

# 4.

EINEN WEG,  
DER VIEL  
ZEIT  
BENÖTIGT

# 5.

EINEN WEG  
DES  
BEGLEITENS

DIE ZEIT HEILT ALLE  
WUNDEN ...  
DIESEN SPRUCH KENNT  
JEDER TRAUERENDE.  
MÜSSTE ER VIELLEICHT  
NICHT WIE FOLGT  
LAUTEN:

Nein, die Zeit lehrt uns vielleicht,  
dass Unbegreifliche anzunehmen,  
damit leben zu müssen und  
irgendwann zu können.  
Die Zeit übermittelt uns aber  
auch viele Erinnerungen aus  
vergangenen Tagen und lässt  
verheilte Wunden immer wieder  
aufs Neue aufreißen.  
Die Zeit zeigt uns jeden Tag,  
jede Stunde, jede Minute und  
jede Sekunde wie sehr wir  
den geliebten Menschen vermissen.

Bedenke immer,  
Menschen  
in Trauer  
verändern sich!  
Manche nur  
unwesentlich,  
andere  
grundlegend.

WIR STEHEN IHNEN  
GERNE ZUR SEITE.

[www.bestattungen-burger.de](http://www.bestattungen-burger.de)

Nicht jeder kann diesen Weg  
mit den Trauernden mitgehen.

DEIN Leben geht seinen gewohnten  
Gang, das Leben eines Trauernden  
ändert sich manchmal wesentlich.

Es ist jedoch immer einen Versuch  
wert, ihn dabei zu begleiten.

Gib dem Trauernden vor allem  
genügend Zeit und Raum für seine  
Trauer.

DU weißt nie, wann das Schicksal  
bei DIR anklopfen wird.

MAN  
KANN  
VIELE  
WEGE  
GEHEN...

VORSCHLÄGE, FÜR DEN UMGANG MIT TRAUERNDEN,  
VON JEMANDEM, DER AUCH EINEN GELIEBTEN  
MENSCHEN VERLOREN HAT.

# 1.

## DEN WEG DER TRAUER

Irgendwann, vielleicht schon heute, kommt der Tag, an dem auch **DU** um einen geliebten Menschen trauerst.

Dann wechselst **DU** die Seite, bist plötzlich Betroffener, Trauernder.

Von nun an gibt es scheinbar nur noch Traurigkeit, Alleinsein, Hoffnungslosigkeit und Tränen.

Gerade jetzt ist es so wichtig einfühlsame Menschen an seiner Seite zu haben, welche **DICH** auf diesem schweren, manchmal unendlich langen Weg begleiten.



## STELLE DICH IN GEDANKEN EINMAL AUF DIE ANDERE SEITE

## DEN WEG DER GUTGEMEINTEN RATSCHLÄGE

# 2.

„Es wird schon wieder, nimm Dir die Zeit die Du brauchst!“

- Welche Zeit, die die mich laufend erinnern lässt?

„Du musst jetzt stark sein!“

- Für wen? Ich kann jetzt nicht stark sein!

„In Gedanken bin ich bei Dir“

- Du bist aber nicht an meiner Seite, wenn ich weine und verzweifelt bin!

„Geht es Dir jetzt schon ein bisschen besser?“

- Wieso sollte es?

Mein Partner, mein Kind, meine Mama, mein Bruder, mein Opa etc. ist immer noch tot!

## SO KÖNNTE EIN TRAUERNDER DARAUF REAGIEREN:

Es gibt Tage, da bin ich einfach still...  
...nicht weil ich nichts zu sagen hätte, oder alles akzeptiere.  
Sondern weil ich gemerkt habe, dass manche Menschen mich niemals verstehen werden.

## DEN WEG DES MITGEFÜHLS UND DER RÜCKSICHTNAHME

# 3.



## VIELLEICHT IST ES AN DER ZEIT UMZUDENKEN

„Ich weiß nicht was ich sagen oder tun soll?“

- Dann sag auch nichts, das hilft manchmal mehr.
- Nimm die Person einfach mal in den Arm, drücke die Hand oder klopfe auf die Schulter.
- Halte deine Tränen nicht zurück, zu Zweit fällt es leichter zu weinen
- Schicke jeden Tag ein „Guten Morgen“ aufs Handy und das nicht nur die ersten 5 Tage! Erwarte keine Rückantwort!
- Ich wollte einfach nur mal nach Dir sehen, passt es gerade? Akzeptiere als Antwort auch ein „Nein“, aber komme wieder!
- Auf die Frage „Wie geht es Dir?“ sei auf ein „nicht gut“, „schlecht“ oder auch „beschissen“ vorbereitet! Die Antwort „das kann ich mir vorstellen“ (kannst Du das wirklich???) könnte man vielleicht in ein „das glaube ich Dir“ umwandeln.
- Vermeide Sätze, die mit „Aber ....“ beginnen.