Bundesverband Männertrauer e.V.

NEWSLETTER

Juli 2026

Der Rundbrief zur Männertrauer und zum Verband

BVMT | BUNDES VERBAND MÄNNER TRAUER e.V.

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

dieser Brief ist im Laufe des Schreibens in den vergangenen Monaten immer umfangreicher geworden – weil mir die Themen am Herzen liegen und sie den Raum brauchen, den sie verdienen. Damit Sie sich in den folgenden Zeilen gut zurechtfinden und genau die Aspekte herausgreifen können, die Sie im Moment am meisten bewegen, habe ich Ihnen hier eine kleine Orientierungshilfe zusammengestellt.

Deshalb gibt es auf der nächsten Seite nun ein *Inhaltsverzeichnis* zur schnelleren Orientierung.

Die beiden Seiten, die den meisten Links zu Grunde liegen sind:

www.bundesverband-maennertrauer.de & www.martinkreuels.de

Liebe Leserinnen, liebe Leser,
“Weinen können” von Franz-Josef König
Neue Kooperation (die Brückenbauer:innen): Warum geschlechtssensible Trauerarbeit unerlässlich ist
Zertifizierte Jahresausbildung Trauerbegleiter startet im Oktober
Die Module der Jahresausbildung auch einzeln buchbar
Zusatzmodul „Der Mann und seine Trauer“ -> ein Wochenende
„Ach so, jetzt verstehe ich meinen Mann!“
Wissen in die Fläche bringen: Beiträge für 1. BVMT-Tagung gesucht!
Kostenloser Content für Ihr Magazin: Das Thema Männertrauer im Fokus!
Von unseren Mitgliedern
    Martin Kreuels: Zwischen Stillstand und neuem Horizont: Trauerarbeit auf dem Wasser
    Hartmut Ehrich: „Das Zen der Trauer“
    Oliver Mertens: Männer-Workshop: Stabfechten & Trauer (3 Tage)
Bleiben Sie auf dem Laufenden
    Crowdfunding
    Link zum Newsletter
    Rückblick
Buchneuerscheinung: Weißt du noch? Nicole Füngerlings & Martin Kreuels
Wissenschaftliche Begleitung: Aufruf an Studierende der Unis & Fachhochschulen
Terminkalender 2026

“Weinen können” von Franz-Josef König

„Kannst du weinen?“

Diese Frage stellte mir ein Mann während eines sehr persönlichen Gesprächs. Wir waren über mein Buch Souverän leben ins Gespräch gekommen und hatten eine Tiefe erreicht, wie ich sie mit Menschen nur selten erlebe.

„Ja, natürlich“, antwortete ich. „Wobei das keine Frage des Könnens ist.“

Ich kann das nicht steuern. Wenn mich Traurigkeit erreicht oder bestimmte Gedanken mich tief berühren, kommen manchmal einfach die Tränen. Oft geht es mir danach besser. Ich habe dann das Gefühl, dass etwas, was sich lange angestaut hatte, endlich seinen Weg nach draußen gefunden hat.

Der Mann schaute mich überrascht an.

„Ich weiß gar nicht mehr, wann ich das letzte Mal geweint habe."

Nun war ich derjenige, der erstaunt war.

„Was machst du denn, wenn dich Trauer ergreift? Wenn es dir wirklich schlecht geht? Wenn Verzweiflung oder Selbstmitleid in dir aufsteigen?"

Er antwortete ohne lange nachzudenken:

„Ich kämpfe dagegen an. Das habe ich mein Leben lang gelernt. Ich lenke mich ab, bringe mich auf andere Gedanken. Meistens geht es irgendwann vorbei."

Ich fragte ihn:

„Warum hast du dir das antrainiert? Das klingt nicht so, als wäre es ein natürlicher Teil deiner Persönlichkeit."

Er nickte.

„Wahrscheinlich nicht. Aber mir wurde schon früh beigebracht, dass Männer nicht weinen. Wer weint, gilt als schwach, als Loser."

