



Das letzte Fest: Warum Trauer Rituale braucht

Orientierungshilfen für trauernde Familien





Liebe Mitglieder und Freunde,

der Tod ist unser ständiger Begleiter, doch das möchten wir in der Regel lieber nicht wahrhaben. Zu schrecklich ist die Vorstellung, einen geliebten Menschen zu verlieren oder selbst zu sterben. Irgendwann allerdings werden wir alle mit dem Thema Sterben und Tod konfrontiert – und dann ist es gut, wenn man sich vorher schon einmal seine Gedanken dazu gemacht hat. In dieser aktuellen Ausgabe der **Dino InfoPost** möchten wir Ihnen Mut machen, sich mit dem Tod zu beschäftigen. Warum ist eine Bestattungsvorsorge sinnvoll? Was ist zu tun, wenn ein Familienmitglied stirbt? Wie trauern Kinder und Jugendliche und warum benötigen sie besondere Hilfe und Unterstützung?

In dieser **Dino InfoPost** finden Sie dazu pragmatische Hilfen, Buchtipps und Bildungsangebote. Damit möchten wir Sie darin bestärken, eigene Abschieds- und Trauerrituale nach Ihren persönlichen Vorstellungen umzusetzen. Bei einem Todesfall gibt es vielfältige und individuelle Möglichkeiten, um sich in Ruhe von dem verstorbenen Menschen zu verabschieden. Wir möchten Sie ermuntern, die Gestaltung der Zeit zwischen Tod und Beerdigung nicht allein dem Bestattungsunternehmen zu überlassen.

Die Lektüre dieses Magazins ist keine leichte Kost, das wissen wir. Doch es kann hilfreich sein, sich der Endlichkeit unseres Daseins bewusst zu werden und dafür zu sorgen, dass unsere Trauer einen geeigneten und angemessenen Platz in unserem Leben bekommt.

Herzlichst

Markus Zobel,
Geschäftsführer Kinder- und Jugendhospizdienst Ostalb/Heidenheim

Sylvia-Maria Braunwarth,
Koordinatorin Kinder- und Jugendhospizdienst Günzburg/Neu-Ulm/ Dillingen/Donau-Ries

Vorbereitung erfordert Mut und Offenheit

Bestattungsvorsorge frühzeitig regeln

„Und was geschieht jetzt?“ Diese Frage stellen sich viele Angehörige eines gerade verstorbenen Familienmitgliedes. Vor allem, wenn der Tod unerwartet eingetreten ist, stehen die Hinterbliebenen vor einer für sie oft völlig unüberschaubaren Situation. Leichter haben es die Familienmitglieder, wenn der Verstorbene seine Bestattung schon zu Lebzeiten geregelt hat.

Was ist zu tun?

Rudolf W. weiß, dass seine Tage gezählt sind. Der Krebs schwächt ihn zusehends, das Leben fällt ihm Tag für Tag schwerer. Die Gedanken an den eigenen Tod hatte er noch bis vor kurzem verdrängt. Doch nun sitzt seine Tochter bei ihm am Krankenbett und

Nicht jeder Mensch hat den Mut, sich Gedanken über seine Bestattung zu machen.
Fotos: Wesner



spricht das Thema vorsichtig an. Je rascher ihr Vater körperlich verfällt, desto brennender stellt sich ihr die Frage, was zu tun ist, wenn er stirbt.

Zwischen den beiden entwickelt sich ein offenes Gespräch, in dem sie in aller Ruhe miteinander festlegen, wie und wo Rudolf W. bestattet werden möchte. Sie sprechen über die Trauerfeier, den Pfarrer, die Musik und die Gäste. „Das wird bestimmt eine schöne Feier. Schade, dass ich das nicht selbst erleben

Die Organisation der eigenen Beisetzung nimmt den Angehörigen viele, mitunter vielleicht auch schwierige Entscheidungen ab.

kann“, fasst Rudolf W. am Schluss zusammen. Als die Tochter am nächsten Tag mit dem Bestatter spricht, hat sie ein komisches Gefühl. Es ist sonderbar, über die Beerdigung eines geliebten Menschen zu reden, der noch am Leben ist. Dennoch sind Rudolf W. und seine Tochter gleichermaßen erleichtert, als der Bestattungsvorsorgevertrag abgeschlossen ist. „Eine Bestattungsvorsorge sollte man am besten abschließen, wenn man noch gar nicht unmittelbar etwa durch eine schwere Krankheit betroffen ist. Liegt erst einmal eine Diagnose vor, ist es möglicherweise viel schwerer für die Betroffenen, eine Entscheidung zu treffen“, weiß die Bestatterin und Trauerbegleiterin Yvonne Stauber aus Wangen im Allgäu. Sie ist als Referentin eng mit dem Malteser Kinder- und Jugendhospizdienst verbunden und unterstützt die Malteser-Hospizbegleiter mit profundem Wissen und hohem Einfühlungsvermögen.

Bestattungsvorsorge: Inhalt jederzeit änderbar

Die Organisation der eigenen Beisetzung im Vorfeld könne den Angehörigen vieles erleichtern, betont sie. Wünscht man sich eine Erdbestattung oder ein Baumgrab? Möchte man aufgebahrt werden, damit Verwandte und Freunde Abschied nehmen können? Wer soll zur Trauerfeier eingeladen und welche Musik soll gespielt werden?

