
Alles hat seine Zeit ...

"Trauer ist eine gesunde, lebensnotwendige und kreative Reaktion auf Verlust- und Trennungsergebnisse. Es führt kein Weg an der Trauer vorbei, sondern nur durch sie hindurch." (Jorgos Canacakis, 1992)

Es ist wichtig diesen Trauerweg zu durchschreiten, damit wir getröstet und getrost trotz der vielleicht großen Veränderung weiterleben können.

Die veränderten Lebensbedingungen fordern uns heraus inne zu halten, mehr auf uns selbst zu schauen und zu überlegen:

Was hilft mir diese schwierige Zeit zu überstehen?

Was kann mir in der Trauer guttun?

Wie gehe ich im Alltag mit (meiner) Trauer um?

Welche lieb gewordenen Gewohnheiten und Rituale wie z.B. die Feier des Weihnachtsfestes oder die Geburtstagsfeier muss ich neugestalten?

Wie kann / werde ich mein Leben gestalten - auch ohne den geliebten Menschen?

Die Bewältigung der Trauer braucht ihre Zeit, ihren Raum und vor allem Verständnis. Mit der Zeit ändert sich die Beziehung zum Verstorbenen/zur Verstorbenen - und damit verändert sich diese Person selbst: Sie ist nicht verloren, sondern da. Sie gehört zu unserem Leben und somit können wir uns dem Leben wieder neu zuwenden.

Änderungen vorbehalten.

Verfügbare Termine

Information

Kursdauer:	8 Einheiten
Kursbeitrag:	€ 33,00 (Teilnehmerbeitrag gefördert); € 160,00 (Teilnehmerbeitrag ohne Förderung) gefördert von Bund, Land und EU
Fachbereich:	Persönlichkeit & Kreativität
Zielgruppe:	Bäuerinnen und Bauern