



WEGBEGLEITER

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

Sommer 2015

Liebe trauernde Mütter, Väter, liebe Geschwister und Großeltern, liebe Freunde und Förderer des Vereins,

im ersten Halbjahr 2015 gab es einen großen Moment, einmal inne zu halten und zurück zu blicken auf die Entwicklung des Vereins. Anfang des Jahres sind die Verwaisten Eltern 25 Jahre alt geworden: ein Vierteljahrhundert engagierter Begleitung und Unterstützung von Menschen, die ein Kind durch Tod verloren haben. Sie finden in dieser Ausgabe eine Beilage, die wichtige Beiträge aus der 25-Jahr-Feier im Januar enthält.

Wir wünschen Ihnen die Kraft der Hoffnung auf dem weiteren Weg durch das Jahr.

***Vorstand, Geschäftsstellenleitung
und Redaktionsteam des Wegbegleiters***



„Wo Trauma ist, soll Trauer werden“ – von der Akutbetreuung zu Primi Passi

Die psychosoziale Akutbetreuung, wie sie z.B. in München durch die „Krisenintervention im Rettungsdienst“ (KIT-München) oder an anderen Orten auch von der Notfallseelsorge praktiziert wird, ist von ihrem Selbstverständnis her Bestandteil des Rettungsdienstes. Einsatzkräfte des Rettungsdienstes oder der Polizei erkennen bei Menschen, die mit dem plötzlichen Tod eines Angehörigen konfrontiert werden, einen Betreuungsbedarf bei Hinterbliebenen, der über das hinausgeht, was sie selbst an Betreuung leisten können.

Über die Rettungsleitstelle („112“) verständigen sie Menschen, die die psychosoziale Akutbetreuung noch im laufenden Rettungsdiensteinsatz übernehmen. Das ermöglicht ihnen, sich auf ihre originären Aufgaben wie Lebensrettung oder Todesermittlung konzentrieren zu können, aber trotzdem nicht die Angehörigen oder Hinterbliebenen sich selbst zu überlassen. Es dauert durchschnittlich etwa 30 Minuten, bis ein Mitarbeiter der Akutbetreuung an der Einsatzstelle eintrifft und die Bedürfnisse der Hinterbliebenen in den Blick nimmt.

Das Anliegen und das Ziel der Akutbetreuung liegt in einer ersten Stabilisierung: Zunächst stehen die Betroffenen völlig unter dem Eindruck des eben Erlebten und Erlittenen. Sie sollen in dem, was sie selbst zunächst oft als „Chaos“ erleben, die Erfahrung machen können, dass jemand für sie da ist und auf sie als Mensch mit ihren jeweiligen Bedürfnissen fokussiert ist. Am Ende der Akutbetreuung, die selten länger dauert als drei oder vier Stunden, steht die Frage, wie es mit und nach dem, was geschehen ist, weiter geht. Hier zeigt sich, dass die psychosoziale Akutbetreuung eng verwandt ist mit der rettungsdienstlichen Arbeitsweise: Rettungsdienst und Notfallmedizin stabilisieren den Patienten, damit er anschließend in eine Einrichtung verbracht wird, in der er diagnostiziert und dann therapiert wird. Ebenso die Akutbetreuung: Es geht um eine erste Stabilisierung, um dann den Betroffenen nach Bedarf an eine Einrichtung zu verweisen, die weiter für ihn sorgt. Doch damit endet das Bild vom Rettungsdienst in der Akutbetreuung. Während in der Notfallmedizin der Rettungswagen den Patienten ins Krankenhaus bringt, muss der Betroffene nach der Akutbetreuung selbst die Kraft und Energie aufbringen, sich an eine entsprechende Einrichtung zu wenden. Der Mitarbeiter der Krisenintervention oder der Notfallseelsorge bringt ihn dort physisch nicht hin. Und wir wissen: umso stärker ein Mensch durch das Erlittene traumatisiert ist, umso weniger ist er von sich aus in der Lage, sich selbst die benötigte Hilfe zu organisieren.

Hier kommt Primi Passi in den Blick: Nach einigen Jahren Einsatzerfahrung von KIT-München stellte sich zunehmend heraus, dass es betroffenen verwaisten Eltern in der Regel sehr schwer fällt, sich bald an eine weiterführende, qualifiziert begleitende Einrichtung zu wenden. Dies geschah früher selten vor der Beerdigung. Doch gerade in den Tagen bis zur Beerdigung geht es um Entscheidungen, die von zentraler Bedeutung für die Trauer und ihren weiteren Verlauf sind. Bestatter erweisen sich leider nicht immer als die richtigen Ratgeber, nur wenige Bestatter haben tatsächlich die speziellen Bedürfnisse verwaister Eltern im Blick und gehen menschenfreundlich auf sie ein.

Primi Passi schließt genau diese Lücke: Nach der Akutbetreuung kam früher nur noch ein Bestatter zu den verwaisten Eltern nach Hause. Seitdem es Primi Passi gibt, kommt am Tag nach dem Tod eines Kindes bei Bedarf ein erfahrener Begleiter zu den betroffenen Eltern, der sie behutsam unterstützt und sie ermutigt, ihre eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen und sie – soweit möglich – umzusetzen.