An dieser Stelle führten wir das Gespräch nicht weiter. Doch seine Worte ließen mich nicht los.

Ich bin überzeugt, dass ein souveräner Mann weinen darf, wenn ihm danach ist.

Trauer zu zeigen. Verzweiflung zuzulassen. Selbstmitleid für einen Moment anzunehmen. Und all das in Tränen fließen zu lassen.

Ich selbst habe immer wieder erlebt, wie befreiend das sein kann. Tränen lösen nicht jedes Problem. Aber sie lösen manchmal etwas in uns. Sie nehmen Druck aus der Seele und schaffen Raum für neuen Mut.

Manchmal frage ich mich, wie viele ungeweinte Tränen Menschen im Laufe ihres Lebens in sich tragen. Wie viel Schmerz verborgen bleibt, weil sie gelernt haben, stark zu wirken, anstatt ehrlich zu fühlen.

Weinen muss man nicht können. Weinen ist keine Kompetenz.

Man muss es zulassen.

Tränen sind kein Zeichen von Schwäche. Sie sind Ausdruck unserer Menschlichkeit. Wer den Mut hat, seine Gefühle anzunehmen und ihnen Raum zu geben, verliert nichts von seiner Würde.

Im Gegenteil.

Souverän ist nicht der Mensch, der niemals weint.

Souverän ist der Mensch, der sich erlaubt, seine Menschlichkeit zu leben.

Neue Kooperation (die Brückenbauer:innen): Warum geschlechtssensible Trauerarbeit unerlässlich ist

Abschied braucht Begleitung – und Männer brauchen oft andere Wege, um ihren Verlust zu verarbeiten. Um den evolutionären und biologischen Facetten der Männertrauer den passenden Raum zu geben, starten der Bundesverband Männertrauer und das Team von Die Brückenbauer:innen eine gemeinsame Kooperation.

Zwei Partner, ein gemeinsames Ziel: Kompetenzen bündeln, die Öffentlichkeit für geschlechtssensible Ansätze sensibilisieren und betroffenen Männern professionelle, verlässliche Brücken zurück ins Leben bauen.

Partner-Netzwerk: https://bautbruecken.org

Zertifizierte Jahresausbildung Trauerbegleiter startet im Oktober

Es ist soweit, die Inhalte zur Jahresausbildung zum(r) Trauerbegleiter(in) sind fertig und wir starten im Oktober. Bis zum 30.09.2026 sind die Anmeldungen möglich.

Wenn die Stille lauter wird als der Schmerz: Die Ausbildung zum(r) zertifizierten Trauerbegleiter/in

Trauer ist eine Urgewalt – tief verwurzelt in unserer Biologie und unserer evolutionären Geschichte. Doch Männer trauern oft anders als Frauen. Wo die einen den Austausch suchen, flüchten die anderen in das Schweigen, in das unermüdliche Tun oder ziehen sich zurück. Wer Menschen in diesen existenziellen Krisen nicht verlieren will, muss lernen, beide Welten zu lesen.

Mit der patentierten Jahresausbildung von Dr. Martin Kreuels (holistic man care) in Zusammenarbeit mit dem Bundesverband Männertrauer e.V. bieten wir eine Ausbildung an, die geschlechtsspezifische Pfade der Trauer entschlüsselt. Dieses Angebot befähigt Sie dazu, männliche und weibliche Trauerprozesse professionell zu begleiten und geschlechtssensible Methoden sicher anzuwenden.

