

Wo Trauerbegleiter auftanken

Vom 10. bis 14. August veranstaltet das Trauerinstitut Deutschland (TID) die erste Sommerakademie für Trauerbegleitung in der Andreas Hermes-Akademie in Bonn

Na ch dem Tod ihres Mannes bekam Frau Müller aus Köln viele Anrufe von Bekannten und Freunden. Nach einem halben Jahr fühlte sie sich jedoch immer noch sehr niedergeschlagen und gut gemeinte Ratschläge wie „Reiß dich zusammen, das Leben muß schließlich weitergehen“ führten dazu, dass sie sich in sich selbst zurückzog. Durch Zufall hörte sie von einer Trauergruppe und dort, im Gespräch mit anderen Witwen unter Leitung einer Trauerbegleiterin, fühlte sie sich verstanden und aufgehoben. Die Gespräche und Übungen in der Gruppe gaben ihr neuen Lebensmut und Impulse, die Probleme mit ihren Kindern, mit dem Erbe und mit ihrer Einsamkeit aktiv anzugehen.

Wie Frau Müller nehmen immer mehr trauernde Menschen die Hilfe von erfahrenen Trauerbegleiter/innen in Anspruch. In Trauergruppen oder Einzelgesprächen lernen sie, dass die überwältigenden Gefühle und die massiven Lebensveränderungen im Trauerprozess normal und angemessen sind. Um Trauernden in dieser wichtigen Zeit beistehen zu können, haben viele Menschen in den vergangenen Jahren Kurse und Seminare besucht, die zum Umgang mit Trauernden befähigen. Grundlage einer guten Trauerbegleitung ist die Auseinandersetzung mit eigenen Verlust Erfahrungen, zu den Kursinhalten gehören aber auch Trauertheorien, Gesprächsführung und verschiedene kreative Möglichkeiten, Trauer auszudrücken. Frau Berger ist eine der vielen ehrenamtlichen Trauerbegleiterinnen,

die vor drei Jahren einen solchen Einführungskurs bei ihrer Hospizinitiative in Frechen besucht hat. Seither hat sie fünf Trauernde begleitet, sie zuhause besucht, ihnen zugehört, ist mit ihnen zum Friedhof gegangen, hat Besorgungen gemacht und Ideen entwickelt, wenn z.B. die so empfundene Kältherzigkeit alter Freunde oder die Gestaltung des Grabs unlösbar Probleme zu sein schienen. Nun möchte sie ihr Wissen vertiefen. Sie hat Fragen wie: Trauern Kinder anders als Erwachsene? Was bedeuten Träume von der oder dem Toten? Gibt es Besonderheiten im Trauerprozess, wenn jemand sich das Leben genommen hat?

Für diese und viele andere Fragen hat das Trauer Institut Deutschland e.V. die erste Sommerakademie für Trauerbegleitung organisiert. Hier werden Erfahrungen vertieft, es gibt ausreichend Platz für den Austausch mit anderen erfahrenden Begleiter/innen, Fachleute geben in Workshops und Vorträgen neue Impulse. Wer sonst anderen hilft, bekommt hier neue Kraft. Insgesamt 100 Personen können an der ersten Sommerakademie für Trauerbegleitung in Bonn teilnehmen, noch sind Plätze frei. Die Alfried-Krupp-Stiftung unterstützt die Sommerakademie, deshalb ist der Teilnahmebeitrag mit 230,- Euro für ein fünftägiges konzentriertes Bildungs- und Begegnungsprogramm gering. Das Programm der Sommerakademie erhalten Sie beim Trauerinstitut Deutschland c/o ALPHA, Von Hompesch Str. 1, D-53123 Bonn, Tel: 0228 -24 28 194 oder im Internet unter www.trauerinstitut.de.