

„Watt für die Seele“: Der Mann und seine Trauer - eine, um Biologie und Evolution ergänzende Perspektive

„Watt für die Seele“

Abwechslung ist das halbe Leben, wir setzen einen neuen Kurs! Für den nächsten Ausbildungskurs gehen wir auf ein Schiff. Eine Segeltour mit dem historischen Schiff Oost-Vlieland für interessierte Männer.

Die Trauer der Männer unterscheidet sich in einigen Bereichen von der, der Frauen. Vieles davon wird aus Unkenntnis in der Trauer- und Sterbebegleiter/innen-Ausbildung nicht besprochen. Das Intensivwochenende schließt hier eine Lücke.

Inhalt des Wochenendes:

- Warum trauern Männer anders? Naturwissenschaftliche Grundlagen.
- Evolution und Epigenetik. Abgespeicherte Erfahrungen.
- Männer im Abschied. Männer im Sterbeprozess.
- Männerstille. Warum Männern manchmal die Worte fehlen.
- Männer und Wut. Warum ins Stadion gehen, helfen kann.
- Männer und stille Geburt. Männer im Funktionsmodus.
- Trauercafé oder Wandergruppe? Was funktioniert?

Neben dem Skipper und den (Trauer-) Begleitern des BvMt können 7 Männer mit an Bord gehen.

Raus aus dem Trauer-Alltag, den Kopf mal frei machen. Der leichte Wind, das schlagende Segel, das knarrende Ruder und ein endloser Horizont. Das Ruder mal wieder selbst in der Hand haben, dem Skipper ohne viel Worte zur Hand gehen, in der Kombüse lecker eine Kleinigkeit kochen, für die Crew und für den Skipper.

Je nach Wetter und Tiede kann es sein, dass wir „Trockenliegen“ und ein paar Stunden die Stille und die Weite des Wattenmeers genießen können. Eine einmalige Gelegenheit sich Zeit für die eigenen Gedanken zu nehmen, für sich und doch nicht allein.

Begleitet wird die Wochenendtour von erfahrenen Trauerbegleitern, die sich als Teil der Gruppe einbringen.

Freitag, 08.August 2025, 20.00 Uhr

Bezug der Kajüten (Doppelkojen), Einweisung ins Schiff durch de Skipper, Abendessen an Bord

„Watt für mich tun“, anschließend Klönschnack über Männertrauer mit Dr. Martin Kreuels, auch ohne den obligaten Stuhlkreis die eigenen Lebensbrüche und Verluste erkennen und sortieren.

Samstag, 09.August 2025

„Watt für uns tun“, ein Tag mit Skipper auf dem Wasser vor der Friesischen Küste und im Watt, je nach Wetter und Tiede setzen wir im Watt auf und können in der Weite und Stille des Wattenmeeres die Gedanken schweifen lassen, wir kochen mittags für uns und den Skipper, abends ein deftiges Abendessen und ein Bier vor dem Schlafen (ggf.in einem Restaurant im Hafen) nehmen.

Sonntag, 10.August 2025

„Watt hat dat gut'tan“, nochmal raus aufs Meer, Hand an die Taue und Tampen, mal das Ruder führen und Seemannsgarn spinnen bis 16.00 Uhr. Dann gehen wir von Bord.

Kosten pro Mann 545 € incl. Steuern und Kurtaxe und Endreinigung. Es ist eine Eigenanreise vorgesehen, Fahrgemeinschaften können koordiniert werden. Pick-up am Bahnhof ist ggf. möglich. Wir sind 2 Nächte an Bord von Freitag 20.00 Uhr bis Sonntag 16.00 Uhr. Verpflegung in Umlage bei Gemeinschaftseinkauf oder Selbstzahler im Restaurant.

Die Kajüten sind mit 2 Kojen (Einzelbetten) eingerichtet, Kissen und Bettbezug wird gestellt. Wer keinen Schlafsack oder Bettdecke mitbringt, kann die vom Skipper für 20 Euro erhalten.

Für den Sonntag empfiehlt es sich eine Übernachtung vor der Heimfahrt einzuplanen, falls keine abendliche Heimfahrt geplant ist. Entsprechende Buchungsanfragen und Vorschläge werden noch vorbereitet.

Anfrage über das Kontaktformular auf dieser Seite.

Kursbezeichnung: Männertrauer 04_2025