

Pilotprojekt «Fortbildung in Trauerbegleitung» vor dem Abschluss

## Durch die Trauer ins Leben zurückfinden

**Wer Trauer durchlebt, erkennt darin die Kostbarkeit des Lebens. In der «Fortbildung in Trauerbegleitung» lernen die Teilnehmenden, Trauer als menschliche Grundfähigkeit zu verstehen. Elf Frauen und Männer schliessen im Oktober den ersten Lehrgang ab.**

«Trauer gehört wie die Freude zum Menschen», sagt Antoinette Brem. «Sie will durchlebt werden.» Brem hat erfahren, wie heilsam diese Erkenntnis für einen trauernden Menschen sein kann: «Sie erkennen: Aha, ich muss meine Trauer ja gar nicht loswerden. Meine Tränen dürfen fliessen.»

### Tabuthema Tod

Die Theologinnen Antoinette Brem und Barbara Lehner, Lebens- und Trauerbegleiterinnen, leiten die erste «Fortbildung in Trauerbegleitung», die neun Frauen und zwei Männer diesen Monat abschliessen. Die Teilnehmenden sind in der Seelsorge tätig, in der Pflege und Betagtenbetreuung, Behindertenseelsorge und Freiwilligenarbeit. An 24 Kurstagen, verteilt auf anderthalb Jahre, haben sie gelernt, Trauerprozesse zu verstehen und begleiten zu können. Sie liessen sich auf ihre eigenen Trauer- und Verlust Erfahrungen ein, erhielten Methoden und Rituale vermittelt, vertieften sich in erschwerte Trauerverläufe wie etwa nach einem Suizid und schrieben schliesslich eine Abschlussarbeit, in der sie das Gelernte auf ihren Alltag anwenden.

Dieser Wissenstransfer war der Landeskirche, die das Pilotprojekt ermöglicht, wichtig. Rita Gemperle beispielsweise, Pastoralassistentin in Kriens/Bruder Klaus, will in ihrer Pfarrei eine Trauergruppe aufbauen. Hugo Rauch, Betagten- und Behindertenseelsorger, erarbeitet ein Konzept für die Trauerbegleitung von Personal in Heimen und Einrichtungen. Und Barbara Meier-Tschopp, Pflegefachfrau im Kantonsspital und in der Weiterbildung von Sterbebegleitenden tätig, fragt in ihrer Arbeit, wie Pflegenden mit Sterben und Verlust Erfahrungen umgehen. Nach ihrer Erfahrung ist «der Tod immer noch ein Tabuthema».



«Trauer ist auch ein Ausdruck von Liebe»: Die Kursleiterinnen und drei der Teilnehmenden; (von links) Antoinette Brem, Rita Gemperle, Hugo Rauch, Barbara Lehner und Barbara Meier-Tschopp.

### «Uns fehlt eine Trauerkultur»

Trauerbegleitung heisst für Barbara Lehner vor allem, den Rahmen und Raum dafür zu schaffen, damit Trauer durchlebt werden kann. Grundlegend sei, den Ausdruck von Gefühlen zu unterstützen. Antoinette Brem sagt, ihr eigener Umgang mit Trauer habe sich geändert, als sie begonnen habe, sich ihrer Tränen in der Öffentlichkeit nicht mehr zu schämen. «Es ist für viele schon heilsam, in ihrer Trauer gesehen und wahrgenommen zu werden. Sie leiden darunter, sozusagen die Erlaubnis zum Trauern nicht zu haben.» Hugo Rauch stellt eine grosse Hilflosigkeit im Umgang mit Trauer im öffentlichen Raum fest. «Uns fehlt eine Trauerkultur.» Barbara Lehner erinnert daran, wie vor Zeiten Verstorbene bis zur Beerdigung zuhause aufgebahrt wurden, und beim Leichenzug auf den Friedhof nahm das ganze Dorf Abschied. Heute dagegen wird privat und in den Institutionen gestorben. Und hat die Trauer oft keinen Platz: «Alles, was den Alltag stört, soll schnell über die Bühne gehen.»

Für Barbara Lehner wie Antoinette Brem jedoch ist Trauer «ein Ausdruck von Liebe», für den es sich lohne, empfindsamer zu werden, weil er «zur Kostbarkeit des Lebens» führe. Hugo Rauch nickt – und lacht: Die Fortbildung habe seine eigene Lebensperspektive geweitet. «Meine eigene Lebendigkeit ist in dieser Zeit viel grösser geworden.»

*Dominik Thali*

**Die Fortbildung schliessen mit dem Zertifikat ab:** Marie-Pierre Böni, Pfeffikon; Agnes Bossert, Langnau; Ursi Emmenegger, Malters; Rita Gemperle, Wolhusen; Barbara Meier-Tschopp, Kriens; Ruth Portmann, Sursee; Hugo Rauch, Luzern; Ursi Schneider, Flawil; Beatrice Schüpfer, Rickenbach; Pia Wagner, Hitzkirch; Patrick Zihlmann, Root.

**Der nächste Ausbildungsgang** beginnt im April 2009, Anmeldeschluss 31. Dezember 2008. Kursort ist das Haus Bruchmatt in Luzern.

Auskunft: Karl Mattmüller, 041 419 48 37, karl.mattmueller@lukath.ch