Als Sprecher der Landeszentralstelle Psychosoziale Notfallversorgung im bayerischen Staatsministerium des Innern bin ich dankbar, dass sich Primi Passi dieser wichtigen Aufgabe stellt, das Zeitintervall zwischen der Akutbetreuung und einer ersten Kontaktaufnahme mit Einrichtungen der psychosozialen Regelversorgung zu überbrücken. Von Herzen gratuliere ich diesem ehrenamtlichen Dienst zu seinem 10jährigen Bestehen! Ich wünsche uns eine weitere Intensivierung der Vernetzung gerade auch in Regionen in Bayern, wo weiterführende Angebote für verwaiste Eltern dünner gesät sind.

Dr. Andreas Müller-Cyran

*Diakon, Erzdiözese München und Freising,
ehrenamtlicher Sprecher der Landeszentralstelle
Psychosoziale Notfallversorgung im bayerischen
Staatsministerium des Innern*

Erfahrungsberichte

Die Kultur einer guten Trauerbegleitung muss entwickelt werden

Da sein – nicht ausweichen – offen ansprechen – mitfühlend sein

Sehr bewegt und in tiefem Mitgefühl für alle Opfer und Hinterbliebenen der aktuellen Flugzeugkatastrophe schreibe ich an diesen Zeilen.

Ständig kommen neue Eltern zu unserem Kreis hinzu und erleben die Stunde Null, die ihr Leben in zwei Hälften teilt, eines davor und eines danach – und für immer verändern wird.

Was brauchen Hinterbliebene für ihre Trauer, um das Unbegreifliche und Unfassbare begreiflich zu machen? Ein Versuch von hilfreichen Antworten wird in den Medien derzeit von erfahrenen Trauma-Therapeuten gegeben. Bei plötzlichen und absolut unfassbaren und unbegreiflichen Schock-Erlebnissen ist es erst einmal wichtig, die Angehörigen zu „bemuttern“ und existenzielle Grundbedürfnisse zu stillen, sei es, sie in eine Decke zu hüllen, ihnen zu essen und zu trinken zu geben und einfach nur „da zu sein“. Nicht mehr und nicht weniger.



Unsere Familie nähert sich nun in wenigen Wochen dem dritten Jahrestag unseres Sohnes Daniel. Auch er hat sein Leben in den Bergen gelassen. Mir ist es seitdem ein großes Anliegen, gesellschaftlich aufzuklären, was Trauernde brauchen. Denn ich habe selbst erlebt, wie schwer sich unser Umfeld mit solch einem Schicksal tut. Der Tod und die Trauernden sind immer noch ein Tabuthema. Wenn es so aktuell ist, wie gerade in den Schlagzeilen, dann wird es für kurze Zeit zum öffentlichen Thema. Doch wie schnell ebbt dann die Aufmerksamkeit der Allgemeinheit wieder ab – weil sie zur Tagesordnung übergeht? Nicht so die Hinterbliebenen. Ich kann heute nach den letzten Jahren sagen, dass vieles von dem, was in der ersten Zeit so wichtig war, auch in den folgenden Jahren wichtig bleibt. Ja, Jahren! Nicht nur in der ersten Zeit oder dem maximal „erlaubten“ Trauerjahr, sondern weit darüber hinaus. Sicher, unser Essen können wir inzwischen wieder selber kochen und die meisten haben auch das Wieder-Hineinwachsen in das „normale“ Leben einigermaßen geschafft. So sieht es zumeist für Außenstehende aus. Doch dieses Leben ist und bleibt ein anderes. Und wir wünschen uns so sehr euer weiteres Mitgefühl! Mit Achtsamkeit und Respekt gesehen, behandelt und gewürdigt zu werden in unserem neuen, anderen Leben, ohne all die verletzenden Redewendungen, wie „die Zeit heilt alle Wunden“, „das Leben muss weitergehen“, „hast ja noch andere Kinder“. Denn die Lücke des fehlenden Kindes bleibt bestehen, auch wenn es wieder schön werden kann mit den lebenden Kindern und/oder der Restfamilie oder den Freunden. Ein Platz am Tisch bleibt leer – für den Rest unseres Lebens. Und das ist ein neues, frem-

des und ganz anderes Leben, das erst gelernt und immer wieder ausgehalten werden muss. Das gelingt zu manchen Zeiten ganz gut und dann tut es wieder schrecklich weh. Ein Leben, das man so niemals (er-)leben wollte, sondern das einem das Leben zugemutet hat.

Wer dann noch nach Jahren mitfühlen kann und versucht zu verstehen, dass der Tod eines Kindes eine lebenslange Veränderung für die Hinterbliebenen bedeutet, würdigt und respektiert, dass der Hinterbliebene nicht mehr „der alte“ oder „wieder normal“ werden kann. Das ist ein wahrer Freund, wer erkannt hat, dass es für diesen Verlust keinen Ersatz gibt und je geben wird. Der hat verstanden, dass er nicht über „alles“ hinwegtrösten kann, dass ein Teil ungetröstet bleibt und dass es vor diesem Teil Demut braucht – weil man da einfach nichts tun kann.

