

Die Epilepsie Elternhilfe lädt ein zum Thema „Umgang mit Trauer im Freundes oder Familienkreis“

Was soll ich denn bloß sagen?
Was kann ich denn jetzt tun?



Der Tod, insbesondere der Tod eines Kindes erschrickt uns, macht uns sprachlos und ratlos.

Im Rahmen dieses Nachmittags werden wir u. a. folgende Themen und Fragen betrachten und dazu angemessene Lösungen erarbeiten:

a) Die Realität der hinterbliebenen Eltern und Geschwister

1. Die grundsätzlichen psychosozialen Belastungsaspekte infolge des Todes eines Kindes.
2. Die regelhaften akuten Trauerreaktionen betroffener Eltern vor dem Hintergrund traumatherapeutischer Aspekte.
3. Die Dynamik des Trauerprozesses für Mütter, Väter und Geschwister
4. Trauernde Eltern im sozialen Kontext
5. „Ich hätte mir so sehr gewünscht...!“

b) Was sind die Hürden und Hilfen im Begegnen mit trauernden Eltern / Familien

1. Die eigenen Gefühle erkennen und erklären.
2. Den Trauernden mit Empathie begegnen können.
3. Mitgefühl statt Mitleid.
4. Die Angst vor dem „falsch Machen“ ablegen.
5. Eine angemessene Sprache finden.
6. „Zuhören „! Und nicht „Rat geben“!
7. Den Trauernden „vertrauen“ lernen.
8. Grundsätzliche Möglichkeiten Trauernde zu unterstützen.

Der Heilpraktiker für Psychotherapie, Traumatherapie und Trauerbegleitung, Herr Dieter Steuer wird mit uns Strategien erarbeiten, wie wir uns diesen Fragen nähern können.

Wir kommen am 29.11. von 14:00 – 18:00 Uhr bei Herrn Steuer in der Moritzstrasse 26 in Mainz zusammen.

Die Veranstaltung ist auf **12 Teilnehmer** begrenzt und für Mitglieder kostenfrei.

Nichtmitglieder zahlen 15 Euro. Bitte melden Sie sich **bis zum 21.11.** an, unter info@eeh-mainz.de oder bei Dorit Behning Telefon 06104-971505.