FÜR WEN

Ist diese Gruppe etwas für mich?

Vielleicht erkennen Sie sich in einem dieser Sätze wieder:

- Ich denke noch Wochen oder Monate später fast täglich an mein Tier.
- Mich quälen Zweifel oder Schuldgefühle – etwa nach der Entscheidung, mein Tier einschläfern zu lassen.
- In meinem Umfeld fühle ich mich mit meiner Trauer nicht verstanden.
- Der Alltag ohne mein Tier fällt mir schwer.
- Der Verlust liegt schon länger zurück – und schmerzt trotzdem noch.

Trauer um ein Tier ist Trauer – und sie darf Raum bekommen.

LISA BERNARDI-SCHRATZ

PSYCHOLOGISCHE PSYCHOTHERAPIE

KONTAKT & ANMELDUNG

Kurt-A.-Körber-Chaussee 102
21033 Hamburg-Bergedorf

0162 – 5613666

info@psychotherapieschratz.de

psychotherapieschratz.de

Telefonische Sprechstunde

Di und Mi 13:30 – 14:00 Uhr
Do 13:20 – 14:00 Uhr
Termine ausschließlich nach Vereinbarung.

Zur Homepage

Gern auch per E-Mail – ich melde mich bei Ihnen für ein kurzes Erstgespräch.

LISA BERNARDI-SCHRATZ

PSYCHOLOGISCHE PSYCHOTHERAPIE

Wenn ein Tier fehlt

Trauergruppe für Menschen nach dem Verlust eines Haustieres – ob der Abschied gerade erst war oder schon länger zurückliegt.

Psychotherapeutisch geleitete Gruppe
in Hamburg-Bergedorf

HINTERGRUND

Eine Trauer, die oft übersehen wird

Ein Tier ist Familienmitglied, Alltagsbegleiter, manchmal engster Vertrauter. Stirbt es, kann das so tief treffen wie der Verlust eines Menschen – und wird von anderen doch oft kleingeredet.

AUS DER FORSCHUNG

7,5 %

betrug in einer britischen Studie (N = 975) die Rate einer anhaltenden Trauerstörung nach ICD-11 nach dem Tod eines Haustieres – vergleichbar mit vielen Verlusten von Menschen, etwa eines engen Freundes (7,8 %).

Hyland, P. (2026). No pets allowed: Evidence that prolonged grief disorder can occur following the death of a pet. *PLOS ONE, 21*(1), e0339213. doi.org/10.1371/journal.pone.0339213

Lisa Bernardi-Schratz

Psychologische Psychotherapeutin (VT) und wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Medical School Hamburg.

DIE GRUPPE

Was Sie erwartet

Ein geschützter Rahmen mit Menschen, die Ähnliches erlebt haben – fachlich begleitet und in Ihrem Tempo.

01 **Erinnern dürfen**
Raum für das, was Ihr Tier für Sie bedeutet hat.

02 **Trauer verstehen**
Was Trauer mit Körper, Gefühlen und Gedanken macht.

03 **Schuld und Zweifel**
Ein entlastender Umgang mit schweren Entscheidungen, etwa der Euthanasie.

04 **Abschied gestalten**
Rituale und Erinnerungsformen, die zu Ihnen passen.

05 **Zurück in den Alltag**
Neue Routinen finden, ohne zu vergessen.

RAHMEN

Auf einen Blick

Gruppe	höchstens 6 Teilnehmende, feste Gruppe
Rhythmus	alle vier Wochen
Termin	donnerstags um 18 Uhr Daten in Absprache
Ort	Praxis in Hamburg-Bergedorf
Kosten	Selbstzahlerleistung (GOP) Erstgespräch (25–50 Min.): **67,03–134,06 €** Gruppensitzung (100 Min.): **134,06 € je Termin** PKV und Beihilfe erstatten je nach Vertrag. Details im Erstgespräch.

So melden Sie sich an

1. Kontakt per E-Mail oder in der telefonischen Sprechstunde
2. Kurzes Erstgespräch
3. Teilnahme an der Gruppe