



WEGBEGLEITER

Information und Unterstützung für trauernde Mütter, Väter, Geschwister,
Großeltern und alle, die mit dem Tod eines Kindes leben müssen

Nr. 2 ♦ Sommer 2010



*Ein Fremdkörper dringt in die Muschel ein
und schmerzt.*

*Harter Sand reibt ihre Weichteile wund.
Sie leidet.*

*Die Muschel versucht, das Fremde
abzuwehren und scheitert.*

Das Sandkorn sitzt fest.

Der Schmerz ist nicht zu beheben.

*Da schöpft das Tier aus den Urgründen
seiner Natur die Kraft,
das Leid zu verwandeln in einen Triumph.*

*Aus Pein und Not, aus dem Saft ihrer Tränen
entsteht in langen Prozessen inneren Wachstums
die Perle.*

unbekannter Autor

Liebe Verwaiste Eltern, Großeltern, Geschwister und betroffene Angehörige, liebe Freunde und Förderer des Vereins,

als ich dieses Gedicht erstmals gelesen habe, sind meine Gedanken am letzten Vers hängen geblieben. Konnte ich mich mit den ersten Strophen noch identifizieren, war die Perle mir fremd. Die Schale der Muschel als Schutz vor der Verletzlichkeit, in der wir uns nach dem Tod des Kindes befinden, war für mich sofort ein passendes Bild. Muscheln leben im Meer, haben wenige Möglichkeiten, das "Wohin" zu steuern, sind dem Meeresstrom ausgeliefert. Lange Zeit befand ich mich auch in diesem Zustand, gefangen zu sein in einem Strudel in stürmischer See, vom Meer ausgespuckt und wieder eingesogen. Nur hin und wieder schien ich Luft zu bekommen. An der Oberfläche

angekommen, erreichte mich die nächste Welle, um mich wieder unter Wasser zu drücken. Und der Sand rieb und rieb, rieb das Innerste wund, ließ sich nicht beseitigen, verursachte Schmerzen. Tränen konnten laufen. Und doch empfand ich eine Art der Geborgenheit bei dem Gedanken an das Meer, ich konnte nicht verloren gehen. An eine Perle, die in mir entstehen könnte, dachte ich nicht. Oder anders: Positives konnte ich dem Tod meines Kindes nicht abgewinnen.

Nach dem Tod meines Kindes fand ich schnell zu dem gerade gegründeten Verein der Verwaisten Eltern München e.V.

2010 jährt sich die Gründung des Vereins zum zwanzigsten Mal. Es bedurfte engagierter betroffener Eltern, aber auch des Einbindens von Freunden, die sich der Trauer von Eltern, die ein Kind verloren haben, annahmen, damit dieser Verein gegründet werden konnte.

Notwendig wurde die Gründung, weil in der Gesellschaft Tod und Trauer keinen Platz mehr hatten, ein Auffangen Betroffener durch das unmittelbare Umfeld von Freunden und Kollegen am Arbeitsplatz nicht mehr erfolgte. Leistungsgesellschaft und Life Style, höher, weiter, besser sind die Maximen der Zeit gewesen. Die Endlichkeit des Lebens war kein Thema.

Meine eigene Betroffenheit ist nur wenige Monate jünger als die Vereinsgründung und schnell habe ich mich engagiert. Vor vielen Jahren, in einer meiner ersten Vorstandssitzungen, stellten alle ihre Vorstellungen, wie die Zukunft des Vereins aussehen könnte, dar und in welchen Kontext sie den Verein stellen wollten. Ich selbst hatte damals einen Traum: ich hoffte, dass Tod und Trauer in die Gesellschaft integriert werden. Diesen Traum habe ich noch heute.

Ich weiß nicht, ob durch das erlebte Leid in mir wirklich eine Perle entstanden ist. Zu meinem Weiterleben hat die Betreuung durch den Verein der Verwaisten Eltern viel beigetragen und ich wünsche allen Betroffenen, mit dem Tod ihrer Tochter oder ihres Sohnes weiterzuleben und nicht nur zu überleben. Dem Leben wieder einen Sinn abgewinnen zu können, bedingt persönliches Wachstum, das ebenso lange dauern kann wie das Entstehen einer Perle.

**Mit Grüßen des Vorstands, der Geschäftsstelle
und des Redaktionsteams**

Dorothea Böhmer

20-jähriges Bestehen

Erinnerungen an den „Anfang“

1986 trat Dr. Christian Schmierer, Leiter der wichtigsten und größten Abteilung des Münchner Diözesancaritasverbandes an den Schwabinger Sozialpsychiatrischen Dienst in der Giselastraße heran, mit einer spürbar auch für ihn selbst wichtigen, dringlichen Anfrage. Adressat waren vor allem der damalige Leiter Manfred Muhl (Soz.päd.) und ich als Arzt im Dienst (beide zugleich auch Theologen). Ich war damals ganz und gar nicht darauf eingestellt, was Gegenstand dieser Anfrage war und welche Folgen das für mein weiteres berufliches Leben bis heute haben würde.

Eine Gruppe von drei betroffenen Müttern, Karin Berlin, Elke Leonhardt und Tina Quack, hatte bei der Caritas nachgefragt, ob sie nicht professionelle Begleiter für die Selbsthilfegruppe zur Verfügung stellen könne. Herr Muhl sagte relativ schnell ab (freilich ohne zu wissen, dass ihn später das Thema noch einmal einholen sollte). Aber auch ich konnte nicht sofort zusagen, denn ich wollte mich zuerst einigermaßen kundig machen darüber, was da auf mich zukam und ob und wie ich mich darauf einlassen konnte.

