

"Man kann lernen, mit der Trauer zu leben"

Von Bernd Stobäus

"Man kann lernen, mit der Trauer zu leben"



Dorothea Stockmar (links) referierte zum Thema „Aus Trauersymbolen werden Hoffnungssymbole“ vor 100 Gästen des Hospiztages im Klinikum Peine.

Foto: Bernd StobäusGroßansicht

"Man kann lernen, mit der Trauer zu leben"



Rund 100 Besucher kamen am Samstag zum Hospiztag ins Klinikum Peine.

Foto: Bernd Stobäus

„Geh doch zum Arzt. Du hast doch noch ein Kind. Oder: Such Dir einen anderen Ehepartner.“ Nicht selten sind so oder ähnlich geschmacklos Reaktionen gegenüber denjenigen, die gerade einen Partner oder ein Kind verloren haben.

Dass man mit so einem tragischen Vorfall aber auch einfühlsam und unterstützend umgehen kann, zeigte der Hospiztag 2011 der Hospizbewegung Peine im Klinikum. Deren Vorsitzende Renate Wesener sagte zur Begrüßung am Samstagvormittag zu den 100 Gästen: „Wir freuen uns über das große Interesse am Thema, zumal die Veranstaltung im vergangenen Jahr ausfallen musste.“

Referentin des Tages war die 59-jährige Sterbe- und Trauerbegleiterin Dorothea Stockmar aus Celle, die seit 15 Jahren in der Hospizbewegung tätig ist. „Ich spreche zu ihnen als jemand, der weiß, wovon er redet“, sagte sie. „Aus Trauersymbolen werden Hoffnungssymbole“. Schließlich hätten sie und ihr Mann selbst einen 15-jährigen Sohn durch einen tragischen Unfall verloren.

Stockmar: „Aus der Trauer, die dann entsteht, entsteht auch Hilfslosigkeit. Doch Trauer beinhaltet auch viele Botschaften.“ So gelte es dann, einen eigenen Weg zu finden, um mit der neuen Lebenssituation fertig zu werden.

„Man sagt ja, wenn man ein eigenes Kind verliert, verliert man die Zukunft. Geht der eigene Partner, verliert man die Vergangenheit“, so die Trauerbegleiterin. Darüber hinaus verändere der Tod alles andere auch. Viele fühlten sich wie in Watte gehüllt, andere wie hinter einer gläsernen Scheibe. Viele sagen: „Es ist, als würde ich neben mir stehen.“ Trauer erfasse den ganzen Menschen, nicht nur einen Teil. „Und es ist auch nicht zu erwarten, dass es nach drei Jahren vorbei ist. Doch man kann lernen, damit zu leben.“

„Die Frage, was helfen kann, lässt sich jedoch nicht allgemein beantworten“, so Stockmar. Es gebe viele Möglichkeiten, mit der eigenen Trauer umzugehen. Man könne zum Beispiel Rituale finden, die an die Verstorbenen erinnerten. „Im Zimmer meines Sohnes haben wir jahrelang die Gardinen zugezogen.“ Oder man könne seine Gedanken aufschreiben, sie malen oder einfach Sport treiben um einen freieren Kopf zu bekommen. „Ganz wichtig ist, wenn möglich, mit anderen zusammen etwas zu machen. Denn gemeinsam kann man viel mehr erreichen.“

Service:

Die Hospizbewegung Peine ist ein eingetragener Verein, der 1995 gegründet wurde. Er finanziert sich aus Mitgliedsbeiträgen und Spenden, ist religiös und politisch unabhängig und ausschließlich ehrenamtlich tätig.

Die Ehrenamtlichen sind ausgebildet in Sterbe- und Trauerbegleitung. Der Verein lehnt alle Bestrebungen einer aktiven Sterbehilfe ab.

Die Hospizbewegung hat zahlreiche kostenlose, offene Angebote: Trauercafé; Lichtkinder (trauernde Eltern können sich einmal im Monat in einer Selbsthilfegruppe treffen); Vorträge; „Candlelight Day“ (am 2. Sonntag im Dezember findet der weltweite Gedenktag für verstorbene Kinder statt); Bücherei.

Samstag, 19.11.2011