



Das Café am Ende des Regenbogens

Das Café am Ende des Regenbogens

Kindstod Fehlgeburt

Systemische Trauerbegleitung
für
verwaiste Mütter

Marlies JC Reimers

Das Café am Ende des Regenbogens

Kindstod Fehlgeburt

Systemische Trauerbegleitung
für
verwaiste Mütter

Marlies JC Reimers

Kindstod Fehlgeburt

Systemische Trauerbegleitung
für
verwaiste Mütter

Marlies JC Reimers

Inhalt

Das Café am Ende des Regenbogens.....	2
Systemische Trauerbegleitung für verwaiste Mütter.....	2
In diesem eBook findest du sieben hilfreiche Tipps und Übungen für die Bewältigung des Verlustes.....	3
Über mich.....	5

Das Café am Ende des Regenbogens

Systemische Trauerbegleitung für verwaiste Mütter

In der Stille der Nacht

In der Stille der Nacht, wenn die Welt zur Ruhe kommt und die Sterne über uns wachen, beginnen die verlorenen Träume zu flüstern. Sie erzählen von Leben, die anders verlaufen sind, von Hoffnungen, die zerbrochen sind und von einem Schmerz, der das Herz zerreißt.

Als Mutter eines Kindes, das zu früh gegangen ist, kennst du diesen Schmerz nur zu gut. Du hast das Leben in dir getragen, die Liebe und die Hoffnung gespürt, die Träume für dein Kind. Doch manchmal bricht die Reihenfolge des Lebens, und das Glück wird von Trauer überwältigt.

In diesem eBook möchte ich dir Trost und Verständnis schenken. Gemeinsam gehen wir durch die Dunkelheit, halten inne bei den Erinnerungen und spüren die Liebe, die immer noch da ist.

Denn auch wenn ein Kindstod – egal in welchem Alter – oder eine Fehlgeburt das Leben auf den Kopf stellt, bleibt die Verbindung zwischen Mutter und Kind tief im Herzen bestehen.

Du weißt:

- 💖 Dein Kind hat gelebt.
- 💖 Du hattest Träume für dich und dein Kind.
- 💖 Die Liebe für dein Kind ist unendlich.
- 💖 Deine Beziehung zu deinem Kind ist einzigartig.
- 💖 Auch wenn das Glück in deinem Leben einen Riss bekommen hat, darfst du wieder glücklich werden.
- 💖 Es ist okay, traurig zu sein.

💖 Das Leben geht weiter, auch wenn es manchmal schwerfällt.

Vertraue auf dein Herz. Dein Kind ist nicht vergessen, und seine Träume leben in dir und in den Sternen weiter.

Das Café am Ende des Regenbogens – ein eBook für dich, für uns alle, die wir die Reihenfolge des Lebens erfahren haben. Möge es dich begleiten, wenn die Nacht dunkel ist, und dir Hoffnung schenken, wenn die Sterne leuchten.

In diesem eBook findest du sieben hilfreiche Tipps und Übungen für die Bewältigung des Verlustes.

💖 **Erlaube dir deine Trauer**

Unterdrücke deine Emotionen nicht. Weine, wenn du weinen musst, und schrei, wenn du schreien musst. Es ist wichtig, deinen Schmerz zuzulassen und zu verarbeiten.

💖 **Erinnere dich an dein Kind**

Sprich über dein Kind, schaue dir Fotos an und erzähle anderen von ihm. Die Erinnerungen an dein Kind zu bewahren und zu teilen, kann dir helfen, dich mit ihm verbunden zu fühlen.

💖 **Suche Unterstützung**

Sprich mit Freunden, Familie oder einer Trauerberaterin. Es kann sehr hilfreich sein, mit anderen Menschen zu sprechen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben.

💖 **Finde Wege, dich selbst zu trösten**

Tue Dinge, die dir guttun und dir helfen, dich zu entspannen. Das kann ein Spaziergang in der Natur sein, ein Buch lesen, Musik hören oder ein Bad nehmen.

💖 **Setze dir kleine Ziele**

Es kann schwierig sein, nach einem Verlust wieder in den Alltag zurückzufinden. Setze dir kleine Ziele, die du erreichen kannst, und baue so langsam wieder Struktur in dein Leben auf.

💖 **Schreibe einen Brief an dein Kind**

In diesem Brief kannst du deinem Kind alles sagen, was du ihm

schon immer sagen wolltest. Du kannst über deine Trauer sprechen, deine Erinnerungen teilen und deine Liebe für dein Kind ausdrücken.

💖 **Es ist wichtig, daran zu denken, dass jeder Trauerprozess individuell ist**

Es gibt keinen richtigen oder falschen Weg, um mit dem Verlust eines Kindes umzugehen. Finde deinen eigenen Weg, um mit deinem Schmerz umzugehen, und gib dir Zeit, zu heilen.

Lass dich von mir begleiten auf deinem Weg der emotionalen Heilung. Gemeinsam finden wir Wege, mit dem Unfassbaren zu leben, neue Kraft zu schöpfen und deinem Leben wieder Sinn und Richtung zu geben.

Du bist nicht allein.

Deine

Marlies JC Reimers

Systemische Trauerbegleiterin



Über mich

*Systemische Trauerbegleitung für
verwaiste Mütter: Mit dir durch den
Schmerz, hin zum Neuanfang*

Als erfahrene Systemische Trauerbegleiterin begleite ich dich auf deinem Weg durch die Trauer nach dem Verlust deines Kindes.

Ich weiß, wovon ich rede. 1980 habe ich selbst meine beiden Kinder verloren und den tiefen Schmerz der Trauer durchlebt.

In meiner Begleitung findest du den Raum, deine Trauer zuzulassen, deine Gefühle auszudrücken und neue Wege der emotionalen Heilung zu finden. Gemeinsam gehen wir den schmerzvollen Schritt des Abschiednehmens und gestalten Schritt für Schritt deinen Neuanfang.

Ich unterstütze dich dabei:

- 💚 Deine Trauer zu verstehen und anzunehmen.
- 💚 Deine Emotionen zu verarbeiten und auszudrücken.
- 💚 Deine Ressourcen zu erkennen und zu stärken.
- 💚 Neue Perspektiven für dein Leben zu entwickeln.
- 💚 Den Alltag nach dem Verlust zu bewältigen.

Systemische Trauerbegleitung

Die Systemische Trauerbegleitung betrachtet den Menschen in seinem gesamten sozialen und familiären Kontext. Dabei werden Beziehungen, Muster und Glaubenssätze sichtbar, die Einfluss auf die Trauerbewältigung haben können.

Gemeinsam beleuchten wir diese Zusammenhänge und finden Lösungen, die auf deine individuelle Situation abgestimmt sind.

Emotionale Heilung und Neuanfang

Mein Ziel ist es, dich auf deinem Weg der emotionalen Heilung zu unterstützen und dir dabei zu helfen, wieder Freude und Hoffnung in deinem Leben zu finden.

Du bist nicht allein. Gemeinsam bauen wir deine ganz persönliche „Regenbogenbrücke“ – eine Brücke, die dich aus der Trauer in ein neues, erfülltes Leben führt.

Kontaktiere mich gern für ein unverbindliches und kostenfreies 30-minütiges Gespräch.

Ich bin für dich da.

Deine Systemische Trauerbegleiterin.

Kontakt

Marlies JC Reimers

Ernst-Bumm-Weg 2B

14059 Berlin

+49 152 22725546

kontakt@marliesreimers.de

www.marliesreimers.de

