

Thema: Trauerbegleitung

Handreichung zum seelsorglichen Auftrag und zu Entlastungsmöglichkeiten in der Trauerbegleitung

Beerdigungen und Trauerfeiern gehören zum gemeindlich-pastoralen Alltag. Normalerweise geht diesem Kasus ein Beerdigungsgespräch voraus. Kolleginnen und Kollegen treffen hier auf Hinterbliebene, die mit dem voraussehbaren oder plötzlichen Tod ihres Angehörigen konfrontiert sind. Trauer ist eine normale und notwendige psychische Reaktion auf einen Todesfall. Sie ist unerlässlich, um irgendwann einmal mit diesem Verlust Frieden zu finden. Trauer besteht aus Traurigkeit, seelischem – mitunter auch körperlichen Schmerz – manchmal aus Schuldgefühlen, Scham, Angst und auch aus Wut. Trauer dauert unterschiedlich lange. Es gehört zu den Kernkompetenzen der Kirche, Trauernde seelsorglich zu begleiten. Gerade in der ersten Zeit der Trauer – bis zur Bestattung, kommt dem oder der kirchlichen Amtsträgerin eine wesentliche Funktion zu. Als eine Art Lotse in dieser sogenannten Schleusenzeit (R.Smeding) können Pastorinnen und Pastoren dazu beitragen, dass die Zeit bis zur Trauerfeier für einen bewussten und gestalteten Abschied von dem Verstorbenen genutzt wird. Eine aktive Mitwirkung in dieser Zeit und bewusst Abschied zu nehmen kann sich, wie Untersuchungen zeigen, positiv auf die Trauerverarbeitung auswirken. Für die Trauernden geht es darum, den Tod im wahrsten Sinne des Wortes zu „begreifen“. Ritual und Seelsorge gehören zu den ureigensten Kompetenzen kirchlicher Arbeit. Sie helfen dazu, das Unfassbare fassbar zu machen und vermitteln die Erfahrung, dass Kirche gerade auch in Lebenskrisen präsent ist und sein will.

Der Ak Hospiz und Palliativ der ev. luth. Landeskirche Hannovers möchte mit dieser Handreichung auf die Notwendigkeit seelsorglicher Trauerbegleitung hinweisen, aber auch Möglichkeiten der Entlastung für Kolleginnen und Kollegen im gemeindlichen Alltag aufzeigen. Der AK ist ein landeskircheninternes Gremium, das zum einen die landeskirchliche Beauftragte für Hospizarbeit und Palliativmedizin berät und unterstützt, dessen Ziel es zum anderen ist, die kirchliche und hospizliche Arbeit zu vernetzen.

- Immer noch zu wenig bekannt ist es, dass Verstorbene bis zu 36 Stunden nach dem eingetretenem Tod in der eigenen Wohnung verbleiben können.
- Ebenso möglich ist es, im Krankenhaus Verstorbene in die häusliche Umgebung zu bringen.
Verstorbene dürfen allerdings nur durch einen Bestattungsunternehmer überführt werden.
- Der Tod muss beim Namen genannt werden. Der oder die Verstorbene ist nicht entschlafen oder entschlummert, sondern tot. Nur so kann das zunächst Unfassbare ins Bewusstsein dringen und zur Realität werden. Das gilt ebenso im Hinblick auf Kinder.
- Die Aussegnung ist ein spezifisch kirchliches Ritual. Rituale geben Fassung in fassungsloser Zeit und können in ungetrösteter Situation Hilfe und Kraft geben
- Menschen in Trauer sind empfindlich und manchmal erschöpft, aber grösstenteils froh, wenn sie auf ihr Ergehen hin angesprochen werden.

- *Haben Sie keine Angst, durch Fragen Leid auszulösen. Das Leid ist ohnehin in den Trauernden und sie sind meist dankbar, wenn sie es teilen können. Starke Emotionen können auch bei Ihnen Gefühle auslösen – Trauernde erleben solches Mitfühlen erfahrungsgemäß sehr positiv*
- *Machen Sie den Hinterbliebenen Mut, sich wirklich vom Leichnam zu verabschieden ihn anzufassen und zu sehen. Fragen Sie beim Beerdigungsgespräch nach, ob alle An- und Zugehörigen die Chance hatten, sich zu verabschieden – auch die Kinder, ermuntern Sie gegebenenfalls, ein Foto von dem Verstorbenen zu machen*
- *Bieten Sie die Möglichkeit der Aussegnung als gestaltete Abschiedsfeier an und weisen Sie immer wieder in Gemeindebriefen darauf hin.*
- *Bieten Sie an, den Abschied in der Kapelle oder im Aufbahrungsraum zu begleiten.*

Nachgehende Trauerbegleitung

Nach der Beerdigung beginnt eine andere Form der Trauerbewältigung. Ein Trauernachbesuch durch den Pastor, die Pastorin ca. 4 Wochen nach der Trauerfeier, ist wünschenswert. Trauernde können so erfahren, dass Kirche gerade in dieser Zeit für sie da ist und haben seelsorglichen Beistand, werden in ihrem „Ungetröstet-Sein“ gesehen. Durch Zeitknappheit und Überlastung kann es sein, dass es für Kolleginnen und Kollegen nicht immer möglich ist, diesen Nachbesuch zu machen.

Der AK Hospiz- und Palliativ weist darauf hin, dass in vielen Hospizgruppen einige Mitarbeitende zur TrauerbegleiterIn ausgebildet sind. Dieses Angebot ist keine Konkurrenz zum Pfarramt, sondern eine Ergänzung. Für den AK ist die Kooperation mit hospizlichen Diensten eine Möglichkeit, Hospizkultur und gemeindliche Seelsorge zu verbinden, gerade im Bereich der nachgehenden Trauer. Für die Gemeindepfarrämter kann dies Entlastung sein. Ebenso gibt es in vielen Kirchenkreisen Angebote von Trauergruppen oder Trauercafés. Erfahrungen zeigen, dass Hinterbliebene hier Rückenstärkung erleben und durch den Austausch in der Gruppe aus ihrer erlebten und gefühlten Isolation kommen.

- *Falls Sie es aus zeitlichen Gründen nicht schaffen, einen nachgehenden Trauerbesuch zu machen, versuchen Sie zumindest, die Angehörigen anzurufen. Für die Trauernden ist es wichtig, wahrgenommen und gesehen zu werden.*
- *Nehmen Sie Kontakt zum Hospizdienst in Ihrer Nähe auf (Adressen über die LAG-Niedersachsen: www.hospiz-nds.de) – Sie können kooperieren und die eventuell bestehende Möglichkeit der Trauerbegleitung durch den Hospizdienst in Anspruch nehmen.*
- *Informieren Sie sich über Angebote für Trauernde im Kirchenkreis. Durch einen „Trauerbrief“ können Adressen an die trauernden Angehörigen weitergegeben werden.*
- *Gestalten Sie – vielleicht einmal im Jahr – auf Gemeinde oder Kirchenkreisebene einen Hospizgottesdienst, in dem die Hospizidee vorgestellt wird, in dem Hospizmitarbeitende sich vorstellen und von ihrer Arbeit berichten. (Modelle für Gottesdienste demnächst auf dieser homepage)*

