









	Kapitel	Themen
 <p data-bbox="233 376 448 394">Bild: Shutterstock, Richard Lyons</p>	<p data-bbox="608 241 858 309">Kapitel 1 Abschied und Trauer</p>	<ul data-bbox="1015 241 1385 344" style="list-style-type: none"> • Informationen zum Thema Trauer und anhaltender Trauer
 <p data-bbox="228 613 427 631">Bild: Shutterstock, Iapon pinta</p>	<p data-bbox="608 488 890 555">Kapitel 2 Raum für Erinnerungen</p>	<ul data-bbox="1015 488 1385 591" style="list-style-type: none"> • Erinnerungen an die verstorbene Person stehen im Mittelpunkt
 <p data-bbox="228 831 316 848">Bild: Pixabay</p>	<p data-bbox="608 701 842 768">Kapitel 3 Denken und Fühlen</p>	<ul data-bbox="1015 701 1353 804" style="list-style-type: none"> • Das Zusammenspiel von Denken, Fühlen und Handeln wird erklärt
 <p data-bbox="233 1061 416 1079">Bild: Shutterstock, prapann</p>	<p data-bbox="608 936 975 1003">Kapitel 4 Hilfreiche Gedanken aufbauen</p>	<ul data-bbox="1015 936 1305 1039" style="list-style-type: none"> • Unterstützung beim Aufbau hilfreicher Gedanken
 <p data-bbox="228 1285 443 1303">Bild: Pexels.com, Tom Swinnen</p>	<p data-bbox="608 1160 794 1227">Kapitel 5 Hilfen im Alltag</p>	<ul data-bbox="1015 1160 1385 1294" style="list-style-type: none"> • Vermittlung von Ideen, wie man im Alltag sorgsam mit sich und der eigenen Gesundheit umgehen kann
 <p data-bbox="228 1509 432 1527">Bild: Pexels.com, Skitterphoto</p>	<p data-bbox="608 1384 895 1451">Kapitel 6 Trauer und Vermeidung</p>	<ul data-bbox="1015 1384 1362 1487" style="list-style-type: none"> • Informationen dazu, wie sich Vermeidung auf den Trauerprozess auswirkt
 <p data-bbox="228 1720 416 1738">Bild: Pexels.com, Lisa Fotios</p>	<p data-bbox="608 1574 906 1641">Kapitel 7 Beziehung neu gestalten</p>	<ul data-bbox="1015 1574 1369 1709" style="list-style-type: none"> • Informationen dazu, wie die Beziehung zur verstorbenen Person neu gestaltet werden kann
 <p data-bbox="228 1951 448 1968">Bild: Pexels.com, Nathan Cowley</p>	<p data-bbox="608 1798 927 1865">Kapitel 8 Abschied und Weiterleben</p>	<ul data-bbox="1015 1798 1362 1933" style="list-style-type: none"> • Die eigene Entwicklung würdigen und das Weiterleben in den Blick nehmen