!  
Die Autorin beschreibt das Verhalten von trauernden Kindern in kurzer und prägnanter Form.  
*Leider gibt es keine deutsche Übersetzung!*  
Verlag: Jessica Kingsley Publishers, Sprache: Englisch, ISBN: 1853027588
- **Papa, was ist der Tod? Ein Kind fragt nach dem Leben**  
von Hermann-Josef Zoche  
»Wir müssen Abschied nehmen«. Tod - das ist eine Urerfahrung, die keinem Kind erspart bleibt. Wenn Kinder dann fragen, dürfen sich die Erwachsenen nicht davonstehlen. Hier ist ein wunderbar sensibler Dialog zwischen einem Kind und einem Vater aufgezeichnet, ein kostbarer Text, ohne Phrasen und billige Vertröstung, den man mehr als einmal lesen wird, weil er keine Antwort schuldig bleibt.  
Verlag: Pattloch, ISBN: 3629016340

### **Bücher für Kinder und Jugendliche:**

- **Ich muss dir etwas Trauriges erzählen**  
von Arno Bohlmeijer  
Bei einem Autounfall werden die 9jährige Rozemarijn, ihre kleine Schwester, ihr Vater und ihre Mutter schwer verletzt. Rozemarijn beschreibt die Wochen im Krankenhaus, erzählt von ihren Gefühlen und Ängsten, von Wut und Hilflosigkeit, von Verzweiflung. Denn schon bald ist klar, dass ihre Mutter nie mehr aus dem Koma erwachen wird. Und dennoch: Rozemarijn bleibt nicht ohne Trost und Hoffnung.  
Ab 12 Jahre.  
Verlag: Beltz und Gelberg, ISBN: 3891062613
- **Der zweite Vollmond im August**  
von Martha Brooks  
Ein Jahr ist es her, dass Sidonies und Robertas Mutter starb. Die Familie droht auseinander zu fallen. Der Vater geht völlig in seinem Beruf auf und ist kaum noch zu Hause. Roberta entwickelt sich zum unleidlichen Hausdrachen. So bleibt Sidonie auf sich selbst angewiesen, allein mit ihren Erinnerungen an Mom und mit ihren Versuchen, zurück zu einem "normaleren" und glücklicheren Leben zu finden. Allein gelassen fühlt sie sich auch in dieser verflixten Geschichte mit Kieran, in den sie sich verliebt, der aber selbst mit schwierigen Familienverhältnissen zu kämpfen hat. Ab 14 Jahre.  
Verlag: Middelhauve, ISBN: 3787697055
- **Pischmarie. Roman für Kinder**  
von Dagmar Chidolue  
Wenn Marie morgens aufwacht und ihr Bettlaken nass ist, weiß sie: Die Katastrophe ist wieder passiert! Dieser Tag wird furchtbar! Ach, Mariechen, Pipichen, wird die Großmutter tröstend zu ihr sagen. Aber Maries Vater reagiert auf ihr Problem wütend und gereizt. Und von Clara, Papis neuer Frau, ist auch keine Hilfe zu erwarten. Oder vielleicht doch? Ab 10 Jahre.  
Verlag: Dressler Cecilie, ISBN: 3791503820
- **Ich brauch dich doch noch, Papa!**  
von Barbara Garland- Polikoff  
'Wenn jemand stirbt, ist er einfach nicht mehr da - das ist das Schlimmste daran.' Horatios bester Freund war sein Vater. Er starb, als Horatio zehn war. Jetzt, zwei Jahre später, lernt Horatio mit seiner Trauer umzugehen. Und er erkennt, dass das Leben trotz seiner Schattenseiten immer wieder auch viele wunderbare Lichtblicke für ihn bereithält. Ab 11 Jahre.  
Verlag: Egmont Franz Schneider Verlag, ISBN: 3505100269