All dies könne man in der Bestattungsvorsorge festlegen. Ein Mann habe beispielsweise den Wunsch niedergeschrieben, im Bestattungswagen noch einmal durch die Stadt gefahren zu werden, weil er dort immer so gerne unterwegs war, erinnert sich Yvonne Stauber. Sein Wunsch wurde ihm erfüllt. Vereinbare man mit einem Bestattungsunternehmen einen Vorsorgevertrag, könne man die Inhalte jederzeit



Yvonne Stauber bereitet vor einer Bestattung die Dekoration für die Trauerfeier vor.

streichen und neu formulieren. All diese Dinge könne man jedoch auch in der Familie besprechen, die Wünsche schriftlich festhalten und das Dokument am „Tag X“ dem jeweiligen Bestattungsunternehmen vorlegen. Nicht jeder hat allerdings den Mut oder findet die Gelegenheit, seine Beisetzung im Vorfeld zu regeln. Wenn etwa ein Unfall den Sohn unerwartet aus dem Leben reißt, brauchen die Eltern viel Zeit, um seinen Tod überhaupt erst einmal zu realisieren. Gleichzeitig müssen sie sich jedoch um seine Beisetzung kümmern. „Jetzt ist es sehr wichtig für die Trauernden, dass jemand da ist, der ihnen zuhört, der sich Zeit für sie nimmt und der sich in sie hineinversetzen kann“, erklärt Yvonne Stauber, die die Familienangehörigen behutsam begleitet. „Wir sitzen zusammen, die Menschen erzählen viel“, sagt sie. „Manchmal sind sie wütend, dann wieder traurig. Und manchmal lachen wir auch miteinander.“



Bei der Trauerbegleitung nimmt sich Yvonne Stauber Zeit, hört zu und nimmt Anteil an der Lebenssituation der Betroffenen.

Die Trauerbegleitung ist für Yvonne Stauber ein wichtiger Bestandteil ihrer Arbeit, der mit der Bestattung selbst nichts zu tun hat. Diesen kostenlosen Dienst leistet sie aus Überzeugung und hat dafür eine entsprechende Schulung über Trauerforschung, Trauerpsychologie und -Begleitung absolviert. „Eine der schwierigsten Schulungen“ sei diese Qualifikation für sie gewesen. „Ich kann den Menschen Tipps geben, ihnen zuhören und mir Zeit für sie nehmen. Aber ein Rezept oder eine Pille gegen die Trauer gibt es eben nicht“. Manchmal stoße die Trauerbegleitung an Grenzen. Wenn sich die Trauer beispielsweise in eine Depression verwandelt, ist ärztliche Hilfe notwendig. Yvonne Stauber vermittelt in solchen Fällen ihre Klienten an entsprechende Experten weiter.

In Ruhe vom Verstorbenen Abschied nehmen

Aus ihrer Erfahrung als Bestatterin kennt sie die Bedeutung einer Trauerfeier als wichtigen Bestandteil in der Trauerphase. Vor drei Jahren hat sie mit ihrem Mann Lothar deshalb ein Haus der Begegnung gebaut. Die Räume sind wohnlich gestaltet. „Die Leute setzen sich, trinken Kaffee. Sie haben die Möglichkeit, den Sarg zu bemalen oder zu bekleben. Sie dürfen den Verstorbenen berühren, sie können mit ihm reden und sich in Ruhe von ihm verabschieden.“ Dieser Prozess könne hilfreich sein, um den Tod des geliebten Menschen zu verarbeiten. Yvonne Stauber

„Ich kann den Angehörigen Informationen und Tipps geben, aber ein Rezept gegen die Trauer gibt es leider nicht.“

ist immer in der Nähe und steht den Menschen sofort zur Seite, wenn sie gebraucht wird. Auf Wunsch spricht sie ein Gebet, lässt im Hintergrund Musik laufen. Oder sie nimmt die Menschen einfach nur mal in den Arm. „So richtig auf den Tod vorbereiten kann man sich einfach nicht“, fasst Yvonne Stauber zusammen. Selbst wenn man angesichts einer schweren und tödlich verlaufenden Erkrankung ganz sachlich an das Thema heranzugehen versucht und alle zu regelnden Dinge geregelt habe.

Zwischen Tod und Beerdigung wie in Trance

Auch die Tochter von Rudolf W. kann dies bestätigen: „Obwohl ich wusste, dass mein Vater sterben würde, habe ich mich in diesen Tagen zwischen seinem Tod und der Beerdigung wie in einem Trancezustand befunden. Ich hatte das Gefühl, als wäre ich in Watte gepackt. Ich habe meine Umgebung nicht bewusst wahrgenommen und nichts anderes gespürt als den Schmerz.“ Durch den im Vorfeld getroffenen Bestattungsvorsorgevertrag habe sie sich jedoch wenigstens nicht um die Bestattungsformalitäten kümmern müssen. „Ich musste lediglich den Bestatter anrufen und mit ihm vereinbaren, wann er am nächsten Tag meinen Vater abholen sollte. Danach lief alles so ab, wie wir das vereinbart hatten.“ Rückblickend sei die Bestattungsvorsorge die beste Entscheidung gewesen, denn so habe sie sich ganz auf den Abschied konzentrieren können. „Die Trauerfeier war rund und – wenn man das angesichts der Situation so sagen kann – harmonisch. Das hat mir sehr geholfen, denn ich habe das Gefühl, alles im Sinne meines Vaters richtig gemacht zu haben.“

Angelika Wesner





Trauer als Teil des Lebens wahrnehmen

Grundsätze der Kinder- und Jugendhospizarbeit

Der Deutsche Hospiz- und PalliativVerband hat zwölf Grundsätze zur Kinder- und Jugendhospizarbeit veröffentlicht. Ziel ist es, die bedarfsorientierte, alters- und entwicklungsgemäße Begleitung von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit einer lebensverkürzenden oder lebensbedrohlichen Erkrankung zu fördern.

Passend zum Themenschwerpunkt in der aktuellen Dino InfoPost werden die beiden folgenden Leitlinien erläutert:

5.) Kinder- und Jugendhospizarbeit will Familien Mut machen, Abschiedsprozesse, Sterben, Tod und Trauer als Teil des Lebens wahrzunehmen.