Und genau das ist für unsere Welt und was die meisten über sie gelernt haben so schwer. Denn hier stößt sie mit ihrem gerne gepredigten Leistungs- und Machbarkeitswahn und dem entsprechenden Allmachtsglauben an ihre Grenzen. Hier betritt sie das Land der Ohnmacht und Hilflosigkeit. Doch genau das erleichtert die Begleitung in Wahrheit, denn im Grunde muss der Begleiter viel weniger tun und machen, als er allgemein denkt. Liebevoll da sein, Mitgefühl und Nähe zeigen, statt Besserwissen oder Ratschläge zu etwas zu geben, wozu er selbst gar keine Erfahrung hat. Das ist alles. Und wenn er unsicher ist, dann sollte er auch das kommunizieren, denn gerade ein offenes und ehrliches Gespräch schafft Nähe und Verbindung.

Wer sich so auf den Tod und einen Hinterbliebenen einlassen kann und diesen Mut hat, nicht davor wegzulaufen, der erhält zudem ein großes Geschenk für sich selber. Denn auch er wird eines Tages Verluste erleben und irgendwann am Ende seines Lebens selber Abschied nehmen müssen. Wer sich zu Lebzeiten damit auseinandergesetzt hat, für den wird es dann sicher ganz anders sein, als wenn er bis dahin im allgemein üblichen Anti-Aging-Wahn das Gesetz der Vergänglichkeit nur verdrängt hat und glaubt, gestorben wird nur bei den anderen.

Wer als Hinterbliebener das Glück hat, wenigstens einen solchen Menschen an seiner Seite zu wissen, der darf sich über dieses besondere Geschenk sehr freuen!

Helene Schmid

Trauerbegleiterin und Meditationslehrerin

Ein Stein für uns Alle

Im Zimmer unseres Sohnes Daniel steht ein großes rundes Glas, angefüllt mit Muscheln, Sand und Steinen. Daniel hat sie gesammelt. Schon damals, als er sie kaum greifen und in die Hosentasche stecken konnte, hat er mit diesen Steinen seine liebsten Orte nach Hause getragen. Die Berge und das Meer und damit glückliche, erlebnisreiche Tage. Das Zimmer ist immer noch seines, auch wenn Daniel nicht mehr darin wohnt. Er ist vor zwei Jahren vollkommen überraschend plötzlich und ohne, dass es Rettung für ihn gab, an einer schweren Stoffwechsellentgleisung im Alter von 15 Jahren verstorben. Viele Dinge haben in den letzten Jahren langsam und Stück für Stück sein Zimmer verlassen, das gefüllte Glas steht neben anderen Erinnerungstücken weiter dort.

Aus dem Bedürfnis für Daniel, einen, seinen Stein zu finden, ist eine Suche geworden, die fast zwei Jahre gedauert hat. Wenn wir zurück blicken, wird uns bewusst, dass das, was wir im Außen für ihn tun wollten, sich auch in unserem Inneren vollzogen hat. Wir haben erkannt, dass alle diese Dinge: die Muscheln, der Sand, die Steine und der Grabstein ähnliche Geschichten erzählen. Sie weisen auf einen Ort, eine Empfindung, ein Erleben und eine Sehnsucht hin, die wir in uns tragen. Sie erzählen davon, dass wir schon als kleine Kinder lernen, dass wir an bestimmten Orten nur zu Besuch sind. Wir wissen offenbar, dass besonders die schönsten, die ewigen Plätze, die, von denen wir spüren, dass sie viel größer und schöner sind, als dass wir sie begreifen könnten, niemals in unseren



Besitz kommen können. So sammeln wir eine Muschel oder heben einen Stein, eine Feder auf, wissend, dass wir

damit diesen Ort, der zu einem Gefühl geworden ist, nach Hause tragen.

Foto: Christina Schipprack-Weiland

Seit Daniel nicht mehr mit uns am Tisch sitzt und wir dies nur ganz langsam und Schritt für Schritt als Realität anzuerkennen beginnen, haben wir ihn an jedem Ort gesucht. Manchmal ist er uns begegnet, besonders in der Natur, an den Orten, die er selbst so geliebt hat: Am Meer und in den Bergen, in dem Bussard, der sich vom Sommerwind über dem Wäldchen neben unserem Haus tragen lässt, in dem Duft der Maiglöckchen, die in unserem Garten blühen, in den Schneeflocken, beim Blick in den Sternen-

himmel, als Gegenüber und in uns. Jedes Mal waren diese Momente ein Geschenk und eine Verheißung, sehnsüchtig haben wir ihn um die nächste Begegnung gebeten.