- **Hilf mir, Mathilda!**  
 von Annika Holm  
 Irgendetwas stimmt nicht mehr zwischen Mathilda und Marie. Marie ist oft kalt und abweisend zu Mathilda, dann wieder lustig wie immer. Mathilda kann sich das nicht erklären, bis sie erfährt, dass Maries Mutter krank ist. Aber Marie will nicht darüber sprechen und Mathilda weiß nicht, wie sie helfen kann. Doch dann hat sie eine Idee. Ab 10 Jahre.  
 Verlag: Carl Hanser, ISBN: 3446196358
- **Ein Licht in der Dunkelheit**  
 von Bo R. Holmberg  
 Anges Mutter starb als sie noch ganz klein war. Agnes erinnert sich kaum an die Mutter; der Vater und ihr Bruder Martin reden nicht über sie. Erst als Agnes Fragen stellt. Ab 10 Jahre.  
 Verlag: Ravensburger Buchverlag, ISBN: 3473343684
- **Der Reiherbaum**  
 von Erich Jooß  
 Durch den plötzlichen Tod seines Vaters zerbricht eine Welt für Markus. Zusammen mit seiner Mutter und dem kleinen Bruder zieht er in eine andere Stadt. Die neue Umgebung, die Schule und ihre Lehrer, die Klasse - alles erscheint ihm fremd und abweisend. Es dauert lange, bis Markus erkennt, dass das Leben auf ihn wartet - ein Leben mit vielen Farben. Ab 12 Jahre.  
 Verlag: Echter, ISBN: 3429017661
- **3 x täglich Charlie Barber**  
 von Carole Lloyd  
 Nach dem plötzlichen Tod seiner Mutter ist der 15-jährige Simon wie betäubt und schottet sich von allen ab. Doch dann stößt er eines Tages beim Einkaufen mit Charlie zusammen, und diese Begegnung verändert sein Leben. Ab 14 Jahre.  
 ISBN: 3791512161
- **Ein Meer für Sarah**  
 von Patricia MacLachlan, Jub Mönster  
 Nachdem sie auf eine Heiratsanzeige geantwortet hat, zieht Sarah nach Kansas, um dort mit dem jungen Wittwer und dessen Kinder probeweise zu leben. Es fällt ihr nicht leicht, das Meer an der Ostküste zu verlassen, aber trotzdem möchte sie versuchen, den Kindern Anna und Caleb ein neues Zuhause zu geben. Nach zähem Ringen gewinnt sie langsam das Vertrauen der Kinder. Auch Jakob, der sich nach dem Tod seiner Frau stark zurückgezogen hat, öffnet sich langsam der neuen Beziehung zu Sarah. Ab 9 Jahre.  
 Verlag: Sauerländer, ISBN: 3794130529
- **Das Krähenschloß. ( Ab 10 J.)**  
 von Sidsel Morck  
 Seit Mama vor zwei Jahren gestorben ist, vertraut ihr Therese abends unter der Bettdecke alles an, was ihr wichtig ist. Zurzeit ist das Leben aber auch wirklich aufregend! Therese spielt die Gangster-Chefin in einem Theaterstück, und ihre Freundin redet neuerdings über die merkwürdigsten Sachen! Nur von Eva, Papas neuer Freundin, mag Therese ihrer Mama nichts erzählen. Ab 10 Jahre.  
 Verlag: Dressler Cecilie, ISBN: 3791514008
- **Auf Wiedersehen, Papa**  
 Alma Post  
 Simons und Toms Papa ist krank. Er hat keine Grippe, sondern etwas viel Schlimmeres. Er kann nicht mehr rennen und seine Kinder nicht mehr in den Arm nehmen. Dann geht es ihm immer schlechter und plötzlich atmet er gar nicht mehr. Er ist gestorben.  
 Jetzt wo sie zu dritt sind, ist alles anders. Papa kann nicht mehr sehen, dass Simons Zahn rausfällt, oder ihm erklären, wie eine Glühbirne funktioniert. Mama versteht das alles. Sie sagt, dass Papas Geist immer

bei ihnen ist. Aber ohne Papa zu leben, ist nicht leicht. Simon, Tom und Mama müssen es erst lernen. Und das braucht Zeit. Ab 8 Jahre.

Verlag: Patmos, ISBN: 3491374162

- **Und wenn ich falle? Vom Mut, traurig zu sein.**

Marie-Therese Schins

Jugendliche, die einen Verlust erlitten haben – durch Trennung, Wegzug, Auflösung der Familie oder durch den Tod einer Person, die ihnen nahe stand –, erzählen in diesem Buch von ihren Erfahrungen. Wie haben sie ihre Krise empfunden, was war am schlimmsten? Was hat weitergeholfen, wer und was hat getröstet? Welche Wege, ihre Trauer zu bekämpfen, waren gut, welche haben in die Irre geführt? Wie haben Freunde und Eltern reagiert?

Ab 13 Jahre.

Verlag: Dtv, ISBN: 3423781653

### **(Bilder-) Bücher für Kinder:**

- **Roberts alter Freund**

Antoinette Becker, Susanne Mocka

Robert hat seit dem plötzlichen Tod seines Vaters Probleme mit dem Lernen. Zu seinem Glück lernt er den alten Herrn Mieritz kennen, und der wird sein Freund. Bald hat er Robert alle Tricks beim Mühlespielen beigebracht und auch das Lernen macht plötzlich wieder Spaß. Doch dann fühlt der Junge eines Tages, dass die glückliche gemeinsame Zeit zu Ende geht. Aber diesmal trifft es ihn nicht unvorbereitet. Ab 7 Jahre.

Verlag: Ravensburger Buchverlag, ISBN: 3473334715

- **Die Prinzessin vom Gemüsegarten**

Annemie Heymans, Margriet Heymans

Leider merkt der Vater gar nicht, wie traurig seine Kinder seit dem Tod ihrer Mutter sind - er hat so viel zu tun. Aber die beiden finden eine Möglichkeit, das zu ändern. Eine poetische und auf stille Art witzige Geschichte in sanften Farbbildern und Bleistiftzeichnungen. Ab 6 Jahre.

Verlag: Sauerlaender GmbH, ISBN: 3794135997