



STIFTUNG KLOSTER HEGNE  
*Theodosius Akademie*

## AUS - WEG - LOS!?

Ein Wochenende für Hinterbliebene nach einem Suizid

Jeder Verlust eines nahestehenden Angehörigen ist mit Trauer verbunden. Die Umstände des Sterbens und die Todesart spielen oft eine Rolle, denn Hinterbliebene geben jeder Art zu sterben eine individuelle Bedeutung. Diese Deutungen können variieren und sogar unvereinbar sein. Das gilt erst recht für den Suizid.

Bei Trauer nach einem Suizid kann es darum gehen, die Hintergründe zu verstehen. Vielleicht geht es auch um den Umgang mit Tabus und Stigmatisierungen und ggf. um eine traumatische Erfahrung bei langem Warten oder Auffinden des Verstorbenen. Letztlich geht es jedoch vor allem um den verstorbenen Menschen, wie er gelebt hat und wie die Beziehung war, um die vielen schönen und schweren Emotionen, die mit seinem Tod verbunden sind. Das Seminar bietet Raum, Zeit und die Möglichkeit, Erfahrungen, komplexe Gefühle, sowie Fragen und Sorgen mit anderen Betroffenen auszutauschen, einander Informationen, Tipps und Halt zu geben. Es können Perspektiven entwickelt werden, die dazu beitragen, den Blick nach vorne zu wagen, um wieder Orientierung, Zuversicht und Freude zu gewinnen. So kann der Weg durch die Trauer vielleicht etwas begehbarer werden.

Kurs Nr. LE21-24

01. - 03. November 2024

(Fr. 18 Uhr bis So. 14 Uhr)

Anmeldeschluss: 02. Oktober 2024

Kursleitung: Anja Drechsle

Teilnahmegebühr: 270 €\*  


\* Darin enthalten sind 182 € Kursgebühr und 88 € Verpflegung (Kaffee- Pausen, Mittag- und Abendessen). Ohne Übernachtung/Frühstück.

## KURSLEITUNG



DR. ANDRÉ BÖHNING

Dr. theol. und Diakon, Systemischer Supervisor, Coach, Trauer- und Verlustbegleiter, Psychoonkologe, Seelsorger in der Psychiatrischen Klinik Wil (CH).



WALTRAUD REICHLÉ

Theologin, Klinikseelsorgerin im Hegau-Klinikum Singen, Lehrsupervisorin (DGSv), Pastoralpsychologin (DGfP).



ANJA DRECHSLE

Dipl. theol., Pastoralreferentin, Klinikseelsorgerin, Referentin für Trauerpastoral

### Theodosius Akademie der Stiftung Kloster Hegne

Konradstraße 2a

78476 Allensbach-Hegne

+49 75 33 807 700

info@theodosius-akademie.de

theodosius-akademie.de

Öffnungszeiten

Di–Fr 10 bis 12 Uhr und 14 bis 17 Uhr

Sa–So 14 bis 17 Uhr



ANGEBOTE FÜR ZEITEN  
DER TRAUER

2024



## TRAUER- UND DIE FRAGE NACH EINEM (NEUEN) SINN

Der Verlust eines nahen Angehörigen und die damit einhergehende Zeit der Trauer ist eine ungewollte neue Zeitreise im Leben. Es ist Zeit, den eigenen Lebenskompass (langsam) neu zu justieren: Was ist mir jetzt und in nächster Zeit wichtig? Was gibt mir für das Heute und die Zukunft Sinn, wo mir Vieles aktuell sinnlos erscheint? Dieses Seminar soll die Möglichkeit bieten, sich selbst mit der eigenen (Trauer-) Geschichte in Bezug auf die Frage nach Sinn, Sinnvollem bzw. dem wirklich Bedeutsamen zu reflektieren und weiterzuentwickeln. Anhand gezielter Fragen und (Gruppen-) Gespräche kann man sich auf eine Gedankenreise in die eigene Geschichte begeben und herausfinden, was in dieser Geschichte wichtig wurde und bleiben darf, was nun ist und noch werden soll bzw. muss. Das Ergebnis dieser Reise könnte sein, dass bestehende Wünsche, Sinn- und Glaubenserfahrungen sich zu einem neuen Ganzen zusammenfügen. Mit Hilfe verschiedener Modelle aus Psychologie und Theologie besteht in diesem Seminar die Chance, Schritte auf dem Weg zu einem neuen Sinn zu entwickeln und dann zu gehen.

