

Trauer nach Suizid – Keine Trauer wie jede andere

Trauergruppe des Arbeitskreis Leben (AKL) Böblingen e.V. für Hinterbliebene nach Suizid eines nahen Menschen startet im Juli wieder.

Pro Jahr nehmen sich in Deutschland knapp 10000 Menschen das Leben. Nach Schätzungen der Weltgesundheitsorganisation sind bei jedem Tod 6 bis 23 Menschen betroffen. Ein Suizid trifft Angehörige meist unvorbereitet und aus heiterem Himmel. Plötzlich stehen Polizisten in der Haustür und überbringen die Nachricht. Zurück bleiben Partner, Kinder, Eltern, Geschwister, Verwandte und Freunde, für die eine Welt zusammengebrochen ist. Sie fühlen sich allein mit diesem schweren Schicksal und ihrer Trauer.

Kaum jemand, der nicht selbst betroffen ist, kann ermessen, welch ein Chaos der Gefühle und Gedanken durch diese Art des Todes zusätzlich zur Trauer über die Angehörigen hereinbricht: Entsetzen, Sprachlosigkeit, Ohnmacht, bodenlose Trauer, Angst, Verzweiflung, Sehnsucht, Einsamkeit, Schuldgefühle, Scham und Wut.

In der Trauergruppe treffen sich Angehörige von Menschen, die sich das Leben genommen haben. Sie helfen sich gegenseitig im schützenden Rahmen einer vertrauensvollen Gesprächsgruppe, um im gemeinsamen Austausch Verständnis und Hilfe zu finden. Es hilft, in der Gruppe Menschen zu begegnen, die durch ihren tiefen Verlustschmerz und ihre Trauer hindurch zum Leben zurückgefunden haben.

Die Gruppe trifft sich jeden ersten Mittwoch im Monat. Anmeldung zu einem Vorgespräch unter der Nummer 07031/3049259 (es ist ein Anrufbeantworter geschaltet, es erfolgt zeitnah ein Rückruf) oder per Mail an akl-boeblingen@ak-leben.de