Am weitesten fortgeschritten in Deutschland in der Beschäftigung mit diesem Thema und der Einrichtung von entsprechenden Begleitangeboten für trauernde Eltern und Geschwister war die evangelische Akademie Nordelbien in Hamburg/Bad Segeberg mit der Leiterin Dr. Mechtild Voss-Eiser. Also reiste ich dorthin, trat in Gespräche ein und nahm an einem Trauerwochenende teil. Dabei musste ich, vor allem durch die Erfahrung mit Betroffenen, eine in der Gesellschaft verbreitete und auch bei mir vorhandene Vor-Einstellung sehr bald korrigieren. Ich bekam es nämlich nicht mit einem dunklen, toten, vom Leben abgeschnittenen Winkel zu tun, sondern begegnete überraschenderweise dem Leben. Ich erlebte schon am Anfang und dann regelmäßig immer wieder, wie Rollen durchbrochen oder abgelegt wurden, Fassaden einstürzten. Das Leben zeigte sich – trotz aller Widersprüche und tiefen Schmerzes – unverstellter, unmittelbarer, authentischer, eröffnete eine empathische Nähe zum Menschen, wie sie sonst kaum vorkommt.

Diese Nähe war trotzdem nicht selbstverständlich und konnte für mich nie zur Routine werden. Diese Bezogenheit auf das Leben war für mich die eigentliche Motivation dafür, diese Arbeit zu übernehmen und zu tun. Um über Trauer zu lernen,

waren für mich immer die Trauernden selbst wichtiger als Bücher. So fallen mir, wenn ich zum Thema „Trauer“ nachdenke oder rede, noch heute ganz konkrete Menschen mit ihren Schicksalen ein – aus den ersten Anfängen bis heute.

Die Gruppentreffen fanden damals in den Räumen meiner Dienststelle statt. Der Englische Garten war nicht weit, die Verkehrsanbindung sehr gut – einen besseren Standort für die Gruppe konnte es kaum geben.

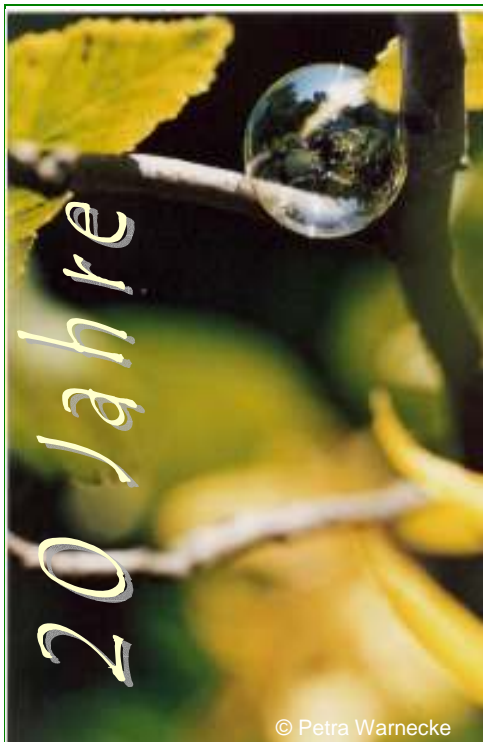
Zusätzlich waren ehrenamtliche spirituelle Begleiter der ersten Stunde Pfarrer Stahlschmidt und P. Först OFM. 1988 wurde mit Frau Hanna Dusch-Seifert die erste hauptamtliche Psychologin eingestellt. Selbst Betroffene, baute sie u.a. eine Geschwistergruppe auf und hatte beachtlichen Anteil an der Produktion des Filmes „Schattenrisse“.

Eine große Bereicherung für die Gruppe war auch das Engagement von Frau Ursula Goldmann-Posch, die 1988 ihr bekanntes Buch veröffentlichte. Ein Meilenstein in der weiteren Entwicklung war ein 1989 in der kath. Akademie veranstaltetes öffentliches Forum „Ein Tod zur Unzeit“, um u.a. wichtige Berufsgruppen mit unserem Anliegen bekannt zu machen und es mit ihnen zu diskutieren.

Noch eines, was man der zerstörerischen Seite des Todes zu rechnen könnte, kann kurz zur Sprache kommen und braucht nicht verschwiegen zu werden: Ich habe immer wieder erfahren, dass der Bereich von Sterben, Tod und Trauer auch ein sehr sensibler Bereich ist, Verletzungen und auch Machtkämpfe vorkommen können. Einen Konflikt solcher Art gab es 1990 in Hamburg im Zusammenhang mit der Projektierung der Trauerbegleiterausbildung durch Mechtild Voss-Eiser und Ruthmarijke Smeding, an der auch meine Kollegin und ich teilnahmen. Das war eine schwere Zeit, verschärft auch durch den Umstand, dass er in die Zeit der Vereinsgründung fiel. Ich muss gestehen, dass ich mit einem „Trauerverein“ damals meine Schwierigkeiten hatte. Eine wirkliche Auflösung des Problems wurde schließlich auch dadurch erschwert, dass drei Hauptbeteiligte (Dr. Schmierer, P. Först, C. Ziegler) leider in dieser Zeit verstorben sind. Ich habe bei dem allen viel über die Bedeutung der Beziehungsebene gelernt, gerade im Umgang mit Trauernden. Das Thema „Beziehung“ ist für mich inzwischen zum eigentlichen Lebensthema geworden. Die Anfänge haben es also in sich – und begleiten bestmöglich in die Zukunft hinein. Wir alle haben dazu gelernt und lernen weiter. Und ich bin dankbar für den Teil in meinem Leben, der den Verwaisten Eltern gehört, und für die Zusammenarbeit heute.