Zentraler Ausgangspunkt der Lebensbegleitung in der Kinder- und Jugendhospizarbeit ist es, die Auseinandersetzung mit Abschied, Sterben und Tod des Kindes zu ermöglichen. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind auf den offenen Umgang mit den Themen vorbereitet und bieten aktiv Gespräche an. Dabei respektieren sie sowohl die Grenzen der Fa-

milien als auch ihre eigenen. Die Familien werden ermutigt, sich auch miteinander über ihre Gedanken und Gefühle auszutauschen.

12.) Die Kinder- und Jugendhospizarbeit setzt sich für eine altersgerechte Begleitung von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Trauerprozessen ein.

Die Kinder- und Jugendhospizarbeit berücksichtigt, dass Kinder und Jugendliche ihre Trauer alters- und entwicklungsspezifisch sehr unterschiedlich erleben und ausdrücken. Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, deren Brüder bzw. Schwestern lebensverkürzend erkrankt oder gestorben sind, werden von der Kinder- und Jugendhospizarbeit begleitet. Gemeinsam mit den Vertreterinnen und Vertretern der Erwachsenen hospizarbeit sucht die Kinder- und Jugendhospizarbeit darüber hinaus nach Möglichkeiten zur Unterstützung von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die vom Sterben und dem Tod anderer nahestehender Personen betroffen sind. Letzteres stellt eine Herausforderung für die Gesamthospizbewegung dar.

...und was geschieht jetzt?

Eine Orientierungshilfe für den Todesfall

Einen nahestehenden und geliebten Menschen zu verlieren ist schmerzlich. Doch neben dem Schock und der Trauer sind viele Dinge zu erledigen und Entscheidungen zu treffen. Die Bestatterin und Trauerbegleiterin Yvonne Stauber bietet dazu eine Orientierungshilfe.

Was zu tun ist

Wenn der Tod eingetreten ist, rufen Sie einen Arzt (am besten Ihren Hausarzt), der den Tod feststellt und eine Todesbescheinigung ausstellt. Nur bei nicht-natürlichen Todesursachen muss die Polizei eingeschaltet werden.

Nachdem der Arzt den Tod festgestellt hat und sobald Sie bereit sind, wird der Verstorbene von dem von Ihnen beauftragten Bestattungsunternehmen abgeholt und sollte, Ihrem Wunsch entsprechend, entweder in die Verabschiedungsräumlichkeiten des Bestatters oder direkt auf den Friedhof gebracht werden. Dort bleibt der Verstorbene, bis Sie ein Arrange-

„Jeder Mensch ist einzigartig in seiner Art zu lachen, zu weinen, auch in seinem Sterben sowie bei seiner Bestattung“

Yvonne und Lothar Stauber

ment mit dem Bestatter besprochen haben: Wo und wie er bestattet werden soll, in welchem Sarg und in welcher eigenen Kleidung und wie Sie den Abschied gestalten wollen. Nehmen Sie sich genügend Zeit für Ihre Entscheidungen.

Aufbahrung bis zu 36 Stunden lang zu Hause möglich

Gut zu wissen ist, dass der Verstorbene nach Eintreten des Todes noch 36 Stunden zu Hause aufgebahrt werden kann. Wenn Sie das möchten, kommen die Mitarbeiter des Bestattungsunternehmens auch zu Ihnen nach Hause, versorgen den Verstorbenen und holen ihn dann erst später ab. Es ist auch möglich, den Verstorbenen vom Krankenhaus zuerst nach Hause zu bringen, damit Sie in aller Ruhe in Ihren eigenen Räumen Abschied nehmen können.



Stirbt ein Familienmitglied, bleibt den Angehörigen in den folgenden Stunden und Tagen meistens kaum Zeit für die eigene Trauer. Foto: Wesner

Wenn der Verstorbene abgeholt wird, nimmt der Bestatter auch die Todesbescheinigung (vom Arzt) mit, da sie notwendig ist, um den Sterbefall beim Standesamt zu melden. Beurkundet wird immer am Sterbeort (dortiges Standesamt). Später erhalten Sie vom Bestatter die gewünschte Anzahl von Sterbeurkunden, die Sie benötigen.

Noch ein paar wertvolle Fakten

Der Verstorbene sollte, muss aber nicht, innerhalb vier Tagen beigesetzt werden. Er darf frühestens nach 48 Stunden beigesetzt werden; auch eine Einäscherung ist dann erst zulässig. Wenn Sie einen Notarzt rufen, stellt dieser nur eine vorläufige Todesbescheinigung aus, die dann von Ihrem Hausarzt bestätigt werden muss. Der Arzt sollte sobald als möglich gerufen werden; es ist aber unproblematisch wenn ein natürlicher Tod bei Nacht eintritt und Sie den Arzt erst am nächsten Morgen rufen.



Machen Sie sich Gedanken über folgende Dinge:

- Möchten Sie eine Erd-, Feuer-, See-, oder eine Friedwaldbestattung?
- Wo soll der Verstorbene bestattet werden?
- In welcher Kleidung soll die verstorbene Person bestattet werden?
- Möchten Sie eine Trauerfeier?
- In welchem Kreise soll die Trauerfeier stattfinden und wer soll sie gestalten? (ein Pfarrer, ein freier Redner oder möchten Sie die Feier selbst gestalten?)
- Welche Musik soll gespielt werden?
- Möchten Sie den Verstorbenen in der Zeit vor der Bestattung noch besuchen?

Welche Unterlagen benötigen Sie?

Folgende Unterlagen werden benötigt um die Bestattung zu organisieren:

- Bestattungsvorsorgevertrag (falls vorhanden)

- Personalausweis des Verstorbenen
- Urkundliche Nachweise über den Familienstand des Verstorbenen, wie Familienbuchabschrift oder Stammbuch der Familie, sowie - falls der Verstorbene verwitwet war - Sterbeurkunde des eventuell früher verstorbenen Ehepartners
- Heiratsurkunde bei Verheirateten
- Heiratsurkunde und Scheidungsurteil bei Geschiedenen
- Geburtsurkunde bei Alleinstehenden
- Nachweis über akademische Grade
- Grabkarte / Grabnummer / Graburkunde, falls vorhanden
- Todesbescheinigung des Verstorbenen (falls der Tod im Krankenhaus eintritt, wird diese dem Bestatter dort direkt ausgehändigt)

Ihre Spende ist uns eine große Hilfe!

