

Trennungen und Trauer

Vortragsabend über einen konstruktiven Umgang mit Trauer

Trennungen haben viele Gesichter: Wir trennen uns von Freunden, wenn wir umziehen, von Töchtern und Söhnen, wenn diese erwachsen das Haus verlassen und von Ehepartnern oder Lebensgefährten durch Scheidung oder Tod. Manche Trennungen sind vorhersehbar, andere "überfallen uns" unerwartet; unfassbar. Allen Trennungen gemeinsam ist eine unterschiedlich stark erlebte Trauerreaktion.

Der Vortrag und das Gespräch in der Gruppe geht den Fragen nach:

- Gibt es einen Platz für Trauer in unserem Leben?
- Worum traure ich eigentlich, wenn ich mich trenne?
- Wie gelange ich nach der Trauer wieder ins Leben zurück?

Impulse zur Diskussion werden aus Sicht der Logotherapie und Existenzanalyse nach Viktor E. Frankl abgeleitet.

Der Autor:

Dipl.-Pädagoge Wolfram Krug, Coach und Lebensberater für Existenzanalyse und Logotherapie in eigener Praxis. Herr Krug begleitet Menschen in schwierigen Lebenssituationen und solche, die ihr Potenzial entwickeln möchten.

www.beratungspraxis-krug.de