Nun, seit der Grabstein steht, kommt ein neues Gefühl dazu: Ähnlich den Kieseln in der Hosentasche entsteht ein Erkennen, eine Bestätigung dessen, dass der Stein, den wir Daniel zuge-dacht haben, auf seinen Platz innerhalb und außerhalb unserer Familie verweist. Dass der Stein seinen festen Platz hat, ist beruhigend – wir beginnen mit Daniel zu leben, obwohl er nicht mehr mit uns ist und dann kam noch ein Gefühl dazu, dass es einen Raum um uns herum gibt, der so viel größer geworden ist, als dass wir dies begreifen könnten. Dieser Raum verbindet uns mit ihm und wir fühlen uns von ihm auf eine neue Weise berührt.

Christina Schipprack-Weiland

Gedichte und Texte

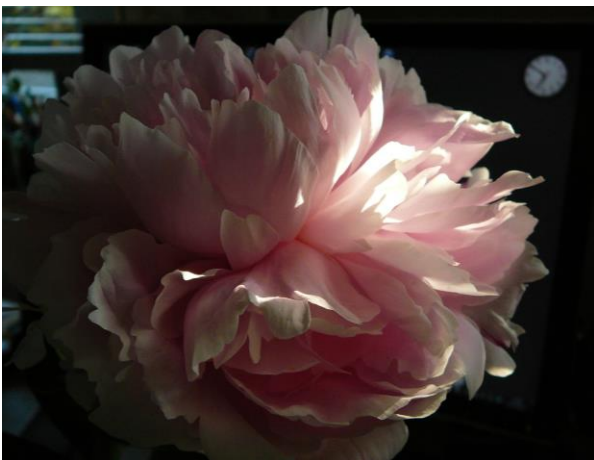
Licht sein für Eltern in Trauer

Deine Trauer wird ein langer Weg sein.
Ich möchte gerne dann und wann
ein paar Schritte mit Dir gehen,
wenn Dein Weg besonders unwegsam
vor Dir liegt.

Ich kann Deine Einsamkeit nicht
von Dir nehmen, aber Du sollst wissen,
dass ich Dir in Deiner Trauer nahe bin,
soweit das ein Mensch sein kann.

Bis Du wieder Licht siehst
und Dein Tag einen neuen Sinn findet.

Jörg Zink



**Hoffen bedeutet
das Gute zu erwarten;
weil es möglich ist.**

Detlev Dehn

Aus der Region

Man muss mit allem rechnen, auch mit dem Guten!

Verwaiste Eltern Rosenheim sind Preisträger 2014 der Initiative „HelferHerzen – Der dm-Preis für Engagement“



Foto: Dirk Scholz

Am 9. Oktober 2014 war es soweit. Wir fuhren zur dm-Filiale nach Bad Endorf, um unseren Preis entgegenzunehmen. Die Filialleiterin, Frau Brigitte Zimmer, begrüßte uns freundlich. Um kurz nach 17.00 Uhr waren alle sechs Preisträger der Landkreise Rosenheim und Miesbach versammelt und es ging los. Frau Zimmer mit ihrem Team hatte sich viel Mühe gegeben, um einen feierlichen Rahmen herzustellen. Die Übergabe der Auszeichnung war so berührend und herzergreifend und mit einer hohen Wertschätzung unseres Ehrenamtes verbunden, wie wir es noch nie erlebt haben. Wir sind öffentlich noch nie so geehrt worden. Es war so respektvoll und voller Achtung. Das hörte man und das spürte man. Die Statue der Künstlerin Hannelore Langhaus, ein Chor, die Blumen, der Scheck über 1.000 Euro, alles war da. Auch die Jury, die uns ausgewählt hatte, im Namen der Drogeriemarktkette dm, der deutschen UNESCO, des Naturschutz- und des Kinderschutzbundes sowie politische Vertreter waren vollzählig dabei.

Danach gab es ein liebevoll gemachtes Tortenbuffet, Kaffee und Getränke und ein zwangloses Beisammensein zwischen Beteiligten und Gästen. Wir tauschten uns aus und fuhren später, erfüllt von tiefer Dankbarkeit und Zufriedenheit nach Hause. Wir spürten, dass es gut tut, gesehen zu werden. Man muss mit allem rechnen, auch mit dem Guten!

Sigrid und Dirk Scholz
Gruppenbegleiter Verwaiste Eltern Rosenheim

Aus „Stolpersteinen“ wurden „Steine des Lebens“

Ein neues gelungenes Projekt „Steine des Lebens“ wurde im September 2014 im Regenbogenwald am Falkenegg in Coburg seiner Bestimmung übergeben.

Zentrum des Regenbogenwaldes ist eine sternförmig formierte Gruppe massiver und markant geformter Baumstämme. Auf ihnen schweben

anscheinend die „Steine des Lebens“, die ganz individuell den verstorbenen Kindern, Enkeln und Geschwistern gewidmet sind.

Es war eine Gemeinschaftsarbeit betroffener Familien. Die Steine wurden mit Symbolen, Namen und Datum versehen.

