

## Medienmitteilung

Das Trauerforum Schweiz wirkt seit 6 Jahren aktiv für eine sinnvolle Trauerverarbeitung. Dieses Jahr wurde der Verein gegründet mit der Zielsetzung Aufklärung und Hilfestellungen für Betroffene anzubieten.

Die Non-Profit Organisation wirkt seit mehreren Jahren und seit diesem Jahr werden die Vernetzungen mit den Trauerforen in Deutschland und Österreich genutzt. Eine Online-Plattform aus Österreich bietet allen deutschsprachenden Hilfesuchenden die Möglichkeit ihrem Verlustschmerz Ausdruck zu verleihen.

In Deutschland besteht eine engere Zusammenarbeit mit Traumalos, einem Verein der sich unter anderem auch für Kriegsoffer einsetzt sowie dem Verein "kinderlose Väter", die sich infolge Scheidung als Väter verlassen fühlen.

Trauer ist nicht nur ein Gefühl das beim Todesfall auftritt.

Der Vorstand setzt sich für die Akzeptanz der verschiedenen Trauerformen ein. Nicht nur Hinterbliebene und Verlassene sind zu betrauern, es gibt viele Trauerformen die in der Gesellschaft nur am Rande, wenn überhaupt wahrgenommen werden.

**Scheidungen, Verlust der Arbeitsstellen, Partnerschaftsverluste, Gesundheitseinschränkungen, Auszug der Kinder, etc. sind alles Trauerformen die, wenn sie nicht beachtet werden und daher auch nicht aufgelöst werden können, die Betroffenen krank werden lassen.**

Gerade in einer Zeit von Veränderungen spielen "Stützpunkte" in unserem alltäglichen Leben eine wichtige Rolle. Sie hinterlassen Halt, Sicherheit und Vertrauen. Als Stützpunkte gelten Partnerschaften, Arbeitsstellen, Wohnorte, wichtig ist auch das eigene Körperfunktionssystem. Wenn diese „Stützpunkte“ sich verändern, ohne dass willentlich die persönliche Zustimmung erfolgte, keimt Unsicherheit im Boden und kann zu einer „Angstpflanze“ heranwachsen.

**Angst verunsichert, hindert, entmutigt und blockiert.**

Angstgefühlen, Unsicherheiten, Blockaden, etc. alles Folgen unerkannten Trauerformen hindern die Selbstsicherheit zu erhalten, im Alltag einzusetzen und die Lebensfreude zu erhalten.

Seit über 6 Jahren setzt sich das Trauerforum Schweiz für eine sinnvolle ermutigende Umwandlung von Trauer in Lebensfreude um – und das sehr erfolgreich.

Nun wirbt der Verein für Mitglieder und um eine offene Austauschkultur zum Thema Trauer - damit die Tränen zur Sprache kommen können.