

## Junge Trauergruppe

In die Junge Trauergruppe lädt Lacrima junge und junggebliebene Trauernde ein, die einen nahestehenden Menschen verloren haben und ihrer Trauer die Zeit schenken möchten, die sie braucht.

### In der Trauergruppe kann man

- ... in einem lockeren und entspannten, aber geschützten Rahmen Menschen in einer ähnlichen Situation treffen.
- ... Erfahrungen mit anderen Trauernden austauschen und Kontakte knüpfen.
- ... Kummer und Schmerz ausdrücken können und dürfen.
- ... Wut- und Schuldgefühle zulassen und Gedanken sortieren.
- ... gemeinsam Kraft und Freude schöpfen durch gemeinsame Aktivitäten wie z.B. Kochen.

Die Gruppe ist offen für alle Menschen, egal welcher Religion, Geschlecht oder Herkunft.

**Das Angebot ist kostenfrei und wird durch die Fördermitglieder und Spender ermöglicht.**



## Unser Angebot

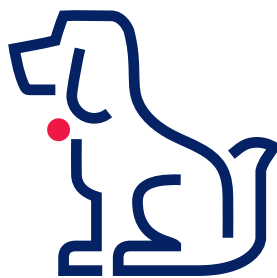
**Unsere Arbeit ist keine Therapieform, sondern wir begleiten und unterstützen.**

### Für betroffene Familien und Multiplikatoren:

- Kinder- und Jugendgruppen
- Elternarbeit
- Beratung Betroffener
- Seminare und Vorträge für Menschen, die im sozialen Bereich tätig sind und dadurch häufiger mit den Themen Tod, Abschied und Trauer konfrontiert werden
- Letzte Hilfe Kurse für Kids & Teens
- Beratungstelefon
- Einzeltrauerbegleitung
- Männer-Trauerkochgruppe (in Planung 2024)

### Für ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter:

- Fundierte Ausbildung und Schulung
- Kontinuierliche Begleitung und Fortbildung
- Supervision



Lange saßen sie dort  
und hatten es schwer,  
doch sie hatten es  
gemeinsam schwer,  
und das war ein Trost.  
Leicht war es trotzdem nicht.

Astrid Lindgren, Ronja Räubertochter



**06 106 87 10-924**

Lacrima.offenbach@johanniter.de

Bankverbindung:

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

VVB Maingau

IBAN: DE68 5019 0000 0001 2290 60

BIC: FFVBDEFF

Stichwort „Lacrima“

Mehr Informationen zu Lacrima:

[www.johanniter.de/offenbach](http://www.johanniter.de/offenbach)

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.

Regionalverband Offenbach

Borsigstraße 56

63 110 Rodgau

Tel. 06 106 87 10-0

Fax 06 106 87 10-20



**JOHANNITER**  
Aus Liebe zum Leben



**JOHANNITER**



**Lacrima - ein Ort zum Trauern**  
für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

# Wir begleiten Kinder, Jugendliche und Erwachsene bei ihrer Trauerarbeit.

Coffy ist mit dabei und freut sich auf Euch!



## Kinder trauern anders.

Der Verlust eines Elternteils, eines Bruders oder einer Schwester durch den Tod ist für Kinder und Jugendliche ein schwerer Schock. Die Johanniter begleiten Kinder und Jugendliche bei ihrer Trauerarbeit und bieten Hilfe in den verschiedenen Trauerphasen. Im Vordergrund stehen die Erkenntnis, dass junge Menschen anders trauern als Erwachsene und das Wissen, dass Verdrängung krank machen kann. Und nichts ist schwerer wieder gut zu machen, als eine andauernde seelische Belastung von Kindern und Jugendlichen.

Lacrima unterstützt mit einem konkreten Konzept die gesamte Familie und begleitet die Trauerarbeit individuell mit den Kindern, aber auch den Erwachsenen. Hierzu werden Gruppenstunden angeboten, in denen alle das Gefühl bekommen, nicht allein zu sein. In Gesprächen und bei kreativem Arbeiten entkommen die Teilnehmer der Spirale aus Einsamkeit, Isolation und Hilflosigkeit. Hierbei wird die gesamte Familie in den Blick genommen, wodurch zugleich eine Neufindung der Familie gefördert wird.



## Wie trauern Kinder?

„Während die Erwachsenen in ein Meer von Tränen abtauchen, springen Kinder von Tränenpfütze zu Tränenpfütze“.

Kinder trauern nicht wie Erwachsene. Kinder geben ihrer Trauer Ausdruck durch Spielen, Malen, Schreien, Toben. Sie brauchen zur Bearbeitung ihrer Trauer empathische Begleiter, die ihnen helfen, die Worte zu finden.

Wir gehen individuell auf die Bedürfnisse der trauernden Kinder und Jugendlichen ein und fangen sie liebevoll auf. Auch die Eltern oder Bezugspersonen brauchen einen Ansprechpartner, um mit ihrer veränderten Lebenssituation umzugehen. Während die Kinder in Trauergruppen betreut werden, bieten wir den Eltern und Bezugspersonen einen Raum zu einem moderierten Gespräch mit anderen Betroffenen.

### Die Grundgedanken unserer Arbeit sind:

- Trauer ist eine natürliche Reaktion
- Die Dauer und Intensität der Trauer ist bei jedem Menschen anders
- Jeder Mensch hat die natürliche Fähigkeit, durch die eigene Trauer zu gehen
- Achtsamkeit und Akzeptanz unterstützen den Trauerprozess

## Lacrima-Jugendtrauergruppe

In der Lacrima Jugendtrauergruppe bieten wir Jugendlichen ab 12 Jahren einen Ort zum Trauern, Weinen, Austausch mit Gleichaltrigen und Betroffenen. Dort können sie machen, was ihnen gut tut: lachen, chillen oder einfach nur dabei sein.

### Uns ist wichtig: wir sind keine Stuhlkreisgruppe!

Wenn jemand stirbt, fühlt es sich an, als wenn es einen zerreißt und nichts mehr einen Sinn ergibt. In der Schule und im Freundeskreis ziehen sich viele zurück und fühlen sich oft allein. Die Blicke voller Mitleid können manchmal sehr erdrückend sein und man fühlt sich, als habe man einen Makel, weil man jemanden verloren hat. In der Gruppe kann über den Verlust des Verstorbenen offen und geschützt gesprochen werden. Die Jugendlichen lernen, wie sie mit dem Verlust leben können und dieser dadurch auch etwas leichter werden kann. Lacrima bietet an, die Jugendlichen in der Trauer zu unterstützen und ihnen zu zeigen, dass sie nicht allein damit sind. Hier können Jugendliche ihrer Trauer die Zeit schenken, die sie braucht.

