



Trauergruppe für junge Erwachsene

Gruppe für junge Erwachsene, die einen Elternteil, Großeltern, einen nahestehenden Angehörigen, Freund oder eine Freundin verloren haben.



DIE SITUATION

Der Verlust eines lieben Menschen ist immer ein tiefer Einschnitt im eigenen Leben. Künftig ohne diese Person weiter leben zu müssen, ist nicht oder nur schwer vorstellbar. Der Gedanke schmerzt auf eine Weise, die in ihrer Intensität den meisten Menschen bisher unbekannt ist – besonders, wenn sie noch jung sind.

In einem Lebensabschnitt, in dem es vor allem um Entwicklung, Pläne, nach vorn Schauen und Zukunft geht, sind Sterben, Tod und Trauer ‚irgendwie nicht vorgesehen‘. Dementsprechend groß ist das Gefühl von Erschütterung, Verstörtsein und Überforderung bei der Konfrontation und im Umgang mit diesen Themen – auch im Umfeld.

Trauergruppe für junge Erwachsene (ca.18-29 Jahre)

DAS ANGEBOT

Es ist Zeit und Raum da, um zu erzählen, sich zu erinnern, traurig, zwiespältig und auch wütend zu sein, aber vielleicht auch, um zu lachen. Einfach so – ganz frei – für einen Augenblick.

Es ist euer Raum.

Gemeinsam können wir diesen Raum gestalten, so, wie es sich für euch gut anfühlt. Vor allem im Gespräch und Austausch miteinander, aber im Besonderen auch im Umgang mit kreativen Angeboten und Materialien wie z.B. Texten, Bildkarten, Musik, Malen oder Collagen.

*Lange saßen sie dort
und hatten es schwer,
doch sie hatten es gemeinsam schwer
und das war ein Trost.
Leicht war es trotzdem nicht.*

Astrid Lindgren

DER RAHMEN

Zielgruppe: Junge Erwachsene (ca.18-29 Jahre), die um einen Elternteil, um Großeltern, einen nahestehenden Angehörigen, Freund oder eine Freundin trauern.

Das Angebot findet in einer Kleingruppe von 2 bis 6 Teilnehmern statt. Voraussetzung für die Teilnahme ist ein Vorgespräch mit der leitenden Trauerbegleiterin.

Eine Begleitung in Form weiterer Einzeltermine ist nach Absprache möglich.

Zeit: einmal im Monat, jeweils **sonntags** in der Zeit **von 15 bis 18** Uhr (genauen Termin anfragen)

Ort: in den Räumen des ITA, Bogenstraße 26.

Kosten: Die Teilnahmegebühr pro Treffen beträgt 25 Euro.

DIE KONTAKT-ADRESSE

Institut für Trauerarbeit (ITA) e.V.

Bogenstraße 26
20144 Hamburg

Telefon: 040 - 36 11 16 83
E-Mail: info@ita-ev.de

SPRECHZEITEN

Mo Di Mi Do: 11 - 16 Uhr

www.ita-ev.de

