

Trauer begleiten

in Zeiten von Corona

Die Pandemie bringt besondere Herausforderungen mit sich, für die wir Kraft und Zuversicht brauchen. Ängste auszuhalten gehört dazu, Sorgen um die eigene Gesundheit, die von Familie und Freunden, finanzielle Nöte und Umgang mit dem Alleinsein. Zum Schutz vor dem Virus Covid 19 ist Abschottung die wichtigste Maßnahme.

Kontaktsperre oder Quarantäne sind eine tiefe Verunsicherung für alle Betroffenen. Für Trauernde jedoch kommt der Schmerz des Verlustes hinzu und lässt die Isolation besonders schwer erträglich werden.

Meist wird die erste Etappe des Abschieds mit einer Gedenkfeier und der Beisetzung abgeschlossen. In Anwesenheit von Familie und Freunden mit Ritualen, Reden und Musik. Die Anteilnahme tut gut, Umarmungen, zusammen Weinen und Gespräche mit vertrauten Menschen. Dieser Tag kann Kraft geben, um gut gewappnet in die folgende Trauerzeit zu gehen. In den Wochen der Kontaktsperre sind diese tröstlichen Gesten und Gewohnheiten extrem eingeschränkt.

Aber selbst unter Einhaltung des körperlichen Abstands ist Zuwendung möglich!

Aus verschiedenen Gründen konnten zurückliegende Verluste vielleicht nicht gut verabschiedet werden. Der Schmerz darüber ist oft ein tief sitzendes Leid. Es kann aufbrechen, wenn die schützende Struktur des Alltags wegfällt, wie in den Wochen der Pandemie. Auch diese Trauer können Sie nachholen und mit mir gemeinsam neue Formen des Umgangs damit entwickeln, Mitgefühl, Empathie und heitere Zuversicht gehören dazu.

In diesem Sinne sehe ich mein Angebot, auch während der Pandemie als Abschiedsbegleiterin mit allen Sinnen für Sie da zu sein, wenn Sie ein Gespräch wünschen, einen Rat brauchen oder einfach meine Anwesenheit. Um Ihrer Trauer Ausdruck zu verleihen gibt es viele Wege, körperlichen Abstand zu wahren und dennoch vertrauensvolle Nähe zu schaffen. Im persönlichen Gespräch finden wir sicher eine zu Ihnen passende Form.

*Lange saßen sie dort und hatten es schwer.
Aber sie hatten es gemeinsam schwer
und das war ein Trost.
Leicht war es trotzdem nicht.* Astrid Lindgren

Mein Angebot

- behutsames Gespräch und Begleitung bei Trauer und Kummer
- Begleitung und Miteinbezug von Kindern
- Hausbesuche in Ihrem vertrauten Umfeld oder in meinen Räumen
- Spaziergänge im Freien unter Beachtung der Abstandsempfehlungen
- Nutzung elektronischer Medien wie Email, Skype oder Telefon
- Nachholen einer würdigen Trauerfeier, sobald es möglich ist

Das Honorar für die Begleitung beträgt für 50 Minuten mindestens 50 €/ max. 100 € nach Selbsteinschätzung. Auch in schwierigen Umständen finden wir gemeinsam eine Lösung!

Leila Haas, Diplom-Sozialpädagogin und professionelle Trauerbegleiterin mit Zertifikat der Universität Essen.

Selbständig arbeite ich seit 2005 als freie Abschiedsrednerin und Fortbildungsreferentin für Fachkräfte mit den Schwerpunkten Abschied, Trauer und Tod.

Rüdesheimer Straße 19
65197 Wiesbaden

*Freie Abschiedsreden
Zertifizierte Trauerbegleitung
Fortbildungen*

leila.membran@gmx.de
Festnetz 0611 1474398
mobil 0176 20336632
www.freietrauerrede.de