Modulübersicht

1. Einführungswochenende 24.-25.10.26

2. Geschlechtsspezifische Trauer verstehen 28.-29.11.26

3. Eigene Trauererfahrungen & Biographiearbeit (Stichwort Epigenetik) 23.-24.01.27

4. Trauerausdruck & alternative Bewältigungsstrategien 27.-28.02.27

5. Biologische, evolutionäre, psychologische und gesellschaftliche Aspekte 27.-28.03.27

6. Trauermodelle und ihre Bedeutung – Kübler-Ross, Worden, Dual-Process etc. 24.-25.04.27

7. Outdoorwochenende 29.-30.05.27

8. Selbstfürsorge & Reflexion für Begleitende 26.-27.06.27

9. Gesprächsführung & Gruppenarbeit 24.-25.07.27

10. Der systemische Ansatz 28.-29.08.27

11. Methoden für die Begleitung trauernder Männer 25.-26.09.27

12. Abschlusswochenende 23.-24.10.27

Die Anfertigung einer Abschlussarbeit zu einem Praxisfall ist Voraussetzung zum erfolgreichen Bestehen.

Die Module werden von unterschiedlichen Fachexperten des Bundesverbandes Männertrauer geleitet. An einzelnen Wochenenden werden zwei Kursleiter für die Betreuung eingesetzt.

Der Kurs ist durch den Bundesverband Männertrauer zertifiziert.

Umfang

In 250 Ausbildungsstunden – aufgeteilt in 200 Unterrichtseinheiten und intensive praktische Arbeiten in Lerngruppen – lernen Sie, Schmerz nicht nur auszuhalten, sondern ihm einen Raum zu geben. Die praxisnahen Module finden kompakt am Wochenende statt (Samstag 09.00 - 17.00 Uhr, Sonntag 09.00 -15.00 Uhr).

Ort

Der Kurs findet in Kooperation mit dem Hospiz in Holzminden statt. Kursort ist das Familien- und Kulturzentrum Drehscheibe, Sollingstr. 101, 37603 Holzminden.

Kosten

Der Preis der Jahresausbildung (ohne Zusatzkosten Outdoorwochenende) beträgt 2.400 €, enthalten sind: 250 Lehreinheiten in 12 Modulen, jeweils Sa 09-17 Uhr\So 09-15 Uhr, Pausenerfrischungen, Kaffee, Tee und Handouts.

Sie sind für folgende Kosten selbst verantwortlich:

Evtl. Anfahrts-Übernachtungs-/Bewirtungskosten und Zusatzkosten für das Outdoorwochenende, wahlweise Wanderung oder Kanal-Boot. Beide Angebote finden nicht in Holzminden statt, deshalb fallen ggf. zusätzliche Kosten für Übernachtungen an. Details werden auf dem Einführungswochenende besprochen.

Eine Rechnung für die Jahresausbildung ohne Zusatzkosten für das Outdoorwochenende wird Ihnen nach Vertragsabschluss gestellt, zahlbar bis 10 Tage vor dem Kurs-Wochenende.

Der Preis ist ein einmaliges Angebot und gilt nur für die Jahresausbildung 2026-2027.

Anmeldung

Eine verbindliche Anmeldung ist bis zum 30.09.2026 möglich. Für Fragen stehen wir gerne zur Verfügung. Die Kursgröße ist begrenzt, um intensiv miteinander arbeiten zu können. Einzelne Plätze sind aktuell noch frei.

https://www.bundesverband-maennertrauer.de/jahresausbildung/

Die Module der Jahresausbildung auch einzeln buchbar

Unsere 12 Module: Die flexible Bereicherung für Ihre eigene Ausbildung. Sie bilden in Ihrem Hospiz, Ihrer Institution oder Ihrem Verein bereits eigene Trauerbegleiterinnen und Trauerbegleiter aus? Nutzen Sie unsere Expertise als maßgeschneiderte Ergänzung! Alle **12 Module unserer zertifizierten Jahresausbildung** sind auch **einzeln und frei buchbar**.

Ob als gezielte Fortbildung für Ihre fertigen Kräfte oder als vertiefendes Zusatzmodul für Ihre aktuellen Kurse – wählen Sie genau die Themenschwerpunkte (wie z. B. geschlechtssensible Trauerarbeit, Epigenetik oder alternative Bewältigungsstrategien), die Ihr eigenes Angebot perfekt abrunden und Lücken im Hilfesystem schließen.