Der Malteser Kinder- und Jugendhospizdienst unterstützt aktiv trauernde Kinder und Jugendliche

Ehrenamtliche Hospizbegleiterinnen und -Begleiter des Malteser Kinder- und Jugendhospizdienstes widmen ihre Zeit Kindern und Jugendlichen, die sich in einer Phase der Trauer befinden. Ohne Spenden wäre diese Arbeit nicht möglich.

Die Ausbildung der Hospizbegleiter/innen sowie die Arbeit und verschiedene Aktionen in den Trauer- und Freizeitgruppen für Kinder und Jugendliche ist mit Kosten verbunden, die der Malteser Kinder- und Jugendhospizdienst aus Spendengeldern finanziert. „Deshalb freuen wir uns über jeden Beitrag“, erklären Markus Zobel und Sylvia-Maria Braunwarth von den Maltesern.

Auf der letzten Seite dieser **Dino InfoPost** finden Sie, liebe Leserinnen und Leser, die Spendenkonten der beiden Kinder- und Jugendhospizdienste im Raum Ostalb-Heidenheim sowie in der Region Günzburg/Neu-Ulm/Dillingen/Donau-Ries. „Es gibt viele Möglichkeiten, auch in der Gemeinschaft Geld zu sammeln, um dieses dann für einen guten Zweck zu

spenden“, sind Zobel und Braunwarth überzeugt und fügen hinzu: „Dabei spielt die Höhe der Spende keine Rolle. Was zählt, ist Ihr Engagement! Deshalb: Helfen Sie mit. Wir sagen schon heute Dankeschön!“

Schulung für Hospizbegleiter

Die nächste Schulung für Malteser Kinder- und Jugendhospizbegleiter beginnt im Februar 2017. Nähere Informationen gibt es bei Georg Gärtner, Telefon: 07361 9394-35
Mail: Georg.Gaertner@malteser.org
sowie bei Sylvia-Maria Braunwarth, Telefon: 08221 20707-92
Mail: Sylvia-Maria.Braunwarth@malteser.org

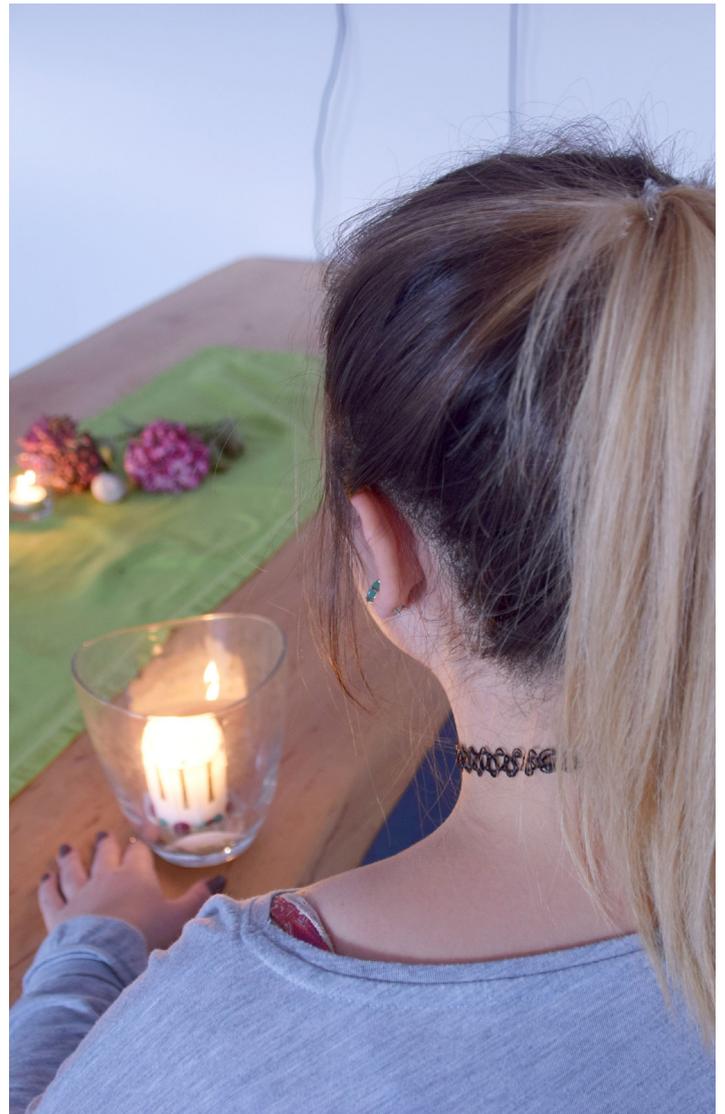
„Hat man dann auf dem Sofa noch seinen Platz?“

Gedanken einer 16-jährigen über den Tod

Lea ist ein ganz normaler Teenager mit den ganz normalen Gedanken, Gefühlen, Sorgen und Ängsten einer 16-jährigen. Doch oftmals überschattet eine tiefe Traurigkeit ihr Gesicht, denn vor acht Jahren starb ihr kleiner Bruder Tim. Seitdem denkt sie viel über den Tod - auch über ihren eigenen - nach.