Kurs Nr. LE08-24  
26. bis 28. April 2024  
(Fr. 18 Uhr bis So. 14 Uhr)  
Anmeldeschluss: 29. März 2024  
Kursleitung: Dr. André Böhning  
Teilnahmegebühr: 280 €\*



\* Darin enthalten sind 192 € Kursgebühr und 88 € Verpflegung (Kaffee-Pausen, Mittag- und Abendessen). Ohne Übernachtung/Frühstück.

## DER WEG ALLEIN ZUM HAUS ZURÜCK

Trauer-Seminar

Der Tod eines nahestehenden Menschen ist ein tiefer Einschnitt im Leben, der erschüttert und ungewollte Veränderungen mit sich bringt. Den Weg nach Hause muss man allein gehen. Es ist leerer geworden, Zeit zum Trauern. Trauer ist aber nicht einfach eine Zeit des Loslassens. Der Tod beendet zwar das Leben eines Menschen, nicht aber die innere Beziehung zu ihm. Im Seminar geht es darum, die Beziehung zum verstorbenen Angehörigen neu zu gestalten. Wird nämlich diese Beziehung neu gestaltet, wachsen neue Kräfte und zeigen sich neue Wege.

Zu diesem Kurs sind Sie eingeladen, wenn Sie einen nahestehenden Menschen vor mehr als vier Monaten durch den Tod verloren haben und sich mit Ihrer Trauer mit verschiedenen Methoden (Kurzreferat, Gespräche, Rituale u.v.m.) auseinandersetzen möchten.

Kurs Nr. LE05-24  
25. - 27. März 2024  
(Mo 16 Uhr bis Mi 14 Uhr)  
Anmeldeschluss: 23. Februar 2024  
Kursleitung: Waltraud Reichle, Dr. André Böhning



Kurs Nr. LE20-24  
11. bis 13. Oktober 2024  
(Fr. 16 Uhr bis So. 14 Uhr)  
Anmeldeschluss: 12. September 2024  
Kursleitung: Dr. André Böhning



Teilnahmegebühr: 270 €\*

\* Darin enthalten sind 182 € Kursgebühr und 88 € Verpflegung (Kaffee-Pausen, Mittag- und Abendessen). Ohne Übernachtung/Frühstück.

## TRAUER GEHT UND DIE LIEBE BLEIBT – VOM UMGANG MIT DER TAUER

Seminar- und Wandertage für erfahrene Trauernde

Der Theologe Jörg Zink beschrieb Trauer als einen Weg über eine Brücke. Hin und her müsse man gehen, dorthin, wohin der Verstorbene ging und wieder zurück, wo man selbst lebt. Dieses Hin und Her sei wichtig, um schließlich wieder einen eigenen neuen Weg zu finden. Das innere Hin und Her gehört zu einem Weg mit der Trauer, aber es verändert sich im Lauf der Zeit.

Dieses Seminar richtet sich an jene, die bereits schon mal ein Trauerseminar besuchten, einen Teil des Trauerprozesses hinter sich haben und nun nochmal sowohl eine Standortbestimmung im Leben mit dem Verlust eines Angehörigen als auch weitere Impulse für den weiteren Weg wünschen. Dazu gehört beispielsweise, dass ein verstorbener Angehöriger nicht mehr so stark schmerzhaft im emotionalen Zentrum steht, sondern seinen Platz im eigenen Leben behält, aber der Schmerz der Liebe und Zuneigung wieder weichen kann. So wird Schritt für Schritt der eigene Weg zu mehr innerem Frieden mit dem Verlust gebahnt.

Methoden: Fachliche Impulse, täglich mehrstündige Wanderungen (bis ca. 10 km), Gruppengespräche, kleine kreative, spielerische Übungen.

Kurs Nr. LE09-24  
09. - 12 Mai 2024  
(Do. 18 Uhr bis So. 14 Uhr)  
Anmeldeschluss: 10. April 2024  
Kursleitung: Dr. André Böhning  
Teilnahmegebühr: 380 €\*



\* Darin enthalten sind 238 € Kursgebühr und 142 € Verpflegung (Kaffee- Pausen, Mittag- und Abendessen). Ohne Übernachtung/Frühstück.