Jetzt Module sichten & anfragen:
www.bundesverband-maennertrauer.de/jahresausbildung/

Zusatzmodul „Der Mann und seine Trauer“ -> ein Wochenende

- Sie bilden im eigenen Hospiz aus?
- Sie haben ihre eigenen Vorstellungen von einer umfassenden Ausbildung ihrer Mitarbeiter, ob ehrenamtlich oder hauptamtlich?
- Gleichzeitig stellen sie aber fest, dass die Männer in ihrer Arbeit als Begleiter immer Mangelware sind.
- Könnte das Gründe haben?

Was halten sie davon, wenn sie ihre Ausbildung um ein Zusatzmodul “Männertrauer” ergänzen? Ein Modul, das wissenschaftlich belegbare Unterschiede vermittelt und sie auf Dinge hinweist, die in bestehenden Ausbildungen in aller Regel nicht angesprochen werden?

Es ist ein Modul oder eine Fortbildung für ihre ausgebildeten oder auszubildenden Kräfte in ihrem Haus, ganz so, wie sie es anbieten möchten.

Mir und uns im Bundesverband Männertrauer geht es um ein Mehr, nicht um ein besser oder schlechter, oder um ein richtig oder falsch. Nur mit umfangreichem Wissen sind wir in der Lage, Lücken zu schließen.

Nutzen Sie Erfahrungen und Erkenntnisse, die auf viele Jahrzehnte fußt. www.martinkreuels.de

„Ach so, jetzt verstehe ich meinen Mann!“

Klingt ein wenig provokativ, ist aber gelebte Praxis: In den letzten 15 Jahren habe ich hunderte Vorträge über Männertrauer gehalten – und 80 bis 90 % der Gäste waren Frauen. Fast jedes Mal gab es diesen einen, großen Aha-Effekt im Raum.

Genau daraus ist die Idee für ein neues, spezielles Vortragsformat entstanden: **„Die Trauer der Männer und die Sicht der Frauen“**. Ein Blickwechsel, der Brücken baut und das gegenseitige Verständnis in tiefen Krisen radikal verändert.

Haben Sie Interesse an diesem Vortrag für Ihre Einrichtung oder Veranstaltung? Schreiben Sie mir einfach! www.martinkreuels.de

Wissen in die Fläche bringen: Beiträge für 1. BVMT-Tagung gesucht!

Im Herbst 2026 lädt der Bundesverband Männertrauer e.V. zu seiner ersten eigenen Fachtagung ein. Während hinter den Kulissen die Ortssuche läuft, möchten wir das Programm gemeinsam mit Ihnen gestalten:

Wir suchen Fachexpert:innen, Praktiker und Forscher, die Lust haben, einen eigenen **Vortrag oder Beitrag zum Thema Männertrauer** zu halten. Nur durch intensiven Austausch werden wir in der Praxis besser.

Haben Sie ein spannendes Thema? Reichen Sie Ihren Vorschlag formlos beim Vorstand ein!

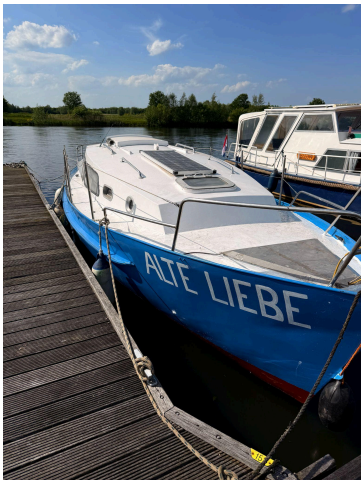
Kostenloser Content für Ihr Magazin: Das Thema Männertrauer im Fokus!

Sie geben eine eigene Zeitschrift, ein Mitgliedermagazin oder einen Newsletter rund um die Hospiz- und Palliativarbeit heraus? Wie wäre es mit einem Fachbeitrag zum Thema geschlechtssensible Männertrauer?

Der **Bundesverband Männertrauer e.V.** unterstützt Sie gerne: Wir erstellen für Ihr Medium kostenlos einen fundierten, praxisnahen Artikel. Lassen Sie uns gemeinsam Wissen teilen und das Thema sichtbarer machen!

