

WARUM??



Leider ist in unserer Gesellschaft ein Suizid immer noch ein Tabu-Thema. Doch annähernd 10.000 Menschen nehmen sich jedes Jahr in Deutschland das Leben.

Eine Selbsttötung verändert von einer Sekunde auf die andere das Leben der Angehörigen, denn nichts ist mehr so, wie es vorher war. Oftmals herrscht Sprachlosigkeit angesichts dieses Schicksals bei Freunden, Kollegen, Nachbarn, bisweilen selbst bei den eigenen Angehörigen der oder des Betroffenen. Kaum jemand, der es nicht selbst erlebt hat, kann ermessen, welch unendlicher Schmerz und tiefe Trauer die Hinterbliebenen belasten. Trauer, Wut, Verzweiflung, Einsamkeit, oder die mit einem Suizid verbundenen Schuldgefühle bewegen die Betroffenen oft über einen großen Zeitraum, manchmal sogar ein Leben lang.

Wir sind Mitglieder der bundesweiten Selbsthilfeorganisation

AGUS e.V. - Angehörige um Suizid
Markgrafentallee 3a, 95448 Bayreuth
Tel.: 0921 - 1500 380
www.agus-selbsthilfe.de
Mail: agus-selbsthilfe@t-online.de

Bundesweit gibt es 52 AGUS - Selbsthilfegruppen
Stand: 2010

Der Schmerz brennt sich tief hinein
Die Seele schreit

Tausend messerscharfe Klingen in der Brust
Jeder Atemzug singt ein Klagelied

Kein Gefühl mehr für das eigene "Ich"
Mitmenschen in ihrer Normalität
kaum ertragbar

Ziellose Schritte in eine ziellose Zeit
Zugreifen und ins Nichts fassen

Gefangen in dieser fremden Welt
Wo bist du "Gestern"

Offene Augen, die nichts sehen
Sonne am Himmel, die nicht wärmt

Fragen suchen vergeblich nach Antworten
Müdigkeit und Leere lähmen die Pflichten

Trost kann nicht ankommen
Gedanken machen fast schwindlig

Immer wieder unkontrollierbare Tränen
Diese Angst vor dunklen, stillen Nächten

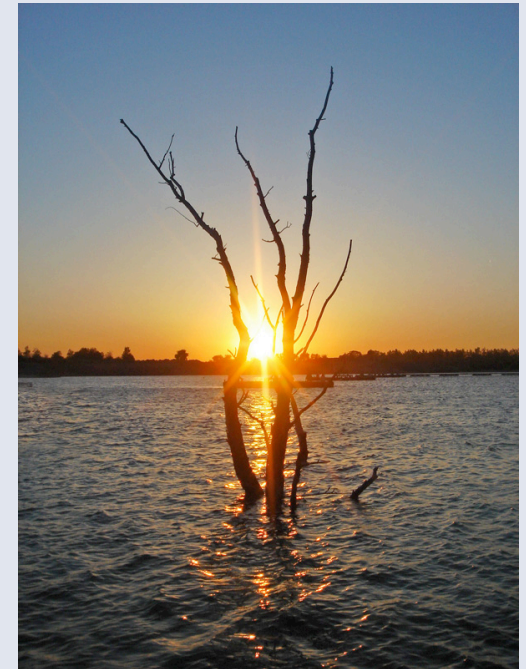
Keine Lust auf den neuen Tag
Verlangen nach dem Zauberspruch,
der alles ungeschehen macht

Unbändiges vergebliches Suchen
Die Sehnsucht quält...

Hoffnung, verlasse du mich bitte nicht auch noch.

(Heidi Schwenkow)

Selbsthilfegruppe für Suizidhinterbliebene



TABU SUIZID

Trauernde
Angehörige
Bieten
Unterstützung

Sie sind nicht allein
Und brauchen sich nicht zu verstecken
In dieser hilflosen Situation sind wir
Zusammen stärker als allein und
In dieser Zeit brauchen wir Menschen
Die verstehen und zuhören

...und plötzlich war alles anders...



Treffpunkt:

Alle 4 Wochen, Montags 19:00 Uhr
im Selbsthilfetreff KISS Pfalz

Speyerer Str. 10
67483 Edesheim

Kontakt:

AGUS

0921 - 150 038 0

KISS

06323 - 989 924

Gruppenleitung

0160 - 981 037 38

Teilnehmen kann jeder, der einen nahestehenden Menschen durch Suizid verloren hat, unabhängig von Alter, Geschlecht, Familienstand, Konfession oder Wohnort.

Es ist dabei unerheblich, wie viel Zeit seit dem Suizid vergangen ist.

Angehörige können kommen, solange sie es wünschen, oder die Gruppe als hilfreich erleben.

Wir sind eine offene Gruppe, ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Diskretion ist selbstverständlich.

Die Teilnahme an der Gruppe ist kostenlos.

Wer sind wir?

Wir sind Angehörige von Menschen, die sich das Leben genommen haben.

Wir treffen uns in einem schützenden Raum in einer vertrauensvollen Gesprächsgruppe.

Hier können wir einander zuhören, uns wahrnehmen, über unser Erlebtes sprechen, uns gegenseitig Trost schenken und langsam begreifen, was mit uns geschieht und warum.

Verständnisvolles Zuhören und das Zulassen unserer Gefühle hilft uns auf dem leidvollen Weg durch die Trauer.

Wir wollen uns gegenseitig stützen und begleiten und ein Stück unseres Weges gemeinsam gehen.

Trauernde sind Wissende

Zusammen wollen wir erfahren, dass aus Lebenskrisen neue Chancen erwachsen und das Leben weitergeht.