Die Trauer tief im Herzen verschlossen

„Meine Trauer trage ich nicht in die Öffentlichkeit“, sagt Lea und betrachtet dabei die selbst gemachte Kerze, die in einem Glas vor ihr leuchtet. Das Kerzenlicht gehört zu den Ritualen, die sie mit der Kinder- und Jugendtrauerbegleiterin der Malteser, Gerda Prasser, vor jedem Gespräch erst einmal entzündet. Die beiden haben sich im Trauerzentrum des Malteser Kinder- und Jugendhospizdienstes um einen Kreis aus roten Tüchern auf den Boden gesetzt. Kerzen und ein buntes Blumensträußchen stehen in der Mitte. Nur an diesem Ort kann sie ihre Gedanken und Gefühle ohne Einschränkungen äußern.



Im Malteser Trauerzentrum findet Lea einen Ort für ihre Trauer und ihre Gedanken über den Tod. Fotos: Wesner

„Was passiert eigentlich mit uns, wenn wir sterben? Fliegen wir dann einfach aus unserem Körper heraus?“

In der Schule, bei ihren Freunden, ja, sogar in ihrer Familie verschließt sie indessen ihre Trauer um ihren kleinen Bruder Tim tief in ihrem Herzen. „Wenn ich mit meinen Freunden über Tims Tod spreche, zeigen sie eigentlich kein Gefühl“, erzählt sie. Im Gegenteil: Manche lachten sogar über sie, nähmen sie nicht ernst, und unterstellten ihr, sie wolle nur Mitleid heischen. Dabei wünscht sich Lea eigentlich nur ehrliche Anteilnahme, ehrliches Interesse und mehr Verständnis von ihren Mitmenschen und ihrer Familie.

„Man weiß nie, wieviel Zeit man noch hat“

Die Erfahrung mit dem Tod hat die Jugendliche geprägt und ihr Leben verändert. Tim wurde nur neun

Monate alt. Damals war Lea acht Jahre und die Unbeschwertheit ihrer Kindertage war schlagartig vorbei. „Der Tod kam so plötzlich. Davor hatte ich kaum mit diesem Thema zu tun“, erinnert sie sich. In ihre Trauer mischte sich auch Zorn: Warum muss das gerade uns passieren? Warum passiert das nicht Leuten, die ich nicht leiden kann, fragte sich die Achtjährige.

Eine Antwort hat sie darauf bis heute nicht gefunden. Doch seitdem denkt Lea immer wieder über den Tod nach. Auch über ihren eigenen Tod. „Wenn man eine schwere Krankheit hat, dann muss man sich mit dem



Das Leben neu ordnen und gestalten

Charta für trauernde Kinder und Jugendliche



In den Malteser-Trauergruppen können Kinder ihren Schmerz in Bildern ausdrücken.

Winston's Wish, die englische Hilfsorganisation für trauernde Familien, hat bereits 1992 eine „Charta für trauernde Kinder“ erarbeitet, die bis heute ihre Gültigkeit besitzt. Darin wird unmissverständlich klargestellt, welche Rechte trauernde Kinder und Jugendliche haben.

Der Respekt vor den Bedürfnissen trauernder Kinder und Jugendlicher kann sehr positive Auswirkungen haben. Er ermöglicht die Chance, das Leben neu zu ordnen und positiv zu gestalten. Dazu gibt es einfache und ganz direkte Möglichkeiten der Hilfe.

Angemessene Information

Trauernde Kinder haben das Recht, Antworten auf ihre Fragen zu bekommen sowie Informationen, die deutlich erklären, was passiert ist, weshalb dies so war und was als Nächstes geschehen wird.

Mit beteiligt sein

Trauernde Kinder sollten gefragt werden, ob sie mit einbezogen werden möchten in wichtige Entscheidungen, die auch auf ihr Leben Auswirkungen haben werden – wie etwa Planung der Beerdigung oder die Gestaltung der Jahrestage.

Die Familie einbeziehen

Trauernde Kinder sollten Unterstützung in der Art erhalten, dass der Vater und/oder die Mutter mit einbezogen wird und gleichzeitig die Vertraulichkeit für das Kind gewahrt bleibt.

Die Charta für trauernde Kinder und Jugendliche informiert über die Bedürfnisse der Jüngsten im Trauerfall und beschreibt deren Rechte.

Mit anderen Betroffenen zusammenkommen

Trauernden Kindern kann es gut tun, wenn sie Gelegenheit erhalten, anderen Kindern zu begegnen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben.

Erzählen, was passiert ist

Trauernde Kinder haben das Recht, ihre Geschichte auf verschiedenste Art zu erzählen. Sie haben das Recht, dass diese Geschichte angehört, gelesen oder angeschaut wird von den Menschen, die ihnen wichtig sind. Die Geschichte kann beispielsweise durch malen, Fingerpuppen, Briefe und Worte erzählt werden.



Urnen zu bemalen kann für Kinder und Jugendliche eine kreative Möglichkeit sein, um ihre Trauer auszudrücken.



Gefühle ausdrücken

Trauernde Kinder sollten unbefangene alle Gefühle ausdrücken können, die mit der Trauer verbunden sind, zum Beispiel Wut, Niedergeschlagenheit, Schuldgefühle und Angst. Sie sollten dabei unterstützt werden, dies in angemessener Weise zu tun.

Ein Mädchen bemalt den Sarg seines verstorbenen Bruders und kann auf diese Weise Abschied nehmen.



Nicht schuld daran

Trauernde Kinder sollten nach einem Verlust wissen, dass sie nicht verantwortlich für den Tod sind und keine Schuld daran haben.

Die gewohnte Routine beibehalten

Trauernden Kindern sollte es möglich sein, ihren früher geliebten Aktivitäten und Interessen auch weiterhin nachzugehen.

Reaktionen der Schule

Trauernde Kinder können es als sehr wohltuend empfinden, eine angemessene und positive Reaktion von ihrer Schule zu erhalten.

Erinnerung

Trauernde Kinder haben das Recht, die verstorbene Person für den Rest ihres Lebens in Erinnerung zu behalten, wenn sie dies möchten. Dazu kann gehören, dass man gute und schlechte Erinnerungen noch einmal lebendig werden lässt, so dass die Person ein selbstverständlicher Bestandteil der weiteren Lebensgeschichte des Kindes wird.

