

# Los(t)

Gruppe für  
trauernde Jugendliche



**Jeder braucht jemanden.  
Irgendwann.**



**Kinder- und  
Jugendhospizarbeit**  
Landkreis Konstanz

# Los(t)

## Gruppe für trauende Jugendliche

Fühlst Du Dich manchmal lost? Du hast Erfahrung gemacht mit dem Tod eines Menschen, der Dir wichtig war und bist immer wieder mit Deiner Trauer konfrontiert.

Wenn wir einen nahestehenden Menschen verlieren, bringt das Veränderungen in unser Leben – ganz besonders wenn es ein Familienmitglied ist. Es gibt vielleicht einen leeren Platz am Tisch, im Verein oder im Klassenzimmer. Die Atmosphäre ist nicht mehr die gleiche. Auch die anderen sind traurig. Vertraute Rituale verändern sich oder Aufgaben müssen neu verteilt werden u. v. m.

Du bist wahrscheinlich mit einer Vielzahl von Gefühlen konfrontiert: Traurigkeit, Unsicherheit, Wut, Angst, Schuldgefühle und Freude wechseln sich ab. Das ist ganz normal, aber nicht einfach, vor allem wenn Du mit Deinen Gefühlen alleine bist. Da kann es helfen, andere Jugendliche zu treffen, die Ähnliches erlebt haben.

In unserer Gruppe wird es Zeit und Raum geben für das, was jede/n beschäftigt, und wir werden Anregungen geben, wie Ihr mit Eurer Trauer und dem, was sie mit sich bringt, umgehen könnt.

Auch wenn alle Beteiligten Trauer kennen, soll es natürlich keine traurige Gruppe werden, sondern eine, in der alle so sein können, wie sie sich fühlen – und das ist eben nicht nur traurig.

Die Gruppe wird geleitet von:

**Alexandra Maigler** (rechts)

**Petra Gäkle-Dierenbach** (links)

Psychoziale Fachkräfte Kinder- und Jugendhospizarbeit Landkreis Konstanz



**Zeit:** Einmal im Monat, donnerstags, von 18.00 bis 20.00 Uhr

**Termine:** Auf der Webseite [www.kinderhospizarbeit-konstanz.de](http://www.kinderhospizarbeit-konstanz.de)

**Ort:** BWLV-Fachstelle Sucht, Schützenstraße 2, 2. Stock  
78315 Radolfzell (3 Minuten Fußweg vom Bahnhof)

**Kosten:** Die Teilnahme an der Gruppe ist kostenfrei.

**Kontakt und Anmeldung:**

Alexandra Maigler: Tel. 07531 69138-19, [maigler@hospiz-konstanz.de](mailto:maigler@hospiz-konstanz.de)