

Pressemitteilung der Selbsthilfegruppe KonTiki Verwaiste Eltern Biberach | Riedlingen | Sigmaringen

Neue Selbsthilfegruppe startet - Austausch für verwaiste Eltern, die ihr Kind verloren haben

„Der Trauer Raum geben“, das möchten die vier betroffenen Trauerbegleitende der Selbsthilfegruppe „KonTiki“ für verwaiste Eltern in Biberach, Riedlingen und Sigmaringen.

Aufgrund ihrer eigenen schmerzlichen Geschichten haben sie sich intensiv mit dem Verlust ihrer Kinder auseinandergesetzt. Nun möchten sie Betroffenen einen Raum geben, um sich dem Verlust zu widmen, nicht verdrängen, was schmerzt. Raum geben, um so zu sein, wie man im Moment fühlt und was nicht einfach zu ändern ist. Raum geben für all das, was da ist. Zeit geben den Ort zu finden wo Lebendigkeit sich zeigt. Mut haben, sich zu erinnern, und das „nie wieder“ zu ertragen. Mut geben den eigenen Weg zu gehen. Einfach – Raum geben, für Trauer. Sie wollen betroffene Menschen unterstützen und ihnen Raum für Trauer geben in einer Selbsthilfegruppe oder in Einzelgesprächen,

Zunächst in Form regelmäßig stattfindender Gruppenabende mit unterschiedlichen Schwerpunkten zum Thema Trauerbewältigung. „Gemeinsam mit anderen Menschen in einer geschützten Gruppe die ähnliche Erfahrungen gemacht haben, wollen wir miteinander über das Unfassbare reden. In Gesprächen und im kreativen Arbeiten spürt man den Veränderungen nach, die durch den Verlust entstehen. In der Gruppe gibt man dem Zeit, was war, was gerade ist und was werden kann“, sagen sie. In einem jährlichen Programm möchte KonTiki verschiedene Möglichkeiten der Trauerarbeit anbieten. „So haben wir uns viele Gedanken gemacht, welche Themen wesentlich sind, was interessant sein kann und was Betroffene weiterbringen könnte. So möchten wir auch Vorträge, Seminare, Workshops und Begegnungsveranstaltungen organisieren und der Öffentlichkeit zugänglich machen. Somit erhalten angesprochene Personen die Gelegenheit, sich zu orientieren, Kenntnisse anzueignen und sich mit anderen auszutauschen“.

In der Trauerphase fühlen sich viele Menschen sehr verletztlich und aufgewühlt und erleben oftmals eine tiefe Erschütterung ihres Glaubens- und Weltbildes. Der trauernde Mensch braucht verständnisvolle Begleitung und Unterstützung bei der unumgänglichen psychischen Arbeit sich mit der Realität des Todes auseinanderzusetzen. Eine mitfühlende und gleichzeitig professionelle Trauerbegleitung ist dabei sehr hilfreich. Damit der geliebte verstorbene Mensch einen guten und sicheren Platz einnehmen kann und somit lebendig im Herzen und in der Erinnerung der Angehörigen weiter existiert.

Eine angeleitete Trauergruppe kann in diesen Momenten hilfreich sein, um einen neuen Stand in diesem ungewohnten neuen Leben finden zu können.

In einem ersten Gespräch wollen sie in Erfahrung bringen, was eine Selbsthilfegruppe für jeden Einzelnen auf seinem Weg in der Trauer sein kann. Es sollen die verschiedenen Hürden und Fragestellungen, die in Trauerzeiten auftauchen können, besprochen werden.

Die Gruppenabende finden dann immer jeden zweiten Mittwoch im Monat von 20:00 bis 22:00 Uhr statt. Die Teilnahme an der Trauergruppe ist unabhängig von Nationalität, Konfession und Weltanschauung.

Für eine bessere Vorbereitung ist eine Anmeldung bis Sonntag, 08.01.23 erforderlich unter

**Pressemitteilung der Selbsthilfegruppe KonTiki
Verwaiste Eltern Biberach | Riedlingen | Sigmaringen**

Arno Mayr (Trauerbegleiter, syst. Berater)
Tel.: 07371/9298995
E-Mail: arno.mayr@gmx.de

Sonja Schädler (Trauerbegleiterin)
Tel.: 07351/827938
E-Mail: info@kontiki-bc.de

Nähere Informationen gibt es unter www.kontiki-bc.de

„Ein neues Leben kann man nicht anfangen, aber täglich einen neuen Tag im Sinne von das Leben aktiv angehen, mit unserer wiedergefundenen Aktivität und mit den gewonnenen Erkenntnissen durch die letzten Jahre“. So freuen sich die Trauerbegleiterinnen auf neue Begegnungen, geteilte Erinnerungen, gemeinsamen Tränen und Lachen.