Warum haben wir Steine als Ausdruck der Trauer gewählt? Der Weg der Trauer ist doch ohnehin schon steinig genug, werden manche sagen. Der Stein ist aber noch mehr. Er ist fest, stabil und nützlich. Er gibt Schutz und Sicherheit. Und jeder Stein ist einzigartig.

So waren und bleiben unsere Kinder einmalig und unauslöschlich in unseren Herzen.



Foto: Alina Hoffmann

Die bemalten Steine, oft mit einem Regenbogen versehen, sind ein Zeichen lebendiger Beziehung.

Am Regenbogenwald ist Raum für die Steine der Trauer, der Hoffnung und des Lebens. Dieser Ort ist ein Ort der Gewissheit, dass unsere Kinder nicht verloren sind, sondern ein Teil einer anderen Realität.

Die Erinnerungsskulptur lädt alle Besucher ein, sich auf den Stämmen, die Sitzgelegenheiten bieten, nieder zu lassen und den Blick zum Himmel, zu den Bäumen, den Steinen und der Landschaft schweifen zu lassen.

Es ist ein herrliches Stückchen Erde mit Blick zu Schloss Callenberg bis hinunter zum Goldbergsee. Mitten im pulsierenden Leben. Ein Besuch dieses besonderen Ortes lohnt sich.

Helga Knirsch
Verwaiste Eltern Coburg

Ein Jahr Offene Gruppe Unterschleißheim

„Das ist wohl das Schlimmste, was einem im Leben passieren kann – ein Kind zu verlieren!“ Diesen Satz haben mein Mann und ich nicht nur einmal gehört, nachdem unsere älteste Tochter Judith mit noch nicht einmal 15 Jahren im September 2011 plötzlich und unerwartet während eines gemeinsamen Urlaubs an einem Herztod verstarb. Die Anteilnahme an unserem

Leid war zunächst überwältigend. Aber schon nach kurzer Zeit stellten wir fest, dass nicht alle unsere Aktionen und Reaktionen verstanden wurden. Wir waren aus der Zeit gefallen, „verrückt“, während für die anderen das Leben wie gewohnt weiterging.

Die offene Gruppe in München war eine Stunde Fahrweg entfernt, und weil wir so kurz nach Judiths Tod unsere beiden jüngeren Kinder Manuel und Anja (damals 13 und 10 Jahre alt) nicht allein lassen wollten, dachten wir irgendwann an die Gründung einer eigenen Gruppe im Norden von München.

Nach einem ersten Anlauf im Frühjahr 2013 hatten wir zunächst keine Kraft mehr, weiter aktiv zu werden. Doch der zweite Anstoß kam durch den Tod unserer 23jährigen Nichte durch die gleiche Krankheit. Ein Gespräch mit Frau Lorenz in der Geschäftsstelle und die Bereitschaft von Frau Böhmer, die Gruppe als Trauerbegleiterin zu leiten, halfen uns, eine neue Gruppe in einem Raum der Pfarrei St. Ulrich in Unterschleißheim zu gründen. Im März 2015 begann ich selbst eine Ausbildung als Trauerbegleiterin.

Bereits seit Januar 2014 treffen sich nun also bis zu zehn Mütter und Väter, die ein Kind verloren haben, jeden vierten Mittwoch im Monat um 19 Uhr im Pfarrheim von St. Ulrich, um ihre Erfahrungen auszutauschen – unabhängig von Alter, Geschlecht, Familienstand und Konfession. Eigentlich handelt es sich um eine offene Gruppe, aber seit Beginn sind wir ein relativ fester Kreis aus Ober- und Unterschleißheim und Neufahrn. Wir würden uns aber sehr freuen, wenn noch mehr zu uns stoßen würden – auch wenn wir natürlich hoffen, dass dafür nicht erst ein Kind sterben muss.

Meinem Mann und mir tut es unendlich gut, zu sehen, dass wir nicht verrückt sind, sondern dass alle von ähnlichen Problemen berichten. Wir tauschen uns über Themen aus, die man mit keinem „normalen“ Menschen bereden könnte. Durch die Erfahrungen der anderen erhalten wir Hilfe und Lösungsansätze, aber auch die Gewissheit, dass wir Judiths Tod wohl nie ganz verwunden werden. Die Gruppe hilft uns aber dabei, die schmerzvolle Erfahrung in unser Leben zu integrieren und mit ihr leben zu lernen.

Ruth Biller

Mittendrin im Leben

Seit einem Jahr nun trifft sich unser Stammtisch in einer alteingesessenen Gaststätte in Neufahrn. Wir sind mittlerweile fünf Paare und eine alleinstehende Mutter, die die Erfahrung verbindet, ein Kind verloren zu haben. Wir essen gemeinsam, tauschen unsere Erfahrungen aus

und können auch gemeinsam lachen. Da sich in dem Lokal auch andere Stammtischrunden treffen und dort Karten gespielt wird, geht es manchmal recht lebhaft zu und die Unterhaltung wird für einige bisweilen anstrengend. Das veranlasste mich, das letzte Treffen in das Nebenzimmer zu verlegen. Dort war es deutlich angenehmer, aber ich hatte nicht mit dem Protest unserer Männer gerechnet. Vehement bestanden sie darauf, beim nächsten Mal wieder in der Gaststube zu sitzen. Mittendrin im Leben. Vielleicht ein passendes Bild: Wir müssen unsere besonderen Erfahrungen ins normale Leben integrieren und wollen uns nicht ins Abseits begeben.