Eberhard Weidler





FESTAKT

20 JAHRE VERWAISTE ELTERN MÜNCHEN E.V.

22. Oktober 2010, 17 – 21 Uhr

Sophiensaal

Festsaal im Bayerischen Landesamt für Steuern,
Sophienstr. 6 (2. Stock), 80333 München

Wir laden alle Mitglieder und Förderer des Vereins ein, diesen Festakt mit uns zu begehen!

Aufgrund der strengen Sicherheitsvorkehrungen ist ein

Einlass nur nach Voranmeldung bis 10.10.2010

an der Geschäftsstelle möglich (telefonisch, schriftlich oder per E-Mail).

Benefizkonzert der Helena Gospel Spirits

Aus Anlass des 20-jährigen Bestehens des Vereins Verwaiste Eltern München veranstaltet der Gospelchor der Münchner Pfarrgemeinde St. Helena unter der Leitung der gebürtigen Amerikanerin und Kirchenmusikerin Janet Campana Friedman ein Benefizkonzert. Auf dem Programm stehen traditionelle und moderne Gospels, mal ruhig und berührend, mal mitreißend und schwungvoll. Der Eintritt ist frei, Spenden werden dankbar entgegengenommen.



Wer mitreißende und lebendige Gospelmusik liebt, kommt bei dem abwechslungsreichen Konzertprogramm des Giesinger Gospelchores Helena Gospel Spirit ganz bestimmt auf seine Kosten. Mit Schwung und Gefühl berühren die ca. 50 Sänger/innen und die Musiker/innen der chor-eigenen Band ihr Publikum oder bringen es mit fetzigen Rhythmen zum Mitklatschen (www.helenagospelspirit.de).

Sonntag, 24. Oktober 2010, 17 Uhr
ev. Kreuzkirche in München-Schwabing,
Hiltenspergerstr. 55 (U2 Hohenzollernplatz)

20 Jahre Verwaiste Eltern München e.V. – wie kam es zur Gründung des Vereins?

Am Anfang stand eine Idee, für die Tina Quack nach dem Tode ihres Sohnes hartnäckig und lange kämpfen musste. 1985 stellte sie dann zusammen mit Karin Berlin im ev. Forum eine erste kleine Selbsthilfegruppe für verwaiste Eltern vor, ein Novum für Bayern. Bei der Rückbesinnung auf die Anfänge fällt mir ein, dass ich damals der naiven Meinung war, Finanzen würden für uns nie eine wesentliche Rolle spielen. Ein paar Briefmarken, ein kostenloser Gemeinderaum, ein ehrenamtlicher Begleiter und dann Selbsthilfe – was brauchten wir mehr?

Bald schon wurde ich eines Besseren belehrt: ehrenamtliche Begleiter und kostenloser Raum waren nicht auf Dauer verfügbar und die Zahl der zu uns kommenden Betroffenen mit ihren vielfältigen Nöten stieg ständig an. Unsere Kompetenz war begrenzt, wir suchten Fachkräfte. Der heutige Vereinsvorsitzende Klaus Günter Stahlschmidt war der Erste, der uns als Pfarrer hilfreich zur Seite stand. Und dann bekamen wir Unterstützung vom Caritas-Verband, die wir u.a. besonders Hanny Höfelein (bis heute Vorstandsmitglied) zu verdanken haben.

Räumlichkeiten und (z.T. selbst betroffene) Mitarbeiter wurden uns gestellt, ebenso wie weitere



finanzielle Mittel. Durch unsere Aktivitäten wurden wir immer bekannter und hatten noch mehr Zulauf.

Vor allem die Personalkosten waren für den Caritas-Verband allein nicht mehr tragbar, so dass wir auch bei der Stadt München um Zuschuss nachsuchten – alle Zuschussgeber legten uns dringend nahe: gründet einen gemeinnützigen Verein, um weitere Finanzierungsmittel aufzutreiben zu können, wie Mitgliedsbeiträge, Spenden, Bußgelder etc. und so kam es schließlich am 25.06.1990 zu diesem gewichtigen Ereignis: Der Verein Verwaiste Eltern München e. V. wurde gegründet, als erster seiner Art in Deutschland.

Elke Leonhardt

Rückschau auf eine außerordentliche Entwicklung

Im Mai 1994 habe ich meine Arbeit als Verwaltungsmitarbeiterin im Verein Verwaiste Eltern München e.V. begonnen, vier Jahre nach der Gründung. Zur damaligen Zeit war der Verein noch relativ klein und überschaubar, wir hatten zwei kleine Räume in der Schrenkstraße und ich saß die meiste Zeit alleine am Schreibtisch. Die Geschäftsstellenleiterin und erste Vorsitzende Christl Ziegler war „in guter Hoffnung“ und kam nicht täglich aus Aichach in die Geschäftsstelle, vieles wurde über das Telefon abgesprochen. Der Computer hielt bald darauf Einzug und es wurde eine Adressendatei eingerichtet.

