

„Trau dich zu trauern“

In Kooperation mit dem Familienzentrum Neuenkirchen & dem jfd-Rheine

Montag, 07. November von 19:30 Uhr – ca.21:00 Uhr

Der Tod eines geliebten Menschen ist für viele Angehörige eine große Tragödie. Dem Schock folgt die scheinbar unendliche Trauer. Viele Fragen bleiben offen. Die Frage nach dem „Warum“? Wie geht es weiter? Kann ich je wieder glücklich werden? Gibt es ein Leben nach dem Tod? Wie gehe ich mit meiner Trauer um -- und wer oder was kann mir dabei helfen? Aber auch für das soziale Umfeld ist es oft schwierig mit trauernden Menschen umzugehen. Hier gibt es oft Kontaktängste und Unsicherheiten. Wie kann ich dem Trauernden helfen oder auch trösten? Was mache ich richtig oder falsch?

Tod und Trauer haben in unserer gut funktionierenden Leistungsgesellschaft leider nur sehr wenig Platz und sind ein großes Tabu. Es wird viel geschwiegen und verdrängt. Viele Trauernde haben das Gefühl stark sein zu müssen, damit sie weiter funktionieren können. Oft haben sie auch das Gefühl, isoliert von der Gesellschaft zu sein.

Dies ist allerdings nicht die natürliche und auch nicht die gesunde Form mit Trauer umzugehen. Trauer braucht Zeit, Raum, Gespräche, Verständnis, Rituale und das Gefühl der Verbundenheit.

Der Referent und Psychologische Berater, Karl-Heinz Rücker, wird in seinem Vortrag aus seiner jahrelangen Arbeit als Trauerbegleiter berichten und Möglichkeiten aufzeigen, wie mit Trauer sinnvoll umgegangen werden kann.

Er möchte Mut machen, dass die Trauer gelebt werden soll und darf. Denn sie bietet auch eine große Chance der persönlichen Weiterentwicklung für ein glückliches, zufriedenes und erfülltes Leben in liebevollen Erinnerungen an die Verstorbenen.

Nach dem Vortrag ist noch Zeit sich miteinander im Gespräch auszutauschen.

Ort Kardinal-von-Galen-Haus, Marienstraße 29, 48485 Neuenkirchen

Kosten 15 Euro / Person

Referent Karl-Heinz Rücker (Psychologischer Berater & Entspannungspädagoge)

Anmeldung Homepage: jfd - Rheine, oder Tel.: 05971 91448-188

Mehr Infos K.-H. Rücker Tel.: 05973 1308 oder www.lustaufleben.eu