

Gesprächsgruppe für Hinterbliebene nach Suizid

Ein Leben mit einer seelischen Erkrankung in der Familie ist eine große Belastung für alle. Die Angehörigen sind immer mit betroffen. Der Verlust eines Familienmitgliedes durch Suizid bringt die Angehörigen an die Grenzen ihrer Belastbarkeit. Der Suizid ist für die Angehörigen nur schwer zu verstehen. Angehörige quälen sich mit Fragen, die nicht letztgültig beantwortet werden können. Das Lebenshaus ist auf die Grundfesten zusammengestürzt. Dies zu akzeptieren fällt schwer. Ein Suizid verändert das Leben der Hinterbliebenen grundlegend. Nichts ist mehr so wie davor.

Stehen zu bleiben und sich Zeit nehmen, oder weiterzugehen, Schritt für Schritt, sprechen über Unausprechliches und Fragen zu stellen, auf die es möglicherweise keine Antwort gibt – das sind nun die Aufgaben.

Man muss Geduld haben
gegen das Ungelöste im Herzen,
und versuchen, die Fragen
selber lieb zu haben...

Wenn man die Fragen liebt,
liebt man vielleicht allmählich,
ohne es zu merken,
eines fremden Tages
in die Antwort hinein.

~ Rainer Maria Rilke ~

In der Gemeinschaft und dem Schutz einer Gruppe können wir uns gegenseitig unterstützen und den Schmerz aushalten lernen – uns selbst aushalten lernen.

Wir sind eine offene Gruppe für alle Hinterbliebenen (Familienmitglieder, Freund*innen und andere nahestehenden Personen).