Die wohl größte Erschütterung war bereits ein Jahr nach meinem Arbeitsbeginn der Unfalltod von Christl Ziegler. Drei treue ehrenamtliche Vorstände, Elke Leonhardt, Erich Kropf und Hanny Höfelein, haben zusammen mit mir nichts unversucht gelassen, um die Arbeit fortsetzen zu können. Der Unterstützungsbedarf und die tiefe Überzeugung von der Notwendigkeit der Arbeit für betroffene Eltern war unser Motor. So konnten bereits 1996 die Vorstandsämter wieder auf 7 Schultern verteilt werden. Manfred Muhl wurde als neuer Geschäftsführer und Mag. Christine Fleck-Bohaumilitzky als fachliche Leitung eingestellt. Dem Wachstum stand nichts mehr im Wege, was unterstützt wurde durch die räumliche Ausdehnung, den Umzug 1998 nach Haidhausen, am St.-Wolfgangs-Platz. Persönlich sorgte ich für mein inneres Wachstum durch Aus- und Weiterbildungen im therapeutischen und spirituellen Bereich. Dadurch konnte ich meinen vielfältigen Aufgaben besser gerecht werden.

Die Geschäftsstellenleitung wechselte von Manfred Muhl zu Susanne Lorenz im Jahr 2000 – neue Personen bringen neue Ideen, die Arbeit bekam mehr Struktur, die Öffentlichkeitsarbeit konnte enorm erweitert werden. Neue Projekte wurden geboren und tragen zum Bekanntheitsgrad des Vereins in der Öffentlichkeit als wichtiger Partner in Lebenskrisen bei. Nebenbei lief die Renovierung der Räumlichkeiten, was für uns

Hauptamtliche so manche Herausforderung bedeutet hat. 2003 wurde durch die berufliche Veränderung von Christine Fleck-Bohaumilitzky Claudia Schmid für die fachliche Leitung eingestellt.



Das Team der Geschäftsstelle, 2009

Das Herzstück des Vereins ist jedoch die Gruppenarbeit, die von vielen Ehrenamtlichen mit großem Engagement geleistet wird. Auch für mich steht die Begegnung mit den Betroffenen im Mittelpunkt meiner Arbeit. Deshalb ist es sehr erfreulich für mich, dass sich seit etlichen Jahren das Angebot der Beratung in Form von Einzelgesprächen etablieren konnte, hauptsächlich teilen sich Claudia Schmid und ich diese Aufgabe.

Inzwischen hat sich der Verein Verwaiste Eltern München e.V. bayern- und deutschlandweit zu einer festen Anlaufstelle für trauernde Eltern und Geschwister, sowie ihre Angehörigen und Freunde entwickelt.

Bereits direkt nach dem Tod eines Kindes kann auf Wunsch Akutbegleitung im Rahmen des Projekts Primi Passi oder direkt an der Geschäftsstelle von den fachlichen Mitarbeiterinnen angeboten werden. Den Betroffenen werden Einzelberatungen, Gruppenangebote, Seminare, Faltblätter, erste hilfreiche Handreichungen, Broschüren und Literatur zur Verfügung gestellt. Für Nachfragende aus den verschiedenen Regionen werden auf Wunsch Gruppen übermittelt, Adressen von anderen Eltern in vergleichbarer Situation sowie Brief- und Telefonkontakte vermittelt. Ausbildungsangebote für Trauerbegleiter und helfende Berufe werden angeboten und vieles mehr.

Ich bin sehr dankbar und stolz, seit 16 Jahren Teil dieser Vereinsarbeit sein zu dürfen und konnte vielleicht so manchen Betroffenen in dieser extremen Situation mit meinem persönlichen Einsatz eine kleine Lebensperspektive bieten.

Die detaillierte Chronik des Vereins ist nachzulesen in dem Buch „Überall deine Spuren“. Dieses Buch wurde zur 10-Jahresfeier herausgegeben, ist in der Geschäftsstelle erhältlich und beinhaltet neben der Chronik viele Erfahrungsberichte von Betroffenen aus unseren Gruppen.

Elisabeth Schreyer

Erinnerungen

Wie ein Blitz, der die Zeit unterteilt, wie ein niederschmetternder Keulenschlag traf uns am 27. Jan. 1991 die Nachricht vom Suizid unseres 25-jährigen Sohnes Frank. Es war der 11. Todestag seiner Mutter, aber auch gleichzeitig der 15. Geburtstag seines Bruders Florian. Ohnmächtig, wie vor den Kopf geschlagen, nicht fähig, es zu fassen, so irrten wir damals durch die Welt.

Ein Rettungsanker war nach ca. einem halben Jahr das Buch „Wenn Mütter trauern“ von Ursula Goldmann-Posch mit den Adressen der Verwaisten Eltern München und Hamburg. Nach meiner Kontaktaufnahme erhielt ich sofort tröstende Texte und wertvolle Unterlagen auch aus München. Was heute der Wegbegleiter ist, war damals der BRIEF. Die Ausgabe 4/91 mit Ausblick auf 1992 lud ein zum Wochenendseminar vom 5.-7. Juni 92, zum ersten Mal im Schloss Fürstenried, mit dem Thema „Sterben und Lebensbewältigung“ mit Prof. Dr. Max Schuppbach, USA, wofür ich mich anmeldete. Dort begegnete ich zum ersten Mal Christl Ziegler und Pfarrer Stahlschmidt. Die Erfahrung dieses Pfingstwochenendes mit Max Schuppbach war sehr beeindruckend und tröstend für mich und der Auftakt für viele weitere Wochenendseminare in den kommenden Jahren, u.a. in St. Wolfgang bei Dorfen und im Birgittenkloster Altomünster.