Quelle: Stokes Julie, Crossley Diana: «A Child's Grief – supporting a child when someone in the family has died», 2001.

Praxisnahe Ausbildung für Trauerarbeit

„Kleine Basisqualifikation“ der Malteser: Lernen, trauernde Kinder und Jugendliche zu begleiten



Trauernde Kinder und Jugendliche benötigen kreative Methoden und Anleitungen.

Trauernde Kinder und Jugendliche zu begleiten, erfordert besondere Kenntnisse. Denn aufgrund ihrer Entwicklung und Erfahrung fühlen und reagieren sie in manchen Situationen anders als Erwachsene. Die „Kleine Basisqualifikation“ beim Malteser Kinder- und Jugendhospizdienst dient angehenden Trauerbegleitern als Ausbildungsgrundlage. Im März beginnt ein neues Seminar in Günzburg.

Drei Unterrichtsblöcke

Die Referentin Mechthild Schroeter-Rupieper, Begründerin des Lavia-Institutes für Familientrauerbegleitung, legt den Schwerpunkt der Fortbildung auf die praxisorientierte Begleitung von trauernden Kindern und Jugendlichen. Diese benötigen kreative Methoden, um ihre Lebenssituation zu verstehen und um Gefühle ausdrücken zu können. Trauergruppen bieten ihnen hilfreiche Unterstützung.

„Der Austausch, den betroffene Jungen und Mädchen dort finden, kann in der Regel nicht durch die Freundes-Clique, Schulklasse oder Familie ersetzt werden“, ist die Erfahrung der Familientrauerbegleiterin. „Diese Gruppen bieten ihnen einen Raum, sich mit ihrer Trauer zu beschäftigen“.

Praktische Anleitungen

Die 84 Unterrichtseinheiten umfassende „Kleine Basisqualifikation“ findet an drei verlängerten Wochenenden in Günzburg statt und gliedert sich in drei Teile: Am Anfang steht zunächst die Selbstreflexion als unverzichtbarer Bestandteil der Trauerarbeit. Mechthild Schroeter-Rupieper wird den Kursteilnehmerinnen und -Teilnehmern unter anderem Gesprächsanregungen und Gesprächseinstiege vermitteln. Sie wird die unterschiedlichen Trauererfahrungen in Familien mit einem lebensbegrenzt erkrankten oder verstorbenen Kind darstellen und über das Todesverständnis und die Trauerreaktionen von Kindern und Jugendlichen sprechen.

Im zweiten Ausbildungsblock steht unter anderem die organisatorische und inhaltliche Planung von Trauergruppen für trauernde Geschwister und (Halb)-Waisen sowie die inhaltliche Planung von Elterngesprächen im Mittelpunkt. Kreative Methoden und Symbolarbeit vermitteln den angehenden Trauerbegleitern Wege, die trauernde Kinder und Jugendliche darin unterstützen können, ihre Gefühle und Gedanken auszudrücken.

Gesprächsanleitungen, praktische Übungen für Begleitungsgespräche, Rituale und die Möglichkeiten, bei oder nach der Beerdigung Abschied zu nehmen, sind Bestandteile des dritten Ausbildungsblocks. Grundlage der Ausbildung zum Kinder- und Jugendtrauerbegleiter im Malteser Kinder- und Jugendhospizdienst sind die in dieser aktuellen Ausgabe der Dino InfoPost auf der gegenüberliegenden Seite vorgestellten Traueraufgaben des Trauerforschers William J. Worden. Das Seminar findet an den verlängerten Wochenenden, 16. bis 19. März 2017, 22. bis 25. Juni und 14. bis 17. September 2017 in Günzburg statt.

Informationen und Anmeldung:

Malteser Hilfsdienst e.V.,
Kinder- und Jugendhospizdienst,
Sylvia-Maria Braunwarth,
Ludwig-Heilmeyer-Str. 19,
89312 Günzburg
Mail: Sylvia-Maria.Braunwarth@malteser.org



Vier Stationen auf dem Weg der Trauer

Buchtipp: Trauerforscher William J. Worden: Standardwerk für die Trauerarbeit

Der Trauerforscher William Worden spricht von vier Aufgaben innerhalb eines Trauerprozesses. Sie müssen gelöst werden, damit trauernde Menschen wieder in ein „normales“ Leben zurück finden können. Dieser Prozess verläuft individuell und nicht zwingend in der hier vorgestellten Reihenfolge.



Die in seinem Buch „Betreuung und Therapie in Trauerfällen“ beschriebenen Aufgaben dienen auch den Malteser Kinder- und Jugendhospizdiensten als Basis für die Trauerarbeit mit Kindern und Jugendlichen.

1. Aufgabe: Die Wirklichkeit des Todes und des Verlusts begreifen

Es ist eine langwierige und schwere Aufgabe, den Tod als wirklich und endgültig zu begreifen. Wir wissen nicht, wo der geliebte Mensch hingegangen ist und wir können uns nicht vorstellen, dass er nie wieder bei uns sein wird. Zwei Dinge helfen dabei: Zum einen das direkte „Begreifen“ und Sehen, wenn das möglich war, und das Darübersprechen mit Freunden, Verwandten, vielleicht aber auch mit professionellen Hilfen wie einem Trauerbegleiter oder einem Psychologen.

2. Aufgabe: Die Vielfalt der Gefühle durchleben

Die Aufgabe des Trauerns liegt darin, sich im Lauf eines Trauerweges Stück für Stück die vielen unterschiedlichen Gefühle zuzugestehen, auch wenn es zu Beginn unmöglich und unpassend erscheint, jemals wieder etwas anderes als Schmerz und Verzweiflung zu empfinden. Die Umgebung möchte oft, dass die trauernden Menschen möglichst schnell wieder „nor-

mal“ sind. Die Mitmenschen können schlecht mit Gefühlen wie Verzweiflung, Niedergeschlagenheit oder Wut umgehen. Das erschwert es dem Trauernden, seine Gedanken und Gefühle offen anzusprechen. Am besten verstehen das meist Menschen, die selbst Trauer durchlebt haben.