Interesse? Schreiben Sie uns einfach eine kurze Nachricht!

Von unseren Mitgliedern



Martin Kreuels: Zwischen Stillstand und neuem Horizont: Trauerarbeit auf dem Wasser

Ein einzigartiges Angebot für Trauernde an Bord, wo Schmerz und Erinnerung ihren eigenen Raum finden.

Oft flüchten wir uns in das Schweigen oder in unermüdliches Tun, wenn die Trauer uns erfasst. Das Wasser bietet hier eine neue Perspektive: Es zwingt uns nicht, stillzustehen, sondern trägt uns weiter. Auf meinem kleinen Schiff in den Niederlanden nahe der deutschen Grenze biete ich einen geschützten Raum für Kleingruppen von bis zu vier Personen. Ob Mann oder Frau – die Fahrten auf den Kanälen ermöglichen eine flexible und geschlechtssensible Trauerarbeit fernab des Alltags. https://www.martinkreuels.de/alte-liebe/

Hartmut Ehrich: „Das Zen der Trauer“

Sommer-Special-Workshop des Ambulanten Kinder-und Jugendhospizdienst Hanau

Kursnr. 261-10200, Beginn Di., 25.08.2026, 18:00 - 20:00 Uhr, Dauer 3 Termine

Gebühr 20,00 €

"Karate als Weg der Kraft und Stille" – In Zeiten der Trauer kann Bewegung helfen, wieder zu sich selbst zu finden. In diesem besonderen Workshop begegnen die Teilnehmenden der eigenen inneren Kraft und Stille – durch einfache, achtsame Übungen aus Karate und Meditation. Im Mittelpunkt stehen Achtsamkeit, Sicherheit, Respekt und Selbstverantwortung – nicht Leistung oder sportlicher Ehrgeiz. Die Körperarbeit mit Elementen und Bildern der Kampfkunst lädt dazu ein, die eigenen Grenzen zu spüren, den Atem zu beruhigen und den Körper als Quelle von Kraft und Halt zu erleben. Der Workshop richtet sich an Menschen in Trauer, die einen neuen Zugang zu sich selbst und ihren Emotionen suchen.

Petra und Hartmut Ehrich sind erfahrene Trauerbegleiter und ehrenamtliche Mitarbeiter der Hospizgruppe Seligenstadt und Umgebung,

Kursort: Kleiner Saal, Wilhelm-Leuschner-Straße 50, 63512 Hainburg

Oliver Mertens: Männer-Workshop: Stabfechten & Trauer (3 Tage)
Ein dreitägiger Workshop, der Körper, Bewegung und Trauer auf einzigartige Weise verbindet. Du lernst Stabfechten und bist in der Lage, mit einem Stab sicher zu fechten. Wir sprechen oder schweigen im geschützten Rahmen über Trauer und Verlust. Du lernst, wie Trauer bei Männern funktioniert und wie du gut für dich sorgen kannst.
Hier gibt es keine Tabus – hier darf alles sein: Ohnmacht, Wut, Angst, Trauer, Schmerz, Verzweiflung, Resignation haben ihren Platz genauso wie Freude, Zufriedenheit und Lebenslust.
Du kommst, wie du bist. Hier musst du nichts tun, keine Erwartungen erfüllen und niemandem etwas beweisen. Du darfst einfach nur sein.

Was dich erwartet:

- 3 Tage intensives Programm
- Stabfechten lernen
- Wandern in der Natur
- Austausch mit anderen Männern
- Strategien für gesundes Trauern
- Life Hacks für den Alltag
- Gemeinsames Grillen

Kosten: **299 €** inkl. MwSt.

Keine Vorkenntnisse nötig

Unterkunft und Verpflegung exklusive

Bleiben Sie auf dem Laufenden

Crowdfunding

Unsere Spendenplattform findet ihr hier: KLICKEN Jeder Cent hilft uns in unserer Arbeit.