Im Frühjahr 1994 wurde zum ersten Mal mit großem Erfolg ein Trauerwochenende nur für Suizidbetroffene in Rohrdorf Nähe Rosenheim für ca. vierzig Betroffene gewagt. Inzwischen zum dritten Mal Mutter geworden, bot Christl Ziegler auch vom 17.-19. März 1995 ein reines Suizidbetroffenenseminar in Altomünster an, obwohl wenige Tage später nach mehrjähriger Pause das große Forum mit dem Thema „Ein Tod zur Unzeit“ vor der Tür stand. Sie ließ es sich nicht nehmen, vorher noch für 20 Eltern aus ganz Deutschland und Österreich das Seminar in Altomünster zu leiten. Dabei hat sie fast ein halbes Jahr sehr wenig Schlaf bekommen, weil die kleine Isabella nachts nicht durchschlief. Das sah man ihr an.

Das lange angekündigte Forum am Freitag, 24. März in Unterhaching nun war ein Ereignis und ein Wiedersehen mit Christl Ziegler und Ihrer Tochter Isabella, die sie stolz allen Teilnehmern zeigte. Sie freute sich, dass Isabella schon „Mama“ sagen konnte, was ihr bei ihrer mit 3 Monaten verstorbenen Viktoria 10 Jahre vorher verwehrt geblieben war.

Niemand ahnte an diesem unbeschwerten sonnigen Vorfrühlingstag, dass Christl Ziegler abends auf der Heimfahrt nach Aichach auf der Autobahn tödlich verunglücken würde. Die kleine Isabella war am Nachmittag bereits von ihrem Vater abgeholt worden.

Dies war wohl der schwerste Rückschlag in der Vereinsgeschichte und wir können den damals betroffenen Verantwortlichen in der Geschäftsstel-

le und im Verein nicht dankbar genug sein, dass im Geiste Christl Zieglers die Arbeit fortgesetzt wurde und inzwischen weitere 15 Jahre lang den neu Betroffenen Trost und Hilfe sehr professionell zuteil werden konnte.

Es ist ein Glücksfall, dass es den Verein nunmehr seit zwanzig Jahren mit seinen vielfältigen Angeboten gibt, auf die sich die kleinen Selbsthilfegruppen in der Provinz stützen können. Alles Gute und viel Erfolg auch für die Zukunft!

Werner Kühnert

*Verwaiste Eltern Landshut und
AGUS Angehörigengruppe um Suizid*

Jubiläumsgrüße

An vielen Orten arbeiten die Gruppen der Verwaisten Eltern und AGUS, Angehörigengruppe um Suizid, zusammen. In München ist diese Verbindung seit langer Zeit besonders gut! Mit der jeweils spezifischen Kompetenz kooperieren Verwaiste Eltern München e.V. und AGUS bei Fortbildungen oder Veranstaltungen. Teilweise sind Trauernde sogar in beiden Organisationen aktiv. Eine gute Kooperation unserer Verbände besteht ebenfalls seit vielen Jahren auf der Bundesebene.

Bei AGUS treffen sich Trauernde, die einen nahe stehenden Menschen durch Suizid verloren haben, auch viele Eltern sind dabei. Manche Kinder haben sich als Jugendliche das Leben genommen, andere waren erwachsen und hatten teilweise schon eigene Familien. Für Eltern bleibt das Kind immer das Kind, unabhängig vom Alter.

AGUS und Verwaiste Eltern München e.V. verbindet der Schmerz der Trauer, auch wenn die Trauersituationen in unseren beiden Organisationen unterschiedlich sind. In der Zusammenarbeit mit den Verwaisten Eltern erleben wir eine wohlthuende Vermeidung von Bewertungen. Wer kann ermessen, ob die Trauer nach einem Verkehrsunfall schlimmer ist als nach einem Suizid. Es gibt keine Dimension, in der man Leid vergleichen kann.

„Deine Trauer ist so einmalig wie dein Fingerabdruck“ - mit diesem Grundsatz kann die Bündelung von Wissen und Erfahrung den Grundstock bilden, um aus den Grenzerfahrungen angesichts des Todes zu lernen und gemeinsam zu überleben.

Wir danken für die gute, wertvolle Zusammenarbeit und gratulieren dem Verein Verwaiste Eltern München e.V. herzlich zum Jubiläum! Ihnen allen wünschen wir viel Kraft und ausreichend Unterstützung, um weiterhin eine hilfreiche Anlaufstelle für tief verzweifelte Trauernde zu bleiben.

Mit herzlichen Grüßen,

Elisabeth Brockmann

*Bundesgeschäftsstelle AGUS e.V.
Markgrafenallee 3 a, 95448 Bayreuth
www.agus-selbsthilfe.de*

Interviewbeitrag zur Trauer bei erwachsenen Geschwistern

Herr Metzger, Sie leiten die Geschwistergruppe für erwachsene Geschwister ab 18 Jahren seit 2006.

Was war Ihre Motivation dazu?

