

& TRAUERN GEDENKEN



TRAUER IM NETZ

Mehr Informationen zum Thema Tod und Trauer finden Sie auf der Website wirtrauern.de



Bild: TrauBe

Für Kinder in schweren Zeiten da sein

TrauBe begleitet Pänz nach dem Tod eines Nahestehenden – Auch in Zeiten der Corona-Krise

Ein Kind kann es oftmals nur schwer begreifen, wenn eine nahestehende Person plötzlich verstirbt. Es reagiert nicht wie Erwachsene, die Trauer wird in anderer Form ausgedrückt. Für Eltern oder Erziehungsberechtigte kann dieser Zustand zu großen Sorgen führen, da sich ein Kind durch ein traumatisches Ereignis womöglich komplett zurückzieht und sich damit in seinem Wesen auf einen Schlag stark verändert. Um Menschen in einer solch schwierigen Situation zu helfen, wurde im September 2011 der Verein TrauBe gegründet. Dort werden Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene nach dem Tod eines Nahestehenden in Gruppen und im Dabeisein von Experten bei ihrer Trauer begleitet.

Erste Kontaktaufnahme

Um zu verstehen, auf welche Weise bei TrauBe gearbeitet wird, werden Kinder und ihre Erziehungsberechtigten zunächst zu einem gemeinsamen Kennenlerngespräch eingeladen. Dabei entscheidet sich, ob sie das Angebot wahrnehmen wollen oder nicht. Ist das der Fall, werden die Pänz Teil einer zwölf Personen starken Gruppe, die sich alle 14 Tage anderthalb Stunden lang trifft und von sechs professionellen Trauerbegleitern betreut wird. Zudem bestehen zwei Gruppen für Jugendliche im Alter von zwölf bis 17 und vier Gruppen für junge Erwachsene, die 18 bis 27 Jahre alt sind und sich für zwei bis drei Stunden treffen. „Wir begleiten Kinder und ihre Angehörigen eine Weile auf ihrem Trauerweg, indem wir ihnen Möglichkeiten aufzeigen, ihrer Trauer Ausdruck zu geben. Zum Beispiel durch kreative Angebote, die wir machen“, erklärt TrauBe-Vorstandsmitglied Johanna Koslowsky. „Bei TrauBe erfahren die Kinder aber auch, dass es



Kreativ tätig zu sein, kann den Betroffenen dabei helfen, das Erlebte besser zu verarbeiten
Bilder: TrauBe

andere Gleichaltrige gibt, die dasselbe Schicksal haben. Wir fördern das Erinnern an den Verstorbenen und wir lassen alle Gefühle zu. Das ist zu Hause oft nicht möglich, wenn Kinder Mama oder Papa nicht noch trauriger machen wollen, als er oder sie es ohnehin schon ist. In unseren Räumen können sie hingegen alles tun: toben, lachen oder das Aufgestaute rauslassen.“ Die Erwachsenen kommen währenddessen im Angehörigenzim-

mer zusammen und tauschen sich über ihre eigenen Trauerthemen aus. Diese Runde wird ebenfalls von einer Trauerbegleiterin geleitet. Koslowsky: „Auf diese Art setzen sich bei uns nicht nur die Kinder, sondern auch die Erwachsenen mit der eigenen Trauer, aber ebenso mit den Unsicherheiten im Umgang mit ihren trauernden Kindern auseinander. Für beiden Seiten kann das dauerhaft eine deutliche Erleichterung bedeuten.“