Link zum Newsletter

Newsletter abonnieren: Klicken & Newsletter auf LinkedIn: Klicken

Rückblick

Sie möchten über bisherige Schritte informiert werden, dann schauen Sie einmal auf unsere Seite. Dort finden Sie die bisherigen Rundbriefe: https://www.martinkreuels.de/news/

Buchneuerscheinung: Weißt du noch? Nicole Füngerlings & Martin Kreuels

Der Tod hinterlässt oft eine leere Stille. Dieses Buch bricht sie auf. Nach „Tot und jetzt“ und „Vom Sarg in die Urne“ legen Martin Kreuels und Nicole Füngerlings den Fokus auf das, was uns als Menschen ausmacht: Unsere Geschichte mit den Verstorbenen. „Weißt du noch?“ ist maximal aus der Praxis geboren. Es konfrontiert uns mit dem Leben in all seiner Echtheit – durch Fotos, die nicht retuschiert wurden, und Fragen, die mitten ins Herz treffen. Ob es um das geerbte Handy geht, die Angst vor dem Vergessen oder den Glauben an Schutzengel – hier darf alles ausgesprochen werden. Ein Begleiter für alle ab 7 Jahren, die nicht nur trauern, sondern sich erinnern wollen. Ein Buch, das die Vergangenheit nimmt, um die Zukunft wieder hell zu machen.

https://amzn.eu/d/0dazUslT

Wissenschaftliche Begleitung: Aufruf an Studierende der Unis & Fachhochschulen

Der Bundesverband Männertrauer e.V. bringt Theorie und Praxis zusammen. Wir betreuen und begleiten ab sofort wissenschaftliche Arbeiten, die sich den biologischen, evolutionären oder gesellschaftlichen Facetten der männlichen Trauer widmen.

Ob eigene Fragestellung oder in Anlehnung an innovative Studiengänge – wie das wegweisende Angebot der **Universität Regensburg (Perimortale Wissenschaften)** – wir stehen Ihnen als kompetenter Praxispartner zur Seite.

Interesse oder Fragen? Schreiben Sie uns direkt an! Wir freuen uns über die Weitergabe dieses Aufrufs in Ihren Netzwerken.

https://www.uni-regensburg.de/theologie/fakultaet/lehrstuehle-und-professuren/moraltheologie/perimortale-wissenschaften

Terminkalender 2026

1. Donnerstag im Monat (19-20 Uhr) DRK digital - nur für Männer, Das Deutsche Rote Kreuz bietet zusammen mit mir einen geschützten Raum an. Bitte vorher anmelden.

3. Donnerstag im Monat (19-20 Uhr) DRK digital - nur für Frauen, Das Deutsche Rote Kreuz bietet zusammen mit mir einen geschützten Raum an. Bitte vorher anmelden.

04.08. "Einfach mal raus" (Für Familien, in denen jemand fehlt) mit Stefan Müller

07.08. Lagerfeuergespräche mit Stefan Müller

25.-28.8 Das Zen der Trauer (siehe oben)

05.-06.09. Auftaktveranstaltung Ausbildung Trauerbegleiter speziell für Männer, Die Ausbildung zum Trauer- und Sterbebegleiter ist speziell auf die Begleitung von Männern ausgerichtet. -> In Planung mit dem Hospiz in Holzminden

12.09. EintopfStammtisch trauernder Männer Herbstliche Kürbiscremesuppe mit Lauchringen

02.-04.10. "Mit Dir im Gepäck" (Für Menschen, die den Partner verloren haben) mit Stefan Müller plus Kolegin

14.11. EintopfStammtisch trauernder Männer Hessisches Selleriesüppchen mit Äppler

12.12. EintopfStammtisch trauernder Männer Japanisches Erbsensmoothie mit Wasabischaum und Lachsröllchen

Alle Termine finden Sie auch kurzfristig aktualisiert auf unserer Seite. Vergangene Veranstaltungen finden Sie hier: https://www.bundesverband-maennertrauer.de/termine/