3. Aufgabe: Veränderungen in der Umwelt wahrnehmen und gestalten

Der/die Trauernde muss erst einmal herausfinden, was der verstorbene Mensch für sie/ihn bedeutet hat und wo er überall fehlt. Nach dem Tod eines nahen Menschen verändert sich aber nicht nur die eigene Welt. Es verändert sich auch das Verhalten der Freunde, Nachbarn und Familienmitglieder. Viele Menschen reagieren hilflos und sagen lieber nichts, aus Angst sie könnten etwas Falsches sagen. Mehr kann sich die Umwelt in kürzester Zeit kaum verändern. Daher rät Worden: „Verzweifle nicht, sondern halte Dich an Menschen, die unterstützend, geduldig und liebevoll reagieren.“

4. Aufgabe: Dem Toten einen neuen Platz zuweisen

In der ersten Zeit wird der tote Mensch die Gedankenwelt der trauernden Person beanspruchen und viel Platz im Alltag einnehmen. „Im Lauf der Zeit wird man jedoch wieder freier für neue Begegnungen, Bindungen und Erlebnisse. Das ist gut und muss so sein“, so Worden. Es bedeute nicht, dass man den Menschen vergesse oder weniger liebe. Vielmehr bekomme er einen Platz im Leben, wo er sein kann und man an ihn denken kann, ohne dass es einen immer traurig macht. „Ein solcher Platz ist an einer bestimmten Stelle Deines Herzens“, erklärt Worden weiter. „Der neue Platz findet sich auch in Deinem Umgang mit Erinnerungsstücken, zum Beispiel ob und wo Du ein Foto aufstellst und was Dir das Grab bedeutet.“

William J. Worden: Beratung und Therapie in Trauerfällen. Ein Handbuch. Verlag Hans Huber (Bern, Göttingen, Toronto, Seattle) 2011. Vierte überarbeitete und erweiterte Auflage. 291 Seiten. ISBN 978-3-456-84885-3. 24,95 Euro.

Trauerkultur braucht wieder einen Platz

Buchtipp: „Das letzte Fest“ von Nicole Rinder und Florian Rauch

Die Trauer um einen geliebten Menschen hat in unserer Gesellschaft nur wenig Platz. Kaum ist die Bestattung vorüber, sollte man wieder möglichst normal „funktionieren“. Nicole Rinder und Florian Rauch setzen mit ihrem Ratgeber „Das letzte Fest - Neue Wege und heilsame Rituale in der Zeit der Trauer“ ein Zeichen gegen diesen Trend.

Familienfeste werden lange vorbereitet

Hochzeit, Taufe, runder Geburtstag – große Familienfeste werden oft wochen- oder gar monatelang geplant und vorbereitet. Stirbt jedoch ein Familienmitglied, müssen die Angehörigen innerhalb von



wenigen Tagen die Trauerfeier organisieren. Zeit für die Trauer bleibt weder in der ersten Zeit noch später, wenn der Alltag wieder seinen Lauf nimmt.

Ein tröstlicher und ehrlicher Leitfaden

Das Buch „Das letzte Fest - Neue Wege und heilsame Rituale in der Zeit der Trauer“ von Nicole Rinder und Florian Rauch möchte dieser in den Augen der beiden Autoren „sinnentleerten Trauerkultur“ ganzheitliche Ansätze entgegensetzen. Sensibel und mit wohlthuender Offenheit nehmen Nicole Rinder und Florian Rauch schon in den ersten Zeilen des Vorwortes den Leser/die Leserin mit in eine Thematik, welche die meisten Menschen lieber verdrängen, mit der jedoch irgendwann jeder einmal konfrontiert wird. Der Tod eines nahestehenden Familienmitgliedes

wirft uns erst einmal aus der Bahn. Ob er unerwartet und plötzlich in unser Leben hineinbricht oder absehbar war – richtig vorbereiten kann man sich nur schwer auf diesen Verlust. Stirbt ein betagtes Familienmitglied, mag man sich mit dieser Tatsache noch leichter abfinden. Doch wie bitter ist der Tod des eige-

„Unsere Trauerkultur braucht neue Impulse. Wir möchten ihr wieder einen Platz als natürlicher Teil des Lebens geben.“

nen Kindes? Nicole Rinder hat selbst diese schwere Erfahrung durchlitten und weiß, worüber sie schreibt. Das spürt man bei der Lektüre in jeder Zeile.

Praktische Übungen für die Trauerphase

Gemeinsam mit Florian Rauch führt sie ein Bestattungsunternehmen in München. „Die jahrelange praktische Erfahrung im täglichen Umgang mit Betroffenen gibt uns die Gewissheit, jedem, der zu uns kommt, ein wertvoller Begleiter zu sein“, schreiben die Autoren im Vorwort. „Dieses Buch ist der Abschluss eines Weges, den wir selbst gegangen sind aus der Erkenntnis heraus, dass unsere Trauerkultur sinnentleert geworden ist und völlig neue Impulse braucht. Wir möchten der Trauerkultur wieder einen Platz als natürlicher Teil des Lebens geben und schildern, wie wir Angehörige in ihrem Trauerprozess mit praktischen Übungen unterstützen; damit machen wir viel mehr, als ‚nur‘ bestatten.“

Trotz der Schwere des Themas leicht zu lesen

„Das letzte Fest“ ist ein tröstlicher, ehrlicher und authentischer Leitfaden, der mit symbolischen Bildern auch optisch sehr ansprechend gestaltet ist. Das Buch lässt sich trotz der Schwere des Themas leicht lesen. Dabei nehmen die Autoren den Leser einfühlsam „an die Hand“ und ermutigen dazu, sich ohne Scheu und Berührungängste auf die eigenen Gedanken über das Sterben und den Tod einzulassen.

