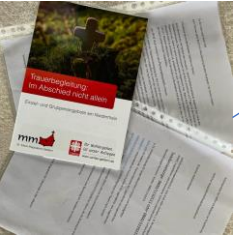
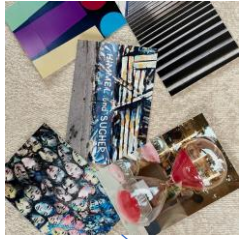
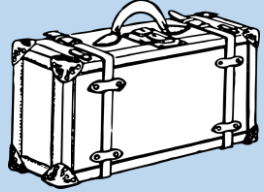


Methodenkoffer



Methodenkoffer



Lach- und Weingummis

Was bringt dich zum Lachen/ Weinen? Die Gummibärchen können in die jeweilige Schale hineingelegt werden, während von Lach- und Weinmomenten berichtet wird. Alternativ liegen bereits Gummibärchen in den Schalen und können rausgenommen werden.



Holzlöffel

Die Löffel können zum Gespräch über das sprichwörtliche »Löffel-Abgeben« anregen. Was willst du noch tun, bevor du den Löffel abgibst? Auch können sie mit Wünschen und Zielen für das eigene Leben beschriftet werden. Was ist mir wertvoll im Leben?



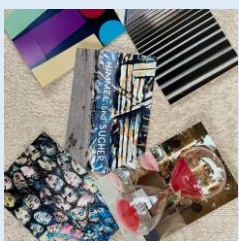
Kerze + Wachsplatten

Sowohl in Einzelgesprächen als auch in Gruppen kann eine eigene Kerze gestaltet werden. In Trauergruppen bietet sich eine Gruppenkerze, die als Einstiegsritual angezündet wird und die Gruppe begleitet, an.



Motivtaschentücher

Verschiedene Taschentücher mit Sprüchen und Motiven können einen niederschweligen Einstieg in Gespräche über die eigene Befindlichkeit darstellen. Was lösen die Sprüche/ Motive in mir aus? Wie geht es mir?



Assoziationsfotos

Die Fotos bzw. Postkarten mit verschiedenen Motiven (z. B. Sanduhr, Fußspuren, Balken, Wendeltreppen) dienen ebenso dem freien Assoziieren und können als Ice-Breaker Anwendung finden.



Bierdeckel

Die mit Worten wie »Mein Haus – mein Auto – mein Sterben« oder »Angst vor dem Sterben oder Angst vor dem Tod?« Bierdeckel dienen als Gesprächsimpuls zu den Themen Sterben, Tod und Trauer.



Sorgenkissen

In der Trauer kann ein Sorgenkissen manchmal richtig guttun. Gemeinsam können individuelle Kissen genäht und gestaltet werden. Wenn Kleidungsstücke von der verstorbenen Person vorhanden sind, können auch diese einbezogen werden.



Friedhofskerze

Die weiße Friedhofskerze wird mit Permanentmarkern beschriftet/ bemalt. Motivideen sind Erinnerungen und schöne Gedanken an die verstorbene Person. Die Deckelinnenseite wird als »Geheimbotschaft« für den*die Verstorbene*n genutzt.



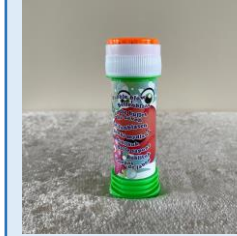
Rettungsring

Der Rettungsring (weißer Gardinenring) dient der Stärkung. Auf den noch leeren Ring werden vier Streifen gemalt. Jeder Streifen steht für eine persönliche Ressource. Was tut mir gut und hilft mir auch in schweren Zeiten?



Wunschblume

Auch die Wunschblume dient der Beschäftigung mit den eigenen Ressourcen. Sie sollen Kraft spenden und die Selbstfürsorge steigern. Dafür zeichnet man eine ca. 15 cm große Blüte auf buntes Kartonpapier. Diese wird ausgeschnitten, sodass in der Mitte ein Wunsch geschrieben werden kann. Die Blütenblätter werden geknickt, sodass die Blume geschlossen ist und der Wunsch versteckt bleibt. Anschließend wird die geschlossene Blume in eine mit Wasser gefüllte Schale gelegt, wodurch sich die Blütenblätter langsam öffnen. Der Wunsch kommt zum Vorschein.



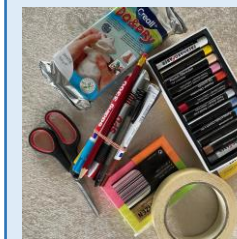
Seifenblasen

Beim Pusten können in die entstehenden Seifenblasen Wünsche »hineingedacht« werden. Was wünsche ich mir für die verstorbene Person? Was möchte ich ihr vielleicht auch noch mit auf den Weg geben? Welche Wünsche habe ich für mich selbst?



Blanko Memory

Die Blanko-Memory-Karten können mit Erinnerungen bemalt/ beschriftet werden. So dienen sie als Anregung zum Erinnern an die verstorbene Person. Darüber hinaus bietet es sich an, einige Karten erst zu einem späteren Zeitpunkt zu bemalen, damit auch neue positive Erlebnisse abgebildet werden können.



Bastelmaterialien

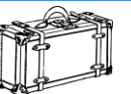
Im Methodenkoffer befinden sich weitere Bastelmaterialien (verschiedene Stifte, Scheren, Kleber, Ton). Sie können flexibel eingesetzt werden.



Infomaterial

Folgende Infomaterialien befinden sich im Koffer: Flyer, Adressliste für weitere Hilfen, Checkliste: To Do nach dem Tod, Beschreibung des Projekts »Junge Menschen«

Die Liste kann beliebig erweitert werden.



Zahlreiche Methoden sind aus der Kinder- & Jugendtrauerfortbildung bei Mechtild Schroeter-Rupieper übernommen.