

Verlust und Trauer

Folgende Themen werden in der Gruppe bearbeitet:

- **Worauf lasse ich mich ein?**
Vorstellung der Seminarreihe, ihrer Arbeitsweise und Regeln;
Kurzvorstellung der Teilnehmer
- **Wege in die Erinnerung**
Was ist mit mir passiert? Wen habe ich verloren?
Die unterschiedlichen Arten der Trauer
- **Trauer als Weg**
Zur Theorie der Trauer
- **Trauerbewältigung**
Auseinandersetzung mit den Verstorbenen
- **Die Persönlichkeit des Verstorbenen**
Das geistige Erbe
- **Was ist mir zum Trost geblieben?**
- **Leben nach dem Tod**
- **Eigene Stärken und Schwächen**
- **Was war - was kann werden?**
- **Loslassen**