Dennoch ist es auch wichtig, den leisen Tönen Raum zu geben, die im Lärm des Alltags unterzugehen drohen. Wir werden deshalb einen weiteren Termin einführen, einen Trauer-Gesprächskreis am Nachmittag im geschützten Rahmen, in dem wir miteinander auch mal ein schönes Ritual begehen können. Dafür sind wir noch auf der Suche nach einem geeigneten Raum.

Wer sich dem Stammtisch am Abend anschließen möchte, ist herzlich willkommen. Wir treffen uns alle zwei Monate, am dritten Freitag um 19 Uhr im Gasthof Maisberger in Neufahrn/Obb. Der nächste Termin ist am 18. September 2015.

Johanna Blank
Verwaiste Eltern Neufahrn

Geschwister

Über die Trauer einer Schwester

Es ist nun über vier Jahre her, dass wir uns zum letzten Mal gesehen haben. Vier Jahre, geprägt von Trauer, Wut, Tränen, aber auch Freude, Zuversicht und Lachen. Und Einsehen. Resignation. Du fehlst. Du fehlst deinen Freunden, deinen Eltern, mir. Du fehlst auf dieser Welt. Und doch dreht sie sich weiter, ohne dich. Seit vier Jahren.

Trauer ist etwas Furchtbares. Vermissen ist ähnlich. Viele vermissen etwas, jemanden, der nicht mehr in unmittelbarer Nähe ist, der weggezogen ist. Die entlaufene Katze, den Sommer, das Meer. Trauer geht tiefer. Wir betrauern, was nicht mehr ist, was nicht mehr wiederkommt. Du kommst nicht mehr wieder.

Trauer macht Angst. Sie lähmt. Sie nimmt sich unsere Seele, unseren Körper. Keiner weiß, wann wir sie wieder zurück bekommen. Bis wir lernen, dass wir nie wieder so werden wie früher. Trauer verändert.

Vor vier Jahren dachte ich, Trauer ist wie ein gefrorener See, über den man gehen muss. Mal schlittert man gekonnt und sicher dahin, mal wird das Eis dünn, man wird vorsichtiger. Manchmal bricht das Eis, man bricht ein und muss versuchen, sich wieder aus dem eiskalten Wasser heraus zu kämpfen. Alleine schafft man das nicht immer, man braucht Freunde oder sogar Profis, die helfen.

Heute weiß ich, Trauer ist kein See. Es geht nicht darum, das Ufer zu erreichen. Trauer ist ein Fluss, ein gefrorener Fluss. Man muss lernen, Schlittschuh zu laufen.

Doch gleichzeitig kann Trauer sehr positiv wirken. Sie macht uns stark. Sie hilft uns, mit dem Schicksal umzugehen, zu akzeptieren. Sie zeigt uns, wie bedingungslos und stark unsere Liebe ist. Wie sehr wir lieben können.

Charlotte Horsch

Was los war

„Oskar und die Dame in Rosa“ – Benefizveranstaltung für die Verwaisten Eltern

Am 10. Februar 2015 um 20 Uhr fand im Stemmerhof in München-Sendling die Benefizvorstellung „Oskar und die Dame in Rosa“ anlässlich des deutschen Hospiztags statt. Das Theaterstück nach dem gleichnamigen Bestseller von Éric-Emmanuel Schmitt wurde von der Schauspielerin und langjährigen Hospizhelferin Anita Keller liebevoll inszeniert. „Entweder ist Gott böse, oder er ist eine Flasche!“, sagt der zehnjährige Oskar. Der unheilbar kranke Junge lernt, trotz Ängsten, Enttäuschungen und Verlusten mit Hilfe der einfallsreichen alten Dame in Rosa alle Stadien des Menschenlebens zu durchwandern. Nachdem Oskar dem lieben Gott in Briefen seine Gedanken und Erlebnisse erzählt und mit seinen Eltern Frieden geschlossen hat, ist er am Ende einverstanden, zu gehen.

Der Erlös der Benefizveranstaltung in Höhe von 600 Euro ging an die Verwaisten Eltern. Wir bedanken uns sehr herzlich bei Anita Keller!

