



7. Int. Kongress für Psychotherapie und Seelsorge Würzburg 2013

Britta Laubvogel
Sozialpädagogin
Dr. med. Jost Wetter-Parasie
Allgemeinarzt und
Psychotherapeut



Britta Laubvogel
Jost Wetter-Parasie

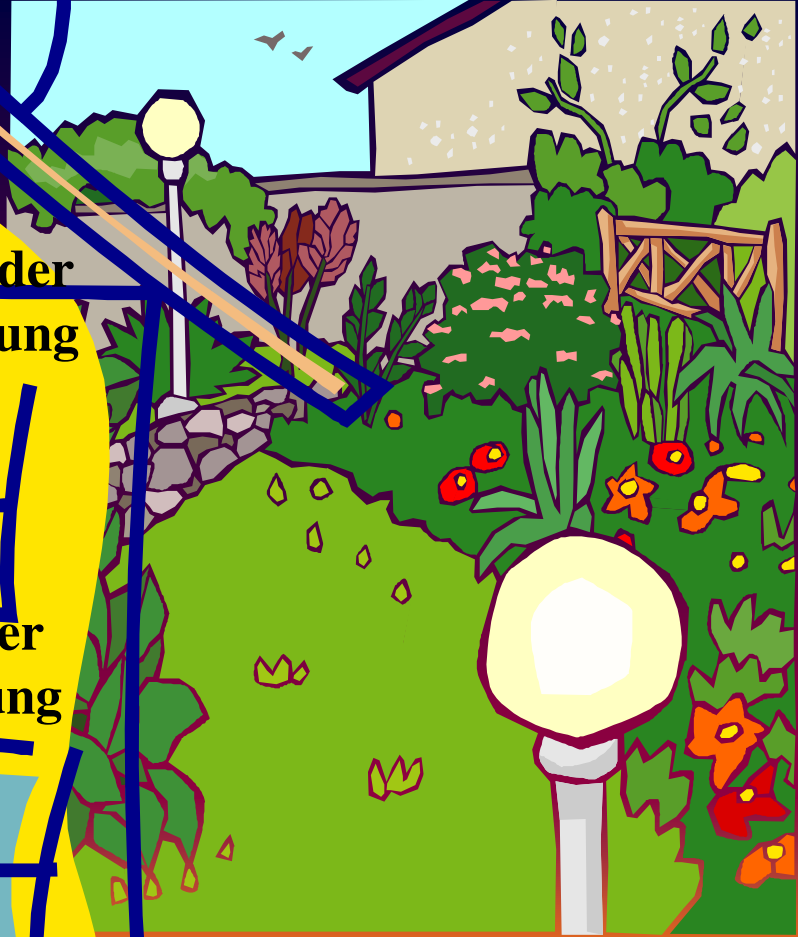
Wenn die Liebe Trauer trägt

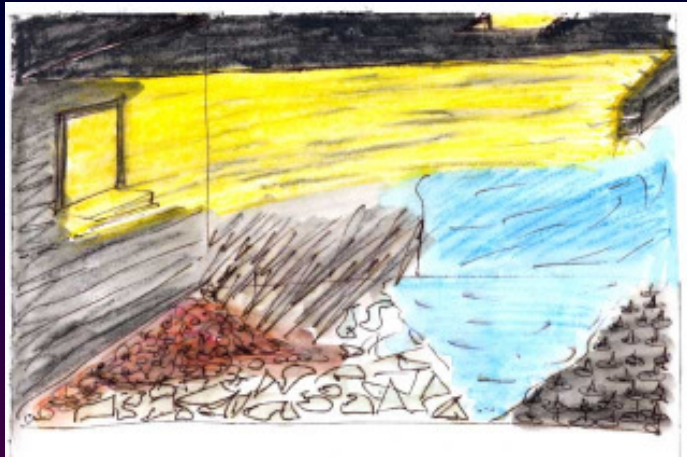
Was beim
Abschiednehmen
von einem lieben
Menschen hilft