Nach dem Tod meines Bruders Christian im Dezember 2002 fand ich in der Geschwistergruppe der Verwaisten Eltern e.V. einen Ort und eine Gruppe von Menschen, die mir unglaublich dabei geholfen haben, mich mit dem Unausprechlichen, dem Schmerz und meinem zerbrochenen Vertrauen in das Leben auseinanderzusetzen. Ich fühlte mich geborgen und verstanden. Es war schön, unter Menschen sein zu können, die sich mit ähnlichen Fragen, Ängsten und Zweifeln konfrontiert sahen, vor denen Menschen, die nicht betroffen sind, eher ausweichen. Hinzu kam, dass ich durch den Tod meines Bruders eine quälende soziale Isolation erlebte.

Nach über zwei Jahren als Teilnehmer wollte ich etwas zurückgeben. Das Schöne ist, dass ich bis heute auch als Begleiter der Gruppe sehr viel von meinen Teilnehmern lerne, immer wieder aufs Neue. Außerdem bin ich so auch im Kontakt mit meinem Bruder und meiner eigenen Trauer. Trauer hat sich dabei für mich sehr verändert. Sie ist eine Kraft geworden, die mich zurück ins Leben geführt hat und mich immer wieder fragt: „Gregor, was willst du mit Deinem Leben machen? Was macht ‚Sinn‘?“. Die Arbeit mit Trauernden ist inzwischen auch zu meinem Beruf geworden.

Was veranlasst trauernde Geschwister, die Gruppe aufzusuchen?

Die Ereignisse, die betroffene Geschwister zu uns führen, sind unterschiedlich. In den meisten Fällen liegt der Verlust erst ein paar Wochen oder Monate zurück, in einigen Fällen sind es aber auch mehrere Jahre. Unabhängig davon ist es eigentlich immer das Bedürfnis, die Trauer und die damit aufgeworfenen Fragen teilen zu können, sich mitteilen zu dürfen, ohne sich zurücknehmen zu müssen und darauf vertrauen zu können, in der Gemeinschaft anderer Betroffener aufgefangen zu werden.

Welche Themen beschäftigen erwachsene trauernde Geschwister Ihrer Meinung nach?

Ein überspannendes Thema ist beispielsweise der alles verzehrende „Phantomschmerz“ der Trauer. Ähnlich wie bei einem abgetrennten Körperteil, das trotzdem noch zu schmerzen scheint, schmerzt uns auch die „abgetrennte“ Beziehung zu unserem verloren gegangenen Mitmenschen, die nun unerwiderte Liebe oder Zuneigung, unbe-

wältigte Beziehungsthemen und Konflikte oder ungelebte gemeinsame Lebensschritte und Träume. Es ist mir ein wichtiges Anliegen, deutlich zu machen, dass der Bruder oder die Schwester zwar gegangen ist, damit aber nicht die Beziehung zu ihm oder ihr stirbt, sondern weiterhin lebendig und entwicklungsfähig sein kann.

Hinzu kommt oftmals auch eine erlebte Abtrennung vom Leben „da draußen“, weil alles in Frage gestellt wird, auch die eigene Zukunft. Diese Entfremdung gegenüber dem „normalen“ Leben geht sehr oft auch mit einer starken sozialen Isolation einher. Einerseits, weil der Trauernde sich zurückzieht, andererseits, weil sich viele Bekannte und Freunde ihrerseits von dem Trauernden zurückziehen, aus eigener Unsicherheit oder weil eigene ungelöste Fragen im Kontakt mit der Trauer des Anderen aufgeworfen werden. Sehr schmerzhaft für die Betroffenen ist es, wenn dieser Bruch durch die eigene Familie oder Partnerschaft geht. Zu erleben, dass das Thema Verlust in vielen Lebensbereichen ein unerwünschtes Thema ist, verstärkt diese Entfremdung von der vermeintlich „normalen“ Welt und geht einher mit Gefühlen des Verlorengehens, Zurückwerdens und einer Trauer um das eigene verlorene Leben. Angst, Wut und Trauer sind in diesem Zusammenhang ganz natürliche und auch gesunde Reaktionen des Betroffenen und werden ebenfalls in der Gruppe thematisiert, weil sie als inadäquat, unpassend, verrückt und unverständlich empfunden werden.



Schließlich tragen viele Geschwister noch schwer daran, dass der Geschwistertrauer manchmal eine geringere Aufmerksamkeit entgegen gebracht wird als der Elterntrauer – Geschwister werden sehr oft von Angehörigen oder Außenstehenden schlicht übersehen und bekommen daher weniger Zuwendung und Aufmerksamkeit. Der Betroffene hat ja „nur“ ein Geschwisterteil verloren, anders als eine Mutter, die ihr Kind verloren hat, was in der gesellschaftlichen Aufmerksamkeit „schwerer“ wiegt.

Wie Sie sagten, wird häufig nur an die trauernden Eltern gedacht, aber nicht an die trauernden erwachsenen Geschwister, was müsste geschehen, damit diesem Aspekt mehr Beachtung geschenkt wird?

Nun, Geschwistertrauer wird vor allem in jenen Familien oder Beziehungsstrukturen übersehen, in denen das Thema Trauer ohnehin tabuisiert und vermieden wird. Wobei nicht nur die Geschwister die Leidtragenden sind, sondern alle Beteiligten. Unter diesen Bedingungen macht es allerdings auch wenig Sinn, auf Geschwistertrauer hinzuweisen, da diese ja nicht aus böser Absicht ausgeblendet wird, sondern aus für das Beziehungssystem überlebensrelevanten Gründen nicht zugelassen werden kann. Hier muss an der Ursache des Tabus angesetzt werden, die z.B. in

einem familiären Trauma liegen kann. Dazu bedarf es allerdings einer familientherapeutischen Intervention, das kann die Geschwistergruppe alleine nicht leisten.