Nina Markus

Barbara Stamm lädt Verwaiste Eltern zum Besuch in den Landtag ein

In ihrer Laudatio zur 25-Jahr-Feier der Verwaisten Eltern im Januar 2015 lobte Barbara Stamm, Präsidentin des Bayerischen Landtags, die Arbeit der Verwaisten Eltern in besonderer Weise: „Wenn es Sie nicht schon gäbe, müsste man Sie sofort neu erfinden!“ Und dass sie die Verwaisten Eltern gerne mal zu sich in den

Landtag einladen möchte. Am 18. Mai 2015 wurde eine Gruppe von 25 Personen aus dem Vorstand, den Mitarbeitern und Ehrenamtlichen von Gisela Eitel, zuständig für das Protokoll, empfangen und durch das Maximilianeum geführt. Die Stationen: Plenarsaal, Senatssaal, Galeriesaal. Hier waren die noch erhaltenen Stücke der Gemäldegalerie des Gründers, König Max II, zu bewundern. Darunter die beeindruckende „Seeschlacht bei Salamis“ von Wilhelm von Kaulbach (1868).



Foto: Bayerischer Landtag

Im Anschluss gab es für unsere Delegation ein Essen im Bayernzimmer der Landtagsgaststätte. Hier konnte sich auch Frau Stamm hinzugesellen, so dass wir Gelegenheit zum persönlichen Gespräch hatten. Die verwaisten Eltern bedanken sich herzlich für die Einladung und die damit verbundene Ehrung.

Detlev Dehn

Aus der Geschäftsstelle

Mitgliederversammlung am 23. März 2015

Zunächst stellte der Vorstand die Themen dar, mit der er sich im letzten Jahr befasst hat.

Dann wurde der Jahresabschluss für das Jahr 2014 präsentiert. Dank hoher Spenden war das Geschäftsjahr 2014 positiv. Da einzelne große Spenden dabei waren, kann damit in Zukunft nicht wieder gerechnet werden. 2015 wird laut Plan wieder negativ werden, so dass der Verein weiterhin auf Spenden angewiesen ist. Der Verein würde Spender brauchen, die ihn auf Dauer unterstützen, um mehr Planungssicherheit zu erreichen. Wenn ein Mitglied hierzu eine Idee hat, bitte der Geschäftsstelle melden.

Der Vorstand wurde einstimmig entlastet.

Frau Lorenz, Geschäftsstellenleiterin, stellte dann die Arbeit der Geschäftsstelle vor.

Der Verein hat eine neue Internetadresse: www.ve-muenchen.de

Neue Leiterin von Primi Passi ist jetzt Brigitte Festl. Im Jahr 2014 gab es 30 Einsätze.

Für Primi Passi werden immer neue ehrenamtliche Mitarbeiter gesucht.

Abschließend wurde der Vorstand neu gewählt. Frau Maier und Herr Krähmüller haben sich nicht mehr aufstellen lassen.

Der Vorstand setzt sich nun zusammen aus:

Pfr. Klaus Günter Stahlschmidt, 1. Vorsitzender, Freya von Stülpnagel, 2. Vorsitzende, Michael Schiegerl, Kassenwart, Dr. Franziska Offermann, Schriftführerin, Veronika Blyszcz, Detlev Dehn, Friedrich Seitz, Beisitzende

Besonders erfreulich ist, dass mit Frau Blyszcz eine verwaiste Schwester in den Vorstand gewählt wurde.

Monika Sperl-Schiegerl

Dank an Ulla Schneid

Viele Jahre hat Ulla Schneid im Redaktionsteam mitgearbeitet und hat in den letzten Jahren dafür auch einen weiten Weg nach München auf sich genommen. Nun hat sie ihre ehrenamtliche Arbeit beendet und wir verabschieden uns von ihr mit einem großen und herzlichen Dankeschön!

Liebe Ulla, Du warst uns immer eine große Stütze. Wir wünschen Dir auf Deinem weiteren Weg von Herzen alles Gute!

Susanne Lorenz

Neue Mitarbeiterin Nina Markus

Seit Februar 2015 arbeite ich 15 Std./Woche in unserer Geschäftsstelle. Ich habe zwei Kinder im Alter von 19 und 15 Jahren. In den vergangenen 10 Jahren war ich in der Schulsozialarbeit tätig. Zu den Verwaisten Eltern bin ich durch meine Arbeit als Lehrerin und individuelle Lernbegleiterin gekommen, in der mir viele betroffene Familien begegnet sind. Dies hat mich dazu bewegen, 2014 die Ausbildung zur Trauerbegleiterin zu absolvieren.



Nina Markus

Der Verein hat seit einiger Zeit eine Präsenz bei Facebook, einer Informationsquelle über unsere Arbeit, unsere Angebote und Veranstaltungen.

Besuchen Sie uns bei Facebook unter:

<https://www.facebook.com/pages/Verwaiste-Eltern-und-trauernde-Geschwister-M%3%BCnchen-eV/225860300841841?sk=timeline>

Christina Enöckl

Bücher

Trauernde Jugendliche in der Familie von Stephanie Witt-Loers



Was fühlen und denken Jugendliche nach einem Verlust? Welche Sorgen und Ängste belasten sie? Sehr praxisnah informiert die erfahrene Trauer- und Familienbegleiterin über die besondere Phase der Pubertät, mit dem Schwerpunkt auf den Themen Trauer und Kommunikation, und gibt zahl-

reiche Hinweise zum Umgang mit trauernden Jugendlichen.

