

## „Meine Trauer wird dich finden“

Ein Kurs über 6 Abende für trauernde Menschen

Wenn ein Mensch, den wir lieben, stirbt, wird irgendwie alles anders. Das Gespräch verstummt, ein Platz bleibt leer, vieles tut einfach weh. Es ist Zeit zum Trauern.

Entgegen vieler Ratschläge ist Trauer nicht einfach eine Zeit des Loslassens, sondern der neuen Beziehung mit der verstorbenen Person. Wir bleiben der oder dem Verstorbenen innerlich nahe. Der Tod beendet ein Leben, nicht aber die Beziehung zu einem Menschen. In der Trauer können neue Kräfte wachsen, die Vertrauen in das Leben schenken.

### Themenübersicht:

1. Trauer unter Trauernden – Kennenlernen.
2. Muss ich wirklich loslassen?
3. Das ganz normale Chaos der Gefühle.
4. Selbstmitleid und Selbstwertgefühl in der Trauer.
5. Mit Erinnerung und Dankbarkeit weiterleben.
6. Hoffnung aus dem Glauben?! - Nächste Schritte  
– Abschluss



### Referent/in:

André Böhning, Dipl. Theologe, Diakon und Seelsorger in der Psychiatrischen Klinik Wil, Geistlicher Begleiter und Trauerbegleitung, Systemischer Coach

Katrin Gergen-Woll, Dipl. Theologin und Exerzitienbegleiterin

**Termine** jeweils donnerstags von 19.00 – 21.00 Uhr:

**13. / 20. / 27. Oktober 2011**  
und **03. / 10. / 17. November 2011**

Bitte melden Sie sich bis 06.10.2011 an!

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Es ist eine verbindliche Teilnahme an allen Abenden für den Austausch und den Prozess in der Kursgruppe erforderlich!

**Kursgebühr: 120,00 €**

Kloster Hegne - Bildungsprogramm 2011 / Leben

Information und Anmeldung:

Kloster Hegne – Referat Bildung

Konradstr. 1, 78476 Allensbach-Hegne

Tel. 07533.807-260

[bildung@kloster-hegne.de](mailto:bildung@kloster-hegne.de) oder [www.kloster-hegne.de](http://www.kloster-hegne.de)