



ökumTraube
links der Ruhr



Einladung zum Familien-Trauercafé

Wenn eine Familie vom Tod eines Angehörigen betroffen ist, weil ein Elternteil, ein Kind oder auch weiteres Familienmitglied gestorben ist, stellen sowohl Eltern als auch Kinder oft ihre eigene Trauer zurück, um den jeweils anderen nicht weiter zu belasten. Weiterhin trauern Kinder und Jugendliche auf Grund ihrer kognitiven Entwicklungen anders als Erwachsene. Diese Umstände können dazu führen, dass keiner mehr angemessen trauert, Missverständnisse auftreten und der Verlust nicht gut verarbeitet werden kann. Eine unverarbeitete Trauer wiederum kann später zu psychischen Erkrankungen führen wie bspw. Depressionen.

Seit jeher stellt es eine Herausforderung dar, sich mit den elementaren Themen Abschied, Trennung, Tod und Trauer auseinanderzusetzen. Um aus diesen schweren Situationen gestärkt wieder herauszukommen, hilft es, zu trauern, den Gefühlen einen Raum zu geben und sich in einer Gemeinschaft auszutauschen.

Aus diesem Grund möchten wir zu einem Familien-Trauercafé einladen, wo sowohl die Kinder/Jugendlichen als auch die Erwachsenen jeweils eine Möglichkeit haben, sich mit ihrer Trauer auseinanderzusetzen, jeder für sich in einem geschützten Rahmen. Damit kann das Elternteil aus seiner gewohnten Rolle heraustreten, in der es sich vielleicht vor seinen Kindern zurücknimmt. Und auch die Kinder sind frei von der Erwartung ihrer Eltern und dürfen sich in Begegnungen mit anderen Kindern, die ähnliches erlebt haben, austauschen.

Während die Eltern bei einer Tasse Tee oder Kaffee über ihre Trauer und Sorgen ins Gespräch kommen können, werden die Kinder in einem separaten Raum mit kreativen Methoden zur Trauerbewältigung angeleitet.

Dieses wird einmal im Monat an einem Freitagnachmittag stattfinden, und zwar in der **Auferstehungskirche Heilig Kreuz in Mülheim-Dümpten, Tiegelstraße 100.**

Der erste Termin ist nach den Herbstferien am **29. Oktober**, in der Zeit von **16 bis 18 Uhr**, weitere Termine in **2021** sind der **26.11. und der 17.12.**

Geplant ist, darüber hinaus auch altersgerechte Kinder- und Jugendtrauergruppen anzubieten, in denen noch intensiver gearbeitet werden kann.

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:

Kerstin Altenrath, Familien-Trauerbegleiterin, Tel. 0176 – 56 61 51 66 oder

Bettina Griebenow, Kd./Jgd.-Trauerbegleiterin, Tel. 0208 – 71 653.