

Einander Trost schenken in schwieriger Zeit

➤ **Es gibt verschiedene Möglichkeiten getröstet zu werden. Lies dir die Beispiele durch und markiere mit Farbe:**

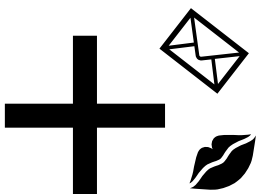
- Diese Art von Trost und Hoffnung habe ich schon selbst erlebt (grün)
- So habe ich schon einmal jemand anderen getröstet (blau)
- Diese Art von Trost und Hoffnung hilft mir am Meisten (rot)

In den Arm nehmen	Über das Haar streichen	Sanft die Wange berühren
Ganz fest umarmen	Hin- und her wiegen	An die Hand nehmen
Die Tränen trocknen	Gemeinsam schweigen	Gemeinsam Musik hören
Gemeinsam beten	Vorsichtig Fragen stellen	Einfach nur da sein
Gemeinsam weinen	Gemeinsam Bilder anschauen	Zuhören
Erzählen lassen	Das Entsetzen teilen	Unter Freunden sein
Die Zuversicht stärken	Versprechen zu helfen	Einfach daneben sitzen
Auf den anderen zugehen	Den anderen anschauen	Den anderen begleiten



➤ **Was kann trösten? – In Situationen von Leid, Not, Tod und Trauer gibt es verschiedene Formen, Hoffnung und Trost zu geben und zu bekommen. Ordne die Beispiele der Tabelle zu. Welche Texte, Zeichen und Symbole kennst du noch?**

Texte der Hoffnung	Zeichen und Symbole	In der Kirche	Im alltäglichen Handeln



Sterbebild – Gebete – Biblische Texte – Kerze – Kreuz – Rose
Licht – Friedhof – Hilfe anbieten – Mitgefühl zeigen

