

Trauergruppe für Hinterbliebene

GUNZENHAUSEN - Der Hospizverein Weißenburg-Gunzenhausen bietet ab September eine geschlossene Trauergruppe an. Die Treffen finden jeden zweiten und vierten Montag im Monat von 18.30 bis 20 Uhr in Gunzenhausen, Leibnizstraße 2c, statt. Die Leitung haben qualifizierte Trauerbegleiterinnen. Die Gruppe ist beschränkt auf maximal zehn Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Anmeldungen sind erforderlich unter Telefon 09831/619161.

„Nach dem Tod eines geliebten Menschen stürzen Hinterbliebene oft in Tiefen, die sie vorher so nicht gekannt haben“, schreibt der Verein. Wechselnde Gefühle wie Ohnmacht, Hilflosigkeit, Verzweiflung, Einsamkeit, Angst, Wut oder Schuld würden zu Begleitern. In der Zeit des Fragens und Tragens würden sich Trauernde selbst kaum wiedererkennen. Von Mitmenschen fühlten sie sich häufig wenig verstanden, da ihre Welt plötzlich eine andere geworden sei.

Sich in dieser Zeit mit Menschen in einer Gruppe zu treffen, die ein ähnliches Schicksal tragen, kann hilfreich und unterstützend sein. „Die Trauer bekommt dort Raum und Zeit, um Ohnmacht zu bewältigen, dem Alltag neue Strukturen zu geben, Kraft und Zuversicht zu finden“, schreibt der Verein. **wt**