BRUNNEN

**Trauer verläuft weniger
geradlinig, sondern
eher zirkulär.**

Garten der Sehnsucht





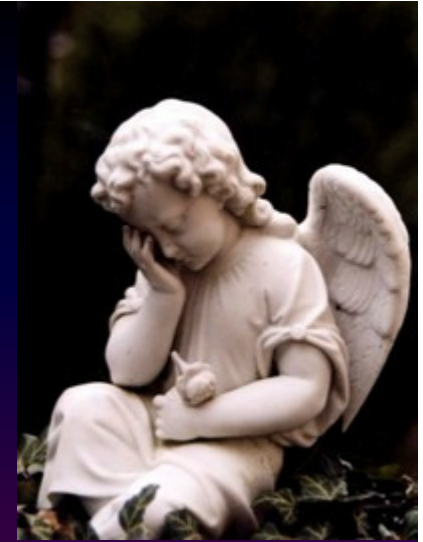




Raum des Schmerzes

„Schmerz und Klage sind unsere erste und natürliche Antwort auf den Verlust eines geliebten Menschen. Sie helfen uns durch die erste Trauer und Not.“

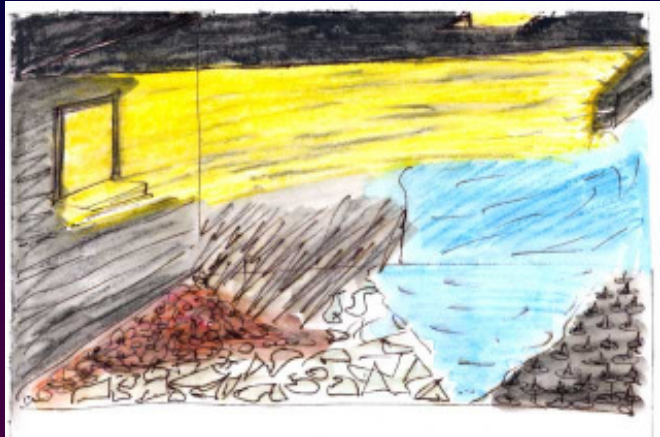
Hermann Hesse



*“Gebt Worte eurem
Weh: Schmerz, der
nicht spricht, raunt ins
beschwerte Herz sich,
dass es bricht.”*

Shakespeare

Tipps für den Raum des Schmerzes



- Trauerschmerz mit dem 'Betroffenen aushalten
- In der Nähe sein, bereithalten
- Konkrete Hilfe anbieten
- Trauerschmerz hat wichtige Funktion

Komm, meine Schwester Trauer
an meine Seite
setz dich still.
Schenk mir
deine Tränen,
bring den Geliebten mir zurück.
Bleib, bis mich umhüllt,
ein wenig Trost
lindert den Verlust.
Geh, meine Schwester Trauer.
Jedoch den Mantel
lass zurück.



Raum der Erinnerung

**War es im Raum des Schmerzes
vor allem die Kraft des
Schmerzes, so ist es nun die
Kraft der Erinnerung, die mich
Verbundenheit spüren lässt.**



„Für gewöhnlich sieht der Mensch nur das Stoppelfeld der Vergänglichkeit; was er übersieht, sind die vollen Scheunen der Vergangenheit.“



Viktor Frankl

Trauerarbeit ist Erinnerungsarbeit.

*Erinnerungsarbeit ist die
nachholende Träne des
Verlustschmerzes.*

Sigmund Freud



Matthias Laubvogel



Ich bin 'ne Raupe mit Schmetterlingsflügeln...

„Aber die Dankbarkeit verwandelt die Qual der Erinnerung in eine stille Freude. Man trägt das vergangene Schöne nicht mehr wie ein Stachel, sondern wie ein kostbares Geschenk in sich.“

