

### Fokus d. Traueransprache: Blick in Zukunft

- Frage des Weiterlebens für Lebende & Beziehung zu den Verstorbenen

#### Ziel der Traueransprache:

- Helfen, Situation & Konsequenzen einzuordnen
- Fragen aufnehmen und Sinnspuren legen
- Unterstützung bei Sinnfindung und Suche nach neuem Selbst- und Weltbezug
- Trost schenken und Ermutigen zum Weitergehen

### Fragen die sich stellen:

- Wie leben wir mit diesem Tod weiter? Welche Herausforderungen stellen sich nun?
- Was erzählt uns dies über das Schicksal des Menschen und den Sinn des Lebens? Wie gehen wir mit dem Brüchigen im Leben um?
- Was tröstet und trägt im Schweren?

### 1) Erfassen & Verstehen Trauersituation

- Umstände des Todes und der Überbringung der Todesnachricht
- Bedeutung des Verlusts und seine Konsequenzen für die Hinterbliebenen (Sekundärverluste)
- Blick auf die Belastungen und Ressourcen der Hinterbliebenen

### 2) Einordnen und Verstehen

- Realisieren des Todes
- Bedeutung Leben und Tod
- Eigene Endlichkeit – was bleibt?
- Fragen aus der Situation
- Sachliche Informationen

### 3) Ermutigung -> Handeln zur Reduktion der Ohnmacht – Weiterleben hier stärken

#### Traueraufgaben (Worden/Paul)

- Überleben – Alltag meistern und Stress reduzieren
- Realisieren der Wirklichkeit des Verlustes
- Erlaubnis -> Umgang mit verschiedensten Gefühlen
- Schritte der Veränderung und anfallende Aufgaben
- Beziehung zur verstorbenen Person weiterleben
- Ermutigung zum Suchen nach dem Stimmigen und zum Leben mit den offenen Fragen.

### Wo/ Wie finden Trauernde Trost?

1. Gesehen und verstanden werden → Trauersituation erfassen
2. Nicht allein sein mit den Fragen → diese benennen und grosse Themen ansprechen & einordnen
3. Handeln können statt Ohnmacht → Traueraufgaben benennen und Ideen erhalten, wie mit der Situation umzugehen ist
4. Verbindung zu Verstorbenen weiterleben können → Beziehung klären und Bilder von sicheren Orten (siehe Kachler) aufnehmen
5. Ermutigt werden und Inspirationen erhalten zum Weitergehen → Heldenreise → Inspiration aus Symbolen, Texten Natur, Geschichten, „geistiges“ Erbe der Verstorbenen

### QR - Zusatzmaterial Praxisbuch Trauerfeier



### Aufbau und Elemente

- **Einstieg** → Pop-Up> Frage, Zitat, Szene, Bild
- **Motiv/ Thema** benennen und entfalten → roter Faden
- **Bezüge** schaffen: Text, Geschichte, Symbol oder Biographie oder Trauersituation oder allgemeine, grosse Themen
- **Ermutigung**, Krise anzunehmen & bewältigen
- **Hoffnungsbilder** und tröstliche Perspektiven – für Hinterbliebene und für die Verstorbenen
- **Prägnanter Schluss**, der zusammenfasst, Hoffnung schenkt, auf den Weg schickt.

## Ansatz- und Bezugspunkte Traueransprache

### 4) Sichere Orte für Verstorbene und Verbundenheit leben (R. Kachler)

1. Reale Orte: Unfallort, Grab, Lieblingsort
2. Erinnerungen: Festtage, Bilder, Gegenstände, Tätigkeiten, Geschichten
3. Fester Platz in der Familie
4. Körper der Hinterbliebenen: ich trage Dich im Herzen, Ähnlichkeiten (Kindern), Tattoos...
5. Natur und Natursymbole: Regenbogen, Schmetterling, Meer, Baum...
6. Transzendente Orte: Himmel, Gottes Hand, Licht, tragender Grund, Raum jenseits des Wissens, in den ewigen Jagdgründen...

### 5) Inspirationsquellen & Vorbilder → Ermutigungen zur Heldenreise

- Natur als Lehrmeisterin
- Natursymbole oder Gegenstände aus dem Alltag
- Ressourcen der Familie (Einstellungen und Reifungsprozesse durch Schicksalsschläge)
- Geschichten, Filmszenen, Gedichte, Musiktexen, Bibeltexen
- „geistiges“ Erbe der:des Verstorbenen. → gelebter Sinn durch:
  - Die Liebe/ den Genuss
  - Das Werk
  - Die Einstellungen & Reifung -> innere Grösse eines Menschen („über sich und sein Schicksal hinauswachsen“)