Betreuung per Video

In Zeiten der Corona-Krise werden dabei besondere Vorsichtsmaßnahmen getroffen. Ein Kennenlernen kann deshalb auch per Anruf oder Videocall stattfinden. Bei den Gruppenzusammenkünften wird zudem so oft wie möglich versucht, die Veranstaltungen draußen stattfinden zu lassen, wobei die Mindestabstände stets eingehalten werden. Lässt das Wetter keine Versammlung unter freiem Himmel zu, werden die Räumlichkeiten von TrauBe an der Aachener Straße genutzt. Das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes wird dabei empfohlen, damit das Infektionsrisiko so gering wie möglich bleibt. „Trauerbegleitung und Trost bedeutet oft auch Nähe, die aktuell so nicht möglich ist. Daran mussten sich alle Beteiligten zunächst gewöhnen“, sagt Manuel Schweichler, der bei TrauBe als pädagogischer Leiter fungiert. „Wir möchten natürlich eine größtmögliche Sicherheit gewährleisten, weshalb wir nach der Ausbreitung des Coronavirus die Begleitung per Video zusätzlich eingeführt und die Kontakte per Telefon intensiviert haben.“

Neue Gruppen nach den Ferien

Nach den Sommerferien werden in den einzelnen Gruppen oft Plätze frei, sodass ab diesem Zeitpunkt auch Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene das Angebot nutzen können, die diese Erfahrung bisher noch nicht gemacht haben. „Familien, die Bedarf haben, können sich gerne jederzeit bei uns melden. Denn alleine eine erste Beratung kann schon eine enorme Erleichterung sein“, sagt Heike Brüggemann, die ebenfalls der pädagogischen Leitung von TrauBe angehört. „Selbst wenn eine dauerhafte Betreuung nicht in Erwägung gezogen wird, helfen wir gerne weiter.“

Alexander Büge

ÜBER DEN VEREIN

IM JAHR 2011 GEGRÜNDET Einzigartig in Köln

Der Verein TrauBe Köln e. V. steht jungen Menschen und ihren Familien bei der Bearbeitung ihrer Trauer zur Seite. Er existiert seit September 2011 und nimmt mit seinem Angebot in der Domstadt ein Alleinstellungsmerkmal ein. Mehr als 1.000 betroffene Familien haben bei TrauBe schon Hilfe gefunden – sei es in Trauergruppen, Einzelbegleitungen oder persönlichen Beratungsgesprächen.

IM JAHR 2015 AUSGEZEICHNET Spenden helfen weiter

Bei TrauBe sind rund 50 Ehrenamtler tätig, die sich allesamt nach den Richtlinien des Bundesverbandes Trauerbegleitung e. V. (BVT) qualifiziert haben. Vier hauptamtliche Kräfte sind dort in Teilzeit tätig. Zusätzlich bringen viele Freiwillige ihre Kompetenzen in anderen Funktionen ein. Auch der Vorstand leitet den Verein unentgeltlich. Finanziert wird TrauBe durch Geldspenden, Mitgliedsbeiträge und seit 2018 auch durch Zuschüsse der Stadt. Zudem ist der Verein anerkannter Träger der freien Jugendhilfe und Mitglied im Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverband. Im Jahr 2015 ist TrauBe mit dem Ehrenamtspreis der Stadt Köln ausgezeichnet worden.



Kleine Gesten können viel bewirken
Foto: Nata Bene/adobestock.com

ZUNÄCHST KENNENLERNEN

Beratung gewährleistet

Sich nach dem Tod einer nahestehenden Person Hilfe zu suchen, fällt vielen Menschen nicht leicht. Die Experten von TrauBe können diese Situation aufgrund ihrer Erfahrung allerdings nachvollziehen. Gerne bieten sie Interessierten deshalb ein erstes Beratungsgespräch an, was in Zeiten der Corona-Pandemie natürlich auch am Telefon stattfinden kann. Die Sprechzeiten können immer dienstags und donnerstags von 9 bis 12 Uhr unter der Rufnummer 0221/26136731 wahrgenommen werden. Für eine erste Kontaktaufnahme ist der an der Aachener Straße 78-80 beheimatete Verein auch unter der E-Mail-Adresse kontakt@traube-koeln.de erreichbar.

SO ERREICHEN SIE UNS

Anzeigenservice:
0221/92586410
traueranzeigen.koeln@dumont.de

Online-Portal:
www.wirtrauern.de