

Erscheinungsformen der Trauer (Trauertypen)

nach Jorgos Canacakis

1. DER VERSTEINERTE

Gefühle könnten Nachteile bringen, darum ja nicht zeigen.

2. DER ÜBERFLUTETE

„Nahe am Wasser gebaut“. Als Kind wurde das Weinen verboten. Es formte sich ein innerer Damm. Der Stausee dahinter ist bis oben voll. Sehr viel alte Trauer dahinter (auch der Vorfahren!). Dann braucht es nur noch einige Tropfen zum Überfließen. Etwas Wasser wird abgelassen im Jammern. Im Jammern kommt viel alte Trauer hoch.

3. DER BOMBIGE

Wirkt zugekleistert, unter Hochdruck. Er war ursprünglich ein emotionaler Mensch. Wenn er sich jedoch ausdrücken wollte, wurde er abgeblockt, „sei brav, sei still“. Er hat Angst vor sich selbst, er könnte explodieren.

4. DER AUSGETROCKNETE / AUSGELAUGTE

Hat viel geweint, aber es wurde nicht gesehen und nicht verstanden.

5. DER ZYNIKER / IRONIKER

Nimmt sich selbst in den Griff. Er wurde in der Kindheit viel ausgelacht und überspielt jetzt die Trauer mit Ironie oder Zynismus (Schutzmechanismen).

6. DER SUMPFIGE

Nach innen geweinte Tränen. Kehlige Stimme, oft Schleim auf der Brust. Er selbst und niemand sonst sah die Tränen.

7. DER ERKALTETE, DER „COOLE“

Tapfer, presst die Po-Backen zusammen und lächelt.

8. DER GEBROCHENE

Psychopathologische Erscheinungsform

9. DAS CHAMÄLEON

Je nach Situation passt er sich an, um die Liebe zu bekommen, oberflächlich.

10. DER ATMOSPHERISCHE MELANCHOLIKER

Er genießt die Wirkung seines Ausdrucks. Seine Augen sind zum Verlieben, man will ihn in den Arm nehmen.



11. DER ERSCHÖPFTE, MÜDE

12. DER STÖRUNGSFREIE / TRAUER-YETI

Noch nirgends gesehen!