Vandenhoeck & Ruprecht, ISBN 978-3-525-40229-0

Marina - Diese Welt hat keinen Platz für mich Wie ein Mädchen in der Psychiatrie zerbricht



Die hochbegabte Marina wird ab der 7. Klasse gemobbt und gerät durch die dauerhafte Ausgrenzung immer mehr ins Abseits. Sie wird depressiv und beginnt eine ambulante Therapie. Sie folgt dem Rat der Therapeutin, Hilfe in einer offenen psychiatrischen Station zu suchen. Entgegen ihrer Erwartung bekommt sie dort keine Psychotherapie, die Depression verschlimmert sich. Als Marina Suizidgedanken äußert, wird sie in die geschlossene Abteilung verlegt. Die Zeit dort erleben Marina und ihre Eltern als Alptraum.

Mit diesem Buch erfüllen die Eltern Marinas letzten Wunsch, ihre Geschichte zu veröffentlichen, um anderen Menschen zu helfen, dass ihnen nicht das gleiche Schicksal widerfährt. Edition Fischer, ISBN 978-3-89950-819-2

Eine Reise von 1.000 Meilen beginnt mit dem ersten Schritt von Luise Reddemann Seelische Kräfte entwickeln und fördern



Welche Bedingungen tragen dazu bei, dass Menschen selbst mit schwersten Schicksalsschlägen fertig werden? Die bekannte Fachärztin für Psychotherapeutische Medizin Luise Reddemann berichtet in ihrem Büchlein von den langjährigen Erfahrungen, die sie mit ihren Patienten gemacht hat. So ist ein vielfältiger Strauß an Anregungen und Angeboten entstanden, der Menschen, die Schweres erlebt

haben, helfen kann, wieder auf die Füße zu kommen.

haben, helfen kann, wieder auf die Füße zu kommen.

Herder Verlag, ISBN 978-3-451-05919-3

Rezensionen von Astrid Gosch-Hagenkord
(vgl. *Angebote/Leihbücherei bei uns im Internet*)

Wie bekommen Sie den Wegbegleiter schneller, einfacher, kostengünstiger?

1. Gehen Sie auf unsere Internetseite www.ve-muenchen.de zur Rubrik: *Aktuelles > Anmeldung Newsletter*
2. Dort bestellen Sie unseren Newsletter, siehe Anmeldeseite. Dadurch erhalten Sie **automatisch** auch den *Wegbegleiter*, da wir ihn an den Newsletter anhängen.
3. Wenn Sie an diesem Verfahren teilnehmen, **ersparen Sie uns** das Versenden des Wegbegleiters und damit erhebliche **Portokosten**.
4. Selbstverständlich können Sie dann auch weiterhin den *Wegbegleiter* in der Geschäftsstelle im Original mitnehmen.

Veranstaltungen

Angebot für Familien: Trauergruppe mit Kinderbetreuung und Jugendangebot, einmal monatlich donnerstags, 18.00 bis 20.00 Uhr. Nächster Termin: 16. Juli 2015

Treffen für Längerbetroffene am 27. Juli, 28. September und 30. November 2015 jeweils um 19.00 Uhr

Monatlicher Abendgottesdienst für trauernde Eltern und Geschwister am 28. Juli, 29. September, 24. November 2015 um 18.30 Uhr im Münchner Dom (Sakramentskapelle)

Bergmesse bei der Wallfahrtskirche Maria Schwarzlack am 19. September 2015, 11 Uhr

Impressum

Wegbegleiter für trauernde Mütter, Väter, Geschwister und Großeltern

Herausgeber: Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister München e.V., St.-Wolfgang-Platz 9, 81669 München, Tel. 089/480 88 99-0
E-Mail: info@ve-muenchen.de

www.ve-muenchen.de

www.facebook.com/pages/verwaiste-eltern-und-trauernde-geschwister-muenchen-ev-de

Bankverbindung: LIGA Bank, IBAN: DE22 7509 0300 0002 1617 61
BIC: GENODEF1M05

Redaktionsteam: Dorothea Böhmer, Heinz Brockert, Detlev Dehn, Susanne Lorenz, Monika Shah, Monika Sperl-Schiegerl, Ille Sophie Schalk

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

V.i.S.d.P.: Detlev Dehn

Fotos: Bayerischer Landtag, Alina Hoffmann, Christina Schipprack-Weiland, Dirk Scholz

Vorstand 2015 – 2017 1. Vorsitzender: Klaus Günter Stahlschmidt, Stellv. Vorsitzende: Freya v. Stülpnagel, Schriftführerin: Dr. Franziska Offermann, Kassenwart: Michael Schiegerl, Beisitzende: Veronika Blyszcz, Detlev Dehn, Friedrich Seitz

Redaktionsschluss für die Winterausgabe des Wegbegleiters:

5. Oktober 2015

Wenn Sie an der Mitgestaltung unseres Wegbegleiters interessiert sind, melden Sie sich bitte in der Geschäftsstelle, Tel. 089/ 480 88 99 - 0

E-Mail: info@ve-muenchen.de