Dietrich Bonhoeffer



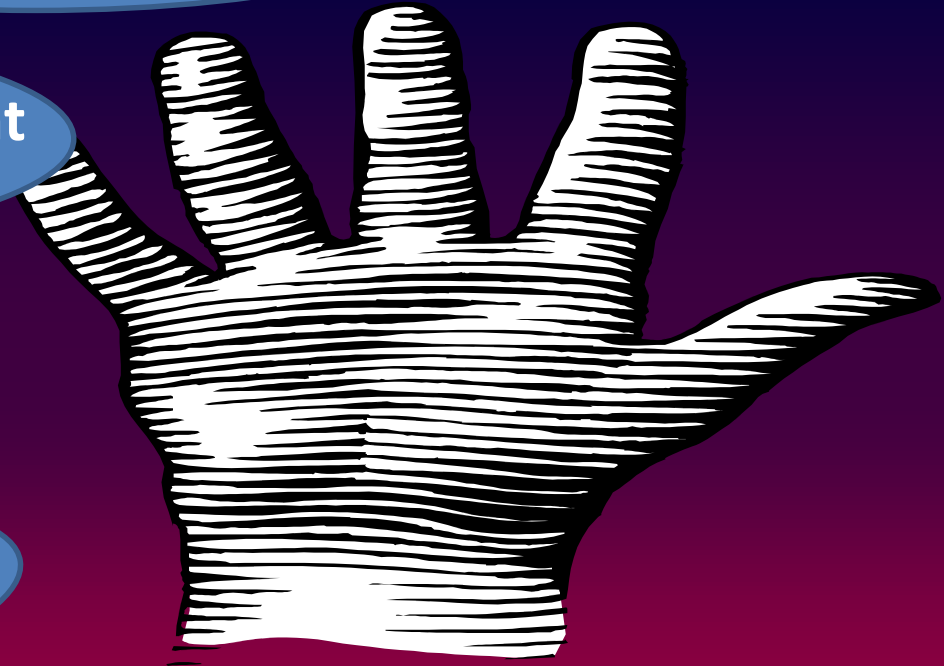
Der Anfang unserer Beziehung

Das habe ich von ihm/ihr gelernt

Das war das Besondere
an unserer Beziehung

Augenblicke besonderer Nähe

Das ist zu kurz
gekommen oder hat
gefehlt



Stört die Trauer nicht,
sie muss den Weg
nach Innen gehen.

Durchschreiten
Raum um Raum

Weinen, klagen
suchen, finden
stille stehen

Innigstes berühren
und Abschied nehmen

Stört die Trauer nicht,
sie wird den Weg
zu Ende gehen.



Raum der Liebe

**In der Liebe trauern
bedeutet:
dem verstorbenen
Menschen einen
sicheren Ort im
Herzen geben.**





„Es ist verkehrt, wenn man sagt, Gott füllt die Lücke aus; er füllt sie gar nicht aus, sondern er hält sie vielmehr gerade unausgefüllt, und hilft uns dadurch unsere alte Gemeinschaft miteinander - wenn auch unter Schmerzen - zu bewahren.“

Dietrich Bonhoeffer

„Was bleibt, ist die Liebe. Da ist ein Land der Lebenden und ein Land der Toten, und die Brücke zwischen ihnen ist die Liebe – das einzige Bleibende, der einzige Sinn.“