Angelika Wesner

**Nicole Rinder, Florian Rauch: Das letzte Fest - Neue Wege und heilsame Rituale in der Zeit der Trauer, 176 Seiten, Gütersloher Verlagshaus (21. März 2016)
ISBN: 978-3579086316, € 16,99**



Sonne und Wind tun der Seele gut

Aktion Segeltaxi – Familien aufs Boot 2016 schenkt ein Stück Lebensfreude



Startklar am Steg: Die Aktion „Segeltaxi - Familien aufs Boot“ führte dieses Jahr an den Brombachsee. Foto: Tina Ellinger

Familien mit schwerkranken Kindern einige unbeschwerte Tage zu schenken, das ist das Ziel der Benefizaktion „Segeltaxi“, die eine Woche lang am Großen Brombachsee Station machte. In den Sommerferien schipperte die Gruppe über den See.

Eltern und Geschwister übernehmen Idee

Die Idee des Segeltaxis stammt von Hannes Schiele aus Aalen, der mit neuneinhalb Jahren an Leukämie gestorben ist und seine Pläne daher nicht mehr selbst in die Tat umsetzen konnte. Das haben an seiner Stelle seine Geschwister und Eltern übernommen, tatkräftig unterstützt von einer Vielzahl ehrenamtlicher Helfer

„Verwaiste Familien oder Familien mit schwerkranken Kindern sollen auch etwas von der Sonnenseite des Lebens kennenlernen.“

und Sponsoren. Der segelbegeisterte Hannes hatte die Idee, Fahrgäste mit seinem Boot über den heimatischen Bucher Stausee zu schippern – wie ein richtiges Taxi gegen Geld versteht sich, das er einem guten Zweck zur Verfügung stellen wollte. Dafür gründete er seine Firma „Segeltaxi“. Sein Vater Lothar warb für das Projekt, für das sich schnell Mitstreiter fanden.

Inzwischen hat sich das Segeltaxi-Fest mit einer Mitsegel-Aktion, Musik, Tanz und Tombola als feste Größe im Veranstaltungskalender etabliert. Alle Erlöse fließen ausnahmslos in die Spendenkasse, die der beteiligte Verein „Unterwegs gegen Krebs“ verwaltet. Daraus wird unter anderem die Aktion „Segeltaxi - Familien aufs Boot“ finanziert, die der Malteser Kinder- und Jugendhospizdienst veranstaltet. Über dieses Projekt soll verwaisten Familien oder Familien mit schwerkranken beziehungsweise wieder gesunden Kindern ein Stück Lebensqualität geschenkt werden. „Sie sollen auch etwas von der Sonnenseite des Lebens kennenlernen“, so die Intention von

Lothar Schiele. Eine Krankheit wie Krebs betreffe immer die ganze Familie, ergänzt seine Frau Ksenija Kreutz-Schiele. „Deshalb muss auch der ganzen Familie geholfen werden.“

SEGELTAXI

Die Benefizaktion zugunsten kranker Kinder
www.segeltaxi.com

Nach zwei Aufenthalten in Kroatien haben sich die Verantwortlichen des „Segeltaxis“ mit dem Großen Brombachsee heuer für ein Revier in Deutschland entschieden. So konnten auch Familien mit akut kranken Kindern mitreisen, die sich nicht zu weit vom vertrauten Krankenhaus entfernen wollten.

Unterkunft am Brombachsee

Nicht zuletzt durch die Vermittlung von Jens Weiland, der in Gunzenhausen einen Bootsservice betreibt und das „Segeltaxi“ seit einigen Jahren unterstützt, fiel die Wahl auf das Fränkische Seenland. Quartier bezogen hatte die 23-köpfige Gruppe im „Jägerhof“ in Absberg. Vom dortigen Segelhafen aus ging es mit drei Booten raus auf den See. Auch ausgiebige Radtouren gehörten zum Programm. Eine große Stütze waren dabei die beiden ehrenamtlichen Skipper Thomas Mayer und Peter Kuch, die eigens eine Woche Urlaub genommen haben, um den Familien das Segeln zu ermöglichen. Tina Ellinger



Malteser

...weil Nähe zählt.

Post für
Dich!



Ihre Ansprechpartner vor Ort

Für den Bereich

Ostalb-Heidenheim:

Malteser Hilfsdienst e.V.
Kinder- und Jugendhospizdienst
Gerokstr. 2, 73431 Aalen
Telefon: 07361 9394-35
kinderhospizdienst-now@malteser.org
www.malteser-kinderdienste.de

Für die Bereiche Günzburg/

Neu-Ulm/Dillingen/ Donau-Ries:

Malteser Hilfsdienst e.V.
Kinder- und Jugendhospizdienst
Ludwig-Heilmeyer-Straße 19, 89312 Günzburg
Telefon: 08221 2070792
Sylvia-Maria.Braunwarth@malteser.org
www.malteser-kinderdienste.de

Spendenkonto:

Kreissparkasse
BIC: OASPDE6A
IBAN: DE44614500500800024444
Stichwort: Kinder- und Jugendhospizdienst

Spendenkonto:

Pax Bank
IBAN: DE 5537 0601 2012 0120 2015
BIC : GENODED1PA7
Stichwort: Kinder- und Jugendhospizdienst

Impressum

Inhaltlich verantwortlich:
Malteser Kinder- und
Jugendhospizdienste

Redaktion und Layout:
Angelika Wesner, Pressebüro
Wesners Wortschmiede,
Schwäbisch Gmünd,
Foto Titelbild: A. Wesner
Fotos Innenteil: A. Wesner, T.
Ellinger, Malteser Hilfsdienst,
Fotolia

