

BEGLEITUNG DURCH LANDSCHAFTEN DER TRAUER

Vergangenen Oktober haben neun Frauen und zwei Männer den Pilotkurs einer zertifizierten Fortbildung in Trauerbegleitung abgeschlossen, die von der römisch-katholischen Landeskirche Luzern durchgeführt wird. Initiiert wurde das in der Deutschschweiz einmalige Projekt von den Theologinnen und Trauerbegleiterinnen Antoinette Brem und Barbara Lehner, die die Kurse auch leiten.

Frau Brem, Frau Lehner, warum braucht es Kurse in Trauerbegleitung?

Trauerbegleitung ist ein wesentlicher Bestandteil von Seelsorge, der Zeit, Energie und Kompetenz erfordert. Nur bereiten weder das Theologiestudium noch die Berufseinführung angehende Seelsorgerinnen und Seelsorger auf diese sensible Aufgabe vor. Als wir beide in der Altersseelsorge tätig waren, sind uns immer wieder Menschen begegnet, die sich nach der Beerdigung ihrer Angehörigen allein gelassen fühlten. Allein stehen aber auch viele Seelsorgende: Wie Trauernde nach der Beerdigung weiter begleiten? Wie Trost spenden, ohne die Trauer «wegzutrösten»? Wie die Auferstehungshoffnung in die Trauer vermitteln? Angesichts dieser Praxisfragen haben wir 2006, zusammen mit der Fachstelle Diakonie und Pfarreientwicklung der Landeskirche des Kantons Luzern, zu einem Einführungstag in Trauerbegleitung eingeladen. Dieser

Tag, zu dem nicht weniger als 26 haupt- und nebenamtliche Seelsorgerinnen und Seelsorger kamen, ist die Keimzelle der jetzigen Kurse gewesen.

Wer kommt zu Ihnen?

Angesprochen sind Seelsorgerinnen und Seelsorger sowie weitere Interessierte, die Trauernde und Sterbende begleiten oder sich in diesem Bereich engagieren möchten. Die Teilnehmenden sind in der Pflege tätig, in der Betagtenbetreuung, Behindertenseelsorge und Freiwilligenarbeit wie Besuchsdienst in Altersheimen und Sitzwache bei Sterbenden. Getragen wird die Fortbildung von der Katholischen Landeskirche des Kantons Luzern.

Die Trauer nicht «wegtrösten», sagten Sie. Was heisst das eigentlich?

Trauer beginnt beim Verlassen des Mutterleibes. Unser Leben ist ein stetiger Kreislauf von Werden, Sein, Vergehen und wieder Neuwerten und darum immerfort von Abschieden geprägt. Trauer ist eine angeborene Fähigkeit, mit Verlusten umzugehen und nicht an dieser Grundgegebenheit des Lebens zu zerbrechen. Sie braucht häufig nur die Erlaubnis, dass sie gelebt werden darf. Trauer braucht Ausdruck und Verständnis, um sich in erneute Lebenskraft zu verwandeln.

Was erwartet mich, wenn ich Trauerbegleiter werden will?

Um andere zu begleiten, müssen

wir selbst die eigene Trauerlandschaft kennen. Im Basiskurs «Persönliche Kompetenz» ermöglichen wir den Teilnehmenden zuerst die Erfahrung eines Trauerseminars. Hier geht es um Selbsterfahrung, die eigene Sinnperspektive im Leben, und um Grundlagenwissen zum Phänomen Trauer. Im Aufbaukurs «Methoden und Themen» vermitteln wir Methoden der Gesprächsführung, Gestalten von Ritualen, Bilderreisen etc., die sich für die Trauerbegleitung bewährt haben. Auch geht es um Inhalte wie Trauma und Trauer, Fehlgeburt und perinataler Kindstod, mit Kindern trauern, Trauer im Alter oder den Umgang mit besonderen Verlusterfahrungen und erschwerten Trauerverläufen, etwa nach einem Suizid.

Wie stellen sich Personen, die Trauernde begleiten, auf den jeweiligen Traueranlass ein?

Das Einüben von wertschätzendem, nicht wertendem Gesprächsverhalten ist ein Kernstück der Fortbildung. Vermittelt wird aber auch die sogenannte Selbstchecking-Methode. Sie regt dazu an, vor jedem Trauergespräch innezuhalten, bei sich anzukommen, die innere Bereitschaft zu prüfen und sich auf verschiedenste Weise (Gebet, Gedanken, Stille) zu verankern in der eigenen Mitte.

Werden Trauerbegleitende bei einem Todesfall «beauftragt»?

In der Regel kommen die Menschen zu uns, häufig auch auf Empfehlung der Hausärztin, des



Antoinette Brem, geboren 1962, ist freischaffende Theologin mit Schwerpunkt Visionsuche und initiatori-sche Naturarbeit.

Fotos: zVg



Barbara Lehner, geboren 1967, ist freischaffende Theologin, Ritualbegleiterin und Erwachsenenbildnerin.

Therapeuten, Sozialarbeiters oder der Seelsorgerin.

Muss ich katholisch sein, um mich von Ihnen ausbilden zu lassen?

Unser Angebot steht Menschen unterschiedlicher Weltanschauung offen, auch Konfessionslosen. Dies gilt vor allem für die dreitägigen Trauerseminare «Durch die Trauer zu neuer Lebendigkeit», aber auch für die zweijährige Fortbildung in Trauerbegleitung. Wir erwarten grundsätzliche Aufgeschlossenheit und eine Bereitschaft, sich mit dem eigenen Sinnhorizont, der eigenen religiös-spirituellen Verwurzelung und unserem jüdisch-christlichen Erbe auseinanderzusetzen. an

Wie erloschen erscheint uns die Welt, wenn wir einen schweren Verlust erlitten haben. Aber die Trauer muss durchmessen werden, um sich in neue Lebenskraft zu verwandeln.



Foto: Keystone

Informationen und Anmeldung

Vom 20. April an findet der Kurs zum zweiten Mal statt, er dauert, auf mehrtägige Blockseminare verteilt, bis Ende 2010. Anmeldung für den Basiskurs «Trauerbegleitung» bis 31. März schriftlich oder per E-Mail an die Röm.-kath. Landeskirche, Pfarreientwicklung/Diakonie, Karl Mattmüller, Postfach, 6000 Luzern 6, karl.mattmueller@lukath.ch. Detaillierte Informationen zu Kursen für Trauerbegleitung und Trauerseminaren unter www.lebensgrund.ch oder Telefon 041 310 98 51.