Thornton Wilder
Die Brücke von San Luis Rey

Anregung für den Raum der Liebe



Ein Büchlein der
Liebe:
*Meine Liebe sieht
dich*



Raum der Wandlung

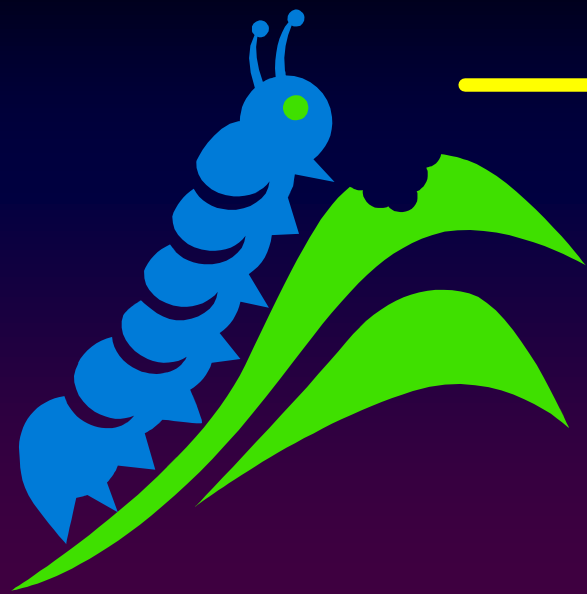


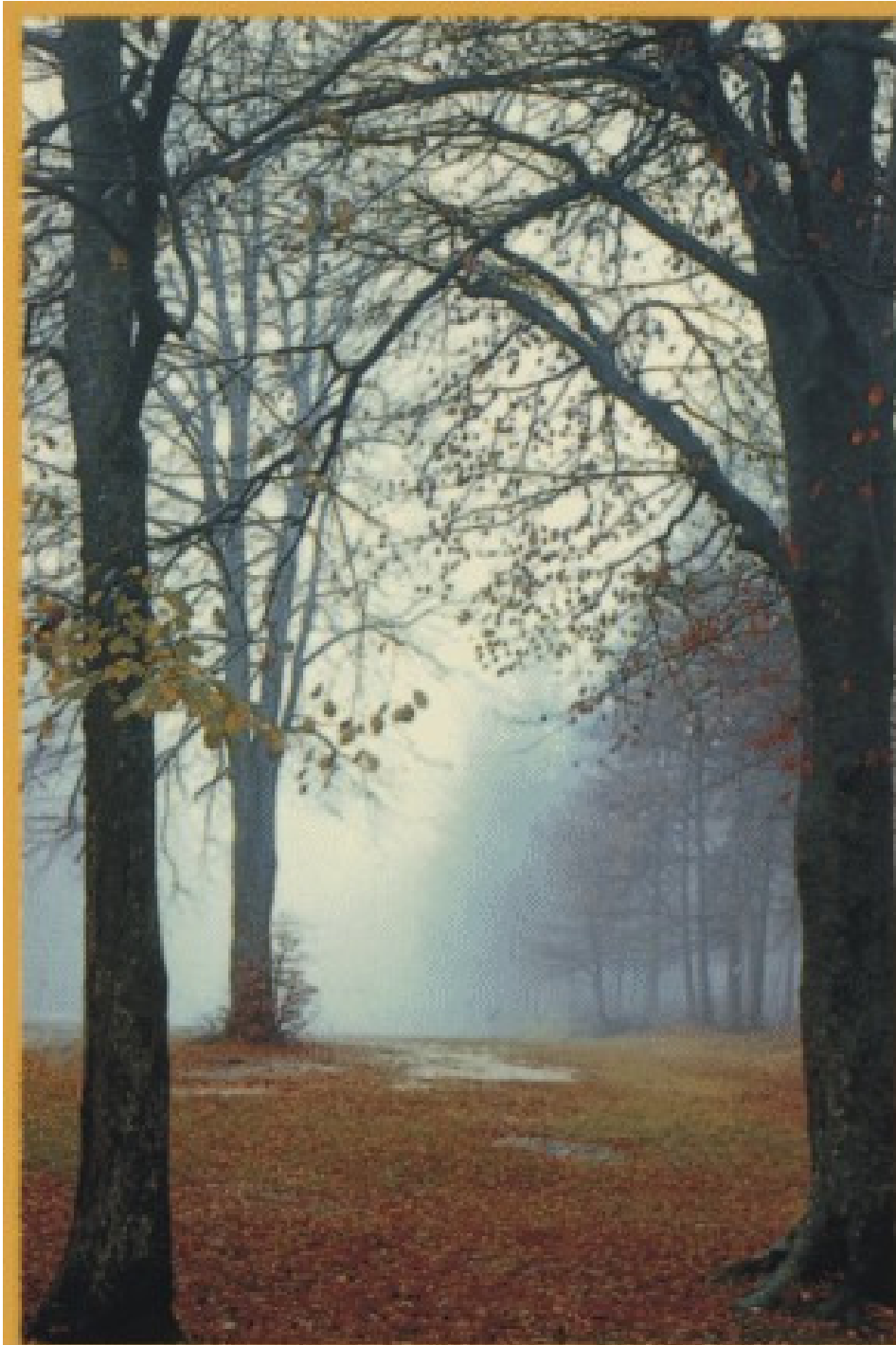
Regenbogenzeit –
Erfahrung

D*u bist gestorben
und ich
lebe weiter.*



**Ziel des Trauerprozesses ist es,
sich dem Leben wieder zuwenden.**





**Wann endet
die Trauer?**



Garten der Sehnsucht
Was darf ich hoffen?



Den geliebten Menschen freigegeben für das ewige Ziel!

Dann werde ich weniger das betrauern, was ich verloren habe und mehr das ersehnen, was ich in der Ewigkeit finden werde.



**„Welches ist der Sinn
unseres Lebens, welches
der Sinn des Lebens aller
Lebewesen überhaupt?
...Wer sein eigenes Leben
und das seiner
Mitmenschen als sinnlos
empfindet, der ist nicht
nur unglücklich, sondern
auch kaum lebensfähig.“**

Albert Einstein



**Christliche
Hoffnung
ist
Auferstehung
s-hoffnung**



**Der Tod ist für
glaubende
Menschen nicht
die Endstation,
sondern
Durchgangs-
station zum
ewigen Leben.**

Rituale der Hoffnung