Allerdings halte ich es auch für wichtig, dass in der Öffentlichkeit mehr zum Thema Geschwistertrauer informiert wird. Meines Wissens gibt es nur eine handvoll Geschwistertrauergruppen in Deutschland, davon zwei bei den Verwaisten Eltern, eine in Hamburg und unsere.

Wie läuft der Abend in der Geschwistergruppe ab?

Wir beginnen zumeist mit einer kurzen Schweigephase, um die Hektik des Tages abzustreifen und etwas zur Ruhe zu kommen. Wenn jemand neu in die Gruppe hinzugekommen ist, stellen wir uns gegenseitig vor. Das ist auch für die Teilnehmer, die schon länger dabei sind, eine wichtige Übung, um zu lernen, dem Unaussprechlichen Worte zu geben. Für die Hinzugekommenen bildet das wiederum die Grundlage für ihr Vertrauen in die Gruppe. Während der Vorstellungsrunde sammeln wir auch die aktuellen Befindlichkeiten sowie Themen und Fragen der Teilnehmer, denen wir uns dann gemeinsam zuwenden. Jeder Teilnehmer hat etwas beizutragen, von dem ein anderer etwas lernen kann, und es darf auch gelacht werden, Lachen und Humor sind wichtige Ressourcen, die jeder von uns in sich trägt. Wir sind in der Regel acht bis zehn Teilnehmer und somit sind die zweistündigen Treffen eng gepackt, aber es ist wichtig, dass alles zur Sprache kommen darf, was Platz haben soll. Nach einem Abschlussritual oder einer kurzen Befindlichkeitsrunde gehen wir dann auseinander, nachdem wir uns meistens noch mal gegenseitig in den Arm genommen haben.

Zweimal im Jahr treffen wir uns außerdem noch zu einem gemeinsamen Wandertag.

Das Interview führte Claudia Schmid

Das vollständige Interview können Sie nachlesen unter www.verwaiste-eltern-muenchen.de, Rubrik Infos/Wegbegleiter

Was war los ?

Aus der Geschäftsstelle

Spendenaufruf

Das Angebot der Einzelberatung, die Gruppen und die Akutbegleitung durch den Verein sind für die Betroffenen kostenlos. Neben der Finanzierung durch die Landeshauptstadt München, den Caritasverband der Erzdiözese München-Freising und das Ordinariat ist der Verein auf Spenden angewiesen, damit die Arbeit in der gewohnten Weise aufrechterhalten werden kann und möglichst viele Betroffene unterstützt werden können.

Ein freiwilliger Beitrag, gegen Spendenquittung,

unterstützt die Idee des Vereins und gewährleistet die Qualität der Arbeit. Spenden sind möglich unter Konto-Nr. 21 61 761 bei der Ligabank, BLZ 750 90 300 (steuerlich absetzbar).

Im Namen des Vorstands
Dorothea Böhmer

Medienpreis-Verleihung

Die Journalistin Antonia Arnold hat für die Hörfunksendung „Eine Petition für Sternenkinder“ am 18. Juni 2010 im Münchner Presseclub den Dr.-Georg-Schreiber-Medienpreis verliehen bekommen. Aus Anlass dieser Ehrung hat sie 500 Euro des Preisgeldes an den Verein Verwaiste Eltern München gespendet. Wir beglückwünschen Frau Arnold zu dieser Anerkennung ihrer journalistischen Leistungen und bedanken uns sehr herzlich für die großzügige Spende!

Das Manuskript der Sendung (8.9.2009, Bayern2) kann an der Geschäftsstelle eingesehen werden.

Auswärtige Gruppen

Abschied aus der Gruppenarbeit

Schweren Herzens nehmen wir den Entschluss von Annegret Herrmann entgegen, die ehrenamtliche Gruppenarbeit in Ingolstadt zu beenden.

Schon bald nach dem Tod ihres Sohnes Matthias hat Annegret versucht, anderen Eltern Unterstützung zu geben in dieser schwersten Lebenszeit. 14 Jahre war sie eine verantwortungsvolle, herzliche, zuverlässige und liebenswerte Begleiterin, viele gestaltete Abende und Gottesdienste sind aus ihrem unermüdlichen Wirken entstanden.

Wir danken Ihr aus ganzem Herzen für dieses große Engagement. Für die Zukunft wünschen wir Annegret alles erdenklich Gute.

Elisabeth Schreyer
Vernetzung in Bayern

Bücherecke



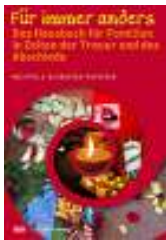
Hüscher, Mechtild und Heinrich, Roth Ulrich:
Da spricht man nicht drüber.
Wie Jakob den Suizid seines Vaters erlebt.
48 Seiten
Verlag Hüscher & Hüscher
ISBN-10: 3934794211

In diesem Buch wird beschrieben, wie ein 12-jähriger Junge die Reaktionen seiner Familie, Freunde, Nachbarn und Schulkameraden erlebt, nachdem sein Vater sich getötet hat. Manches verletzt, anderes ist tröstlich. Sehr einfühlsam sind auch die farbigen Illustrationen.



