

# Trauergesprächskreise

Trauernden wird in einem geschützten Raum die Möglichkeit gegeben

- ihre Trauer auszudrücken
- ihre Erinnerung an die Persönlichkeit des Verstorbenen zu leben
- einander zuzuhören
- mit Menschen in vergleichbaren Lebenssituationen zu reden oder auch zu schweigen
- sich mit Möglichkeiten der Integration der Verlusterfahrung in ihr Leben zu beschäftigen

Die Gesprächskreise werden von qualifizierten Trauerbegleiterinnen und Trauerbegleitern moderiert. Sie werden mit Gebet begonnen und beendet und finden vorzugsweise in unseren Kirchen statt. Im Mittelpunkt steht das vertrauliche Gespräch. Über die Gesprächsinhalte wird Stillschweigen gewahrt.



## Herausgeber

Neuausschließliche Kirche Nordrhein-Westfalen K.d.ö.R.  
Kullrichstr. 1  
44141 Dortmund

Kirchenleitung, Referat Seelsorge  
Manfred Bruns  
E-Mail: [m.bruns@nak-nrw.de](mailto:m.bruns@nak-nrw.de)

Weitere Informationen über die Neuausschließliche Kirche, die Glaubenslehre, die Strukturen und die nächstgelegene neuausschließliche Gemeinde finden Sie im Internet: [www.nak-nrw.de](http://www.nak-nrw.de)

# Trauerbegleitung



## Trauergesprächskreise als Hilfsangebot

Neuausschließliche Kirche  
Nordrhein-Westfalen



# Was ist Trauer(begleitung)?

Der Verlust eines geliebten Menschen löst Trauer aus. Trauer ist ein Prozess, der sich bei jedem Menschen unterschiedlich äußert. Die emotionale Bewältigung des Verlusts verläuft individuell und kann Wochen oder Monate, aber auch mehrere Jahre andauern.

Die Trauerbegleitung dient der Ermutigung des Trauernden, über den Verlust zu sprechen und seinen Gefühlen Ausdruck zu verleihen. Dabei dürfen auch Traurigkeit, Angst, Wut, Hadern mit Gott und Schuldgefühle zur Sprache kommen. In Gemeinschaft mit anderen Leidtragenden soll sich der Trauernde in seinem Leid verstanden und angenommen fühlen.

Seelsorger und qualifizierte Trauerbegleiter(innen) möchten helfen, mit der neuen Lebenssituation zurechtzukommen und die Trauer langfristig in den Lebensalltag zu integrieren.

Die Trauerbegleitung ersetzt allerdings nicht eine ärztliche, psychologische oder juristische Beratung.

# Trauerbewältigung

Trauer wird immer individuell erlebt, der Verarbeitungsprozess hängt von der Persönlichkeit des Betroffenen ab.

In der Literatur wird der Trauerprozess in vier Phasen beschrieben:

## 1. Nicht-Wahrhaben-Wollen:

Der Tod eines Menschen, ob unerwartet oder nicht, hat immer etwas Überwältigendes. Der Schock sitzt tief.  
(Dauer: Stunden bis hin zu Wochen)

## 2. Aufbrechende Emotion:

Leid, Schmerz, Wut, Angst, Freude, Traurigkeit – Emotionen bahnen sich nun ihren Weg. Schuldgefühle können entstehen.  
(Dauer: Wochen bis Monate)

## 3. Suchen und Sich-Trennen:

Der Trauernde sucht im Alltag nach Erinnerungen an den Verstorbenen und lernt, die Trennung vom Verstorbenen zu akzeptieren.  
(Dauer: Wochen bis Jahre)

## 4. Neuer Selbst- und Weltbezug:

Ruhe und Frieden kehren zurück. Erkenntnis: Das Leben geht weiter. Der Verstorbene bleibt ein Teil hiervon.

# Kirchliche Trauerbegleitung

Die seelsorgerische Begleitung von Trauernden zählt zu den kirchlichen Aufgaben und hat eine hohe Priorität. Zu den kirchlichen Maßnahmen zur Trauerbegleitung in der Neuapostolischen Kirche zählen:

- Kondolenzbesuche
- Trauerfeiern
- Seelsorgegespräche
- Trauergesprächskreise