

Systemischer Coach | Männer in Veränderung | Trauerbegleitung

Verlust verändert alles. Als Mann, der selbst erfahren hat, wie tief Trauer das Leben erschüttern kann, begleite ich heute andere Männer durch Zeiten des Umbruchs. Dabei geht es nicht nur um den Tod eines geliebten Menschen, sondern auch um all die kleinen und großen Ab-schiede, die das Leben prägen: Trennungen, Krankheiten, Veränderungen im Beruf, Rollenwechsel. In meinen Angeboten schaffe ich Räume, in denen Männer mit ihrer Trauer sein dürfen ohne Erwartungsdruck, ohne Erklärungszwang. Mit Respekt, auf Augenhöhe und manchmal auch mit Humor.

Individuelles Trauercoaching

Im Einzelcoaching biete ich Männern einen geschützten Rahmen, um ihren ganz persönlichen Weg durch die Trauer zu finden. Hier darf alles Raum haben: Schmerz, Wut, Leere, aber auch Sinnfragen, Neuanfänge und der Wunsch nach Orientierung. Gemeinsam schauen wir, was stärkt, was trägt und was es gerade braucht.

Besonderes Gruppenangebot:

Lagerfeuergespräche für trauernde Männer

Ein moderiertes Gruppenangebot unter freiem Himmel oder im gemütlichen Raum.

Zehn Abende mit Zeit für Austausch, Reflexion und Verbindung.

Neben der Arbeit mit Einzelpersonen und Gruppen berate ich auch Unternehmen, die ihre Mitarbeitenden in Krisenzeiten besser begleiten wollen, denn auch am Arbeitsplatz hat Trauer ihren Platz.

Ich glaube: Männer trauern, anders vielleicht, aber nicht weniger intensiv. Und sie verdienen Begleitung, die das versteht.

<https://mein-systemisches-coaching.de/trauer/>