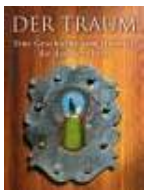
Holzmann, Angela: **Trauer-
notizbuch - Ein Buch für
die L(i)ebenden.**
200 Seiten,
Don Bosco Verlag,
ISBN 978-3-7698-1790-4

Dieses Trauer-Notizbuch zum Lesen und Betrachten, zum Hineinschreiben, Bemalen oder Bekleben, zum Klagen und zum Trost finden hilft, Abschied zu nehmen und mit dem Verlust bzw. der Trauer weiterzuleben.



Schroeter-Rupiper, Mechthild:
Für immer anders. Das Haus-
buch für Familien in Zeiten der
Trauer und des Abschieds.
143 Seiten
Schwaberverlag
ISBN-10: 3796614566

In diesem Buch finden sich Anregungen, miteinander ins Gespräch zu kommen, damit Eltern ihre Kinder und Kinder ihre Eltern in ihrer je eigenen Trauer und Trauerreaktion verstehen können. Zudem bietet es Ideen für Eltern und Kinder, die Trauer gemeinsam zu gestalten.



James Bryan Smith: **Der Traum.**
Eine Geschichte vom Himmel,
die das Herz heilt.
220 Seiten, Gert Medien
ISBN: 9783865914934

Der erfolgreiche Autor Tim Hudson verliert nacheinander seine Mutter, seinen besten Freund und auch seine kleine Tochter. Tief erschüttert und voller Trauer gerät sein Glaube an einen liebenden Gott ins Wanken. Im Traum begegnet er im Himmel den Menschen, die seinen Glauben und sein Leben geprägt haben. Eine heilsame Reise beginnt ...

Film: Nokan, die Kunst des Ausklangs

Der Film erzählt die Geschichte eines jungen Mannes in Japan, der aus Versehen in ein „Reiseinstitut“ gerät und gegen alle Widerstände zum ernsthaften und engagierten Bestatter wird. Der Film erhielt 2009 einen „Auslands-Oskar“. Traurig und komisch zugleich, und sehr einfühlsam gespielt. Der Film ist als DVD erhältlich.

CD „Arion“ – neuromantische Klaviermusik

Karin Wührer-Schwinn, Klavier
14,95 €

zu beziehen über Frau Wührer, Tel. 089/359147

Karin Wührer-Schwinn spielt eigene Stücke, die sie nach dem Tod ihres Sohnes Arion komponiert hat. Sie sollen uns Kraft und Zuversicht schenken im Vertrauen auf die Engelwelt, die unsichtbar hinter unserer Alltagswelt steht und wirkt.

Veranstaltungen

Fortbildung

Trauer – Depression – Suizidalität

Sa, 25.9.10, 10 – 17 Uhr, Geschäftsstelle
Referent: Dr. David Althaus, Dipl.Psych.

Bei manchen Menschen kann ein schwerer Verlust in Depression münden. Wie erkennt man die Unterschiede zu normaler Trauer? Wie kann man einen depressiven Menschen unterstützen? Wie erkennt man Suizidalität und was kann man konkret tun?

Weitere Veranstaltungen:

www.verwaiste-eltern-muenchen.de
oder im Jahresprogramm, das Sie über die Geschäftsstelle beziehen können.

Redaktionsschluss für die Winterausgabe: 29. Oktober 2010

Wenn Sie an der Mitgestaltung unseres Wegbegleiters, der dreimal im Jahr erscheint, interessiert sind, melden Sie sich bitte bei Frau Claudia Schmid, Tel. 089 / 480 88 990.
E-Mail: verwaisteeltern.schmid@t-online.de

Impressum

Wegbegleiter für trauernde Mütter, Väter, Geschwister und Großeltern

Herausgeber:

Verwaiste Eltern München e.V.
St. Wolfgangs-Platz 9, 81669 München
Tel. 089/4808899-0, Fax 089/4808899-33

V.i.S.d.P.: Dorothea Böhmer
www.verwaiste-eltern-muenchen.de
E-Mail: VerwaisteEltern@t-online.de

Bankverbindung: Ligabank,
BLZ 750 90 300, Konto-Nr. 21 61 761

Redaktionsteam:

Dorothea Böhmer (Vorstand), Claudia Schmid (fachliche Leitung), Karola Kunstmann, Ulla Schneid

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nur die Meinung des Verfassers/der Verfasserin wieder.

Mitarbeiterinnen der Geschäftsstelle:

Leitung: Susanne Lorenz, Dipl. Soz. Päd. (FH)
Fachliche Leitung: Claudia Schmid, Dipl. Soz. Päd. (FH)
Information, Trauerbegleitung, Supervision
Projekt Vernetzung in Bayern: Elisabeth Schreyer, Psychotherapie (HPG) – Beratung, Trauerbegleitung
Projektkoordination „Primi Passi“: Elisabeth Berger
Verwaltungsarbeit: Grit Herrmann, Elisabeth Breidt

Vorstand (2009 – 2011)

1. Vorsitzender: Klaus Günter Stahlschmidt
 2. Vorsitzende: Freya von Stülpnagel
- Schriftführerin: Irmgard Götz
Kassenwart: Dorothea Böhmer
Beisitzer: Wilfried Brenner, Theresa Dehn, Hanny Höfelein