

Pressemitteilung

Leonie Wolber

Trauer und soziale Nähe

Der Einfluss enger Bezugspersonen auf die
seelische Belastung in der Trauerbewältigung

79 Seiten
Psychologie

erhältlich als:

E-Book (pdf)

E-Book-Preis € 19,99 (D, A)
E-Book-ISBN: 978-3-38916-492-1

Print-Buch (PoD)

Print-Preis € 34,95 (D, A)
Print-ISBN: 978-3-38916-493-8

Im Dezember 2025 erschienen.

<https://www.grin.com/document/1672268>



Wie Freundschaften Trauerbewältigung erleichtern

Trauer gehört mit zu den tiefsten Erfahrungen des menschlichen Lebens, und doch erlebt sie jeder anders. In ihrem neuen Buch „Trauer und soziale Nähe. Der Einfluss enger Bezugspersonen auf die seelische Belastung in der Trauerbewältigung“, das im November 2025 bei GRIN erschienen ist, beleuchtet Leonie Wolber den Einfluss sozialer Kontakte auf die Trauerbewältigung.

Das Thema ist hochrelevant, weil Trauer ein universelles Thema ist, aber gesellschaftlich oft verdrängt wird. Dementsprechend zeigt „Trauer und soziale Nähe“, dass soziale Unterstützung nicht nur tröstet, sondern auch ein entscheidender Schutzfaktor gegen psychische Belastungen ist. Leonie Wolber erklärt, warum soziale Verbundenheit Trost spendet und wie sie die seelische Heilung fördert. Die Autorin beleuchtet dafür zunächst unterschiedliche Formen von Trauer, relevante psychologische Modelle und Messinstrumente und verbindet diese theoretischen Grundlagen anschließend mit einer eigenen quantitativen Untersuchung.

Enge Bezugspersonen fördern die innere Stärke von Trauernden

Welche Variablen spielen in der Verarbeitung von Trauer eine entscheidende Rolle? Welche Ressourcen tragen positiv zur Trauerbewältigung bei? Wie unterscheidet sich die psychische Belastung im Trauerprozess zwischen Personen mit und ohne enge Bezugspersonen? Diese und weitere Fragen beantwortet Leonie Wolber in ihrem neuen Buch. Auf Basis aktueller psychologischer Erkenntnisse und

bewegender Einsichten erklärt die Autorin, warum soziale Verbundenheit Trost spendet und wie sie die seelische Heilung fördert. Einfühlsam und zugleich fundiert lädt „Trauer und soziale Nähe“ dazu ein, Trauer nicht als einsamen Weg, sondern als menschliche Erfahrung in Gemeinschaft zu verstehen. Trauernde stoßen im Beruf jedoch häufig auf mangelndes Verständnis und unzureichende Strukturen. Auch Journalist:innen begegnen Themen wie Suizid, Unfällen, Kriminalität oder Katastrophen regelmäßig. Das Thema ist hochaktuell, weil die Forschungslage zu Trauer dynamisch ist, besonders seit die "prolongierte Trauerstörung" als eigene Diagnose im ICD-11 und DSM-5 aufgenommen ist. Zudem greift die Studie aktuelle Forschungslücken auf, indem gezeigt wird, wie viel soziale Unterstützung wirklich hilft oder wann sie sogar belastend werden kann. Das Buch richtet sich an Menschen, die einen Verlust verarbeiten und verstehen möchten, wie soziale Nähe den Trauerprozess erleichtert. Ebenso spricht es Fachkräfte in Psychologie, Trauerbegleitung und Beratung sowie Studierende dieser Bereiche an.

Über die Autorin:

Leonie Wolber lässt ihre Expertise in den Bereichen fundierter psychologischer Auseinandersetzung mit Trauermodellen, Diagnostik und Messmethoden, detaillierter Recherche zu Formen sozialer Unterstützung und einer eigenen quantitativen Studie mit Teilnehmenden aus Trauergruppen gezielt in ihre Arbeit einfließen. Trauer ist für sie ein komplexes psychologisches, aber auch soziales und gesellschaftliches Phänomen, bei dem soziale Ressourcen unterschätzt werden.

Das Buch ist im **Dezember 2025** im GRIN Verlag erschienen (ISBN 978-3-38916-493-8).

Direktlink zur Veröffentlichung: <https://www.grin.com/document/1672268>

Kostenlose Rezensionsexemplare sind direkt über den Verlag unter presse@grin.com zu beziehen.

Schlagnworte: Trauer, soziale Bindungen, Trauerbewältigung, Psychologie

Pressekontakt:

GRIN Publishing GmbH
Waltherstr. 23
80337 München
Tel: +49-(0)89-550559-0
presse@grin.com