

„

Es ist wichtig, den Tod beim Namen zu nennen.

Bamberg – Oft stellt sich die Frage der Trauerbewältigung schon vor dem Tod, wenn ein Angehöriger im Sterben liegt. Dr. Eva Nießen, Palliativärztin am Klinikum Bamberg, sind solche Themen in der letzten Lebensphase vertraut. Im Interview spricht sie darüber, wie Kinder und Jugendliche den Tod erleben und was helfen kann, die Trauer zu bewältigen.

Frau Dr. Nießen, Sie sind auf der Palliativstation täglich mit dem Thema Sterben konfrontiert. Ist der Tod in unserer Gesellschaft immer noch ein Tabuthema?

Eva Nießen: Ich empfinde es weiterhin so. Viele Menschen müssen sich an das Thema erst einmal herantasten. Es kommen auch Menschen zu uns, die sich vorher Gedanken gemacht und ganz klare Vorstellungen haben. Doch das ist immer noch die Minderheit.

Hat sich da irgendwas in den vergangenen Jahren getan?
Ganz viel. Bedingt durch die öffentliche Diskussion sind solche Dinge wie Patientenverfügungen viel weiter verbreitet.

Ist das Thema Trauer eine Sache des Alters?
Die Trauer wird sehr unterschiedlich gelebt. Im Laufe des Lebens haben wir sehr unterschiedliche Lebenserfahrungen, die uns auch Trauer anders erleben lassen. Trauer hat viel mit Kultur zu tun. Je älter ein Mensch ist, desto mehr hat er erfahren, desto mehr ist seine Trauer auch beeinflusst von Kultur. Per se ist aber jeder Mensch in der Lage zu trauern.



Dr. Eva Nießen

Wie reagieren Kinder, wenn auf der Palliativstation ein Angehöriger liegt?
Das ist sehr individuell. Je kleiner ein Kind ist, desto unberührt und unerfahrener ist es, desto natürlicher geht es an Krankheit und Tod heran.

Wie zeigt sich diese Unberührtheit?
Wenn das Kind einen nahen Menschen sieht, der im Bett liegt, dann wird das einfach so hingenommen. Wenn das Kind von Tag zu Tag die Veränderungen verfolgen kann, dann kann es all das auf eine Art annehmen, die uns zunächst einmal ganz fremd erscheint. Wenn es das aber nicht kann und zum Beispiel nur telefonisch erfährt, dass die Oma, die weiter weg wohnt und immer mit ihm gespielt hat, jetzt plötzlich nicht mehr ansprechbar ist, dann wird es sich wundern.

Auf welche Weise soll man dem Kinder mit dem Sterben konfrontieren?
Unser Ratschlag geht weitestgehend dahin, das Kind in seinen natürlichen Impulsen zu unterstützen. Dann, wenn ein Kind fragt, ihm auch offen und ehrlich zu antworten.

Soll ein Kind immer mit auf die Palliativstation gehen?
Wenn ein Kind groß genug ist und sagt, ich möchte die Oma, den Papa, ein Geschwisterchen, wer auch immer betroffen ist, dort besuchen, dann gehen wir davon aus:

Zur Serie

Die Serie Familien in Franken - ihre Interessen, Vorlieben und Probleme stehen in diesem Jahr redaktionell im Vordergrund. Am Beispiel dreier Familien und ihrer Themen berichten wir über alles, womit sie im Alltag konfrontiert werden.



Jahresthema „Familie“

Die Familien Die Redaktion hat für die Berichterstattung in der Serie drei unterschiedliche Familien ausgewählt: Die Raabs aus Burgebrach, die Türckes aus Dörfles-Esbach bei Coburg und die Jürgens aus Bamberg stehen stellvertretend für fränkische Familien Rede und Antwort.

Das, was das Kind möchte, ist das, was richtig ist. Weil die Kinder selbst am besten spüren, was sie sich zumuten können und was nicht.

Jetzt gibt es aber Kinder, die sehr ängstlich sind und von vornherein sagen: Ich will da nicht mit!
Das sollte man so akzeptieren. Zwang hat keinen Sinn.

Wie kann ich dann helfen?

Das Wichtigste ist, dass die normale Umgebung dem Kind Sicherheit bietet. Wenn zum Beispiel die Mama, die Oma oder die Tante krank ist, sollten die anderen wichtigen Bezugspersonen einfach für das Kind da sein und nach seinen Wünschen fragen. Wenn das gegeben ist, dann ist die Wahrscheinlichkeit am größten, dass das Kind von sich aus sagt, ich gehe mit. Ein Zugang können Blumen sein oder ein Kuchen, den man gemeinsam backt und dann dem Palliativpatienten vorbeibringt.

Wenn der Tod dann tatsächlich eingetreten ist, soll man ihm beim Namen nennen? Wie erklärt man ihm den Kind?
Ich persönlich halte nichts davon, das mit anderen Worten zu umschreiben. Wenn ich dem Kind sagen würde, ein Mensch schläft nur, dann würde dieser ja irgendwann wieder aufwachen. Erwartungen würden geweckt, die nicht erfüllt werden können. Das halte ich für gefährlich.

Das Kind kann die Wahrheit verkraften?

Es tabuisiert den Tod ja noch gar nicht. Es ist noch nicht von unseren kulturellen Vorstellungen und Zwängen beeinflusst. Es geht meist viel natürlicher und damit viel offener auf die Dinge zu. Auch auf den Tod. Deshalb ist es gut und wichtig, dass wir den Tod auch benennen. Wir selbst haben bei diesem Thema ja auch viele offene Fragen. Das kann man dem Kind ruhig so vermitteln.

Die Unwissenheit also ehrlich zugeben.

Ich muss als Erwachsener nicht fertige Antworten haben. Ich muss vielmehr ein offenes Ohr haben. Und ich muss bereit sein, auf das Kind und seine Fragen einzugehen. Das versuchen wir, den Bezugspersonen zu vermitteln. Fragen zu stellen und ehrliche Antworten zu erhalten – das ist die Art des Kindes, all das zu verarbeiten. Ob das Kind den Verstorbenen sieht oder nicht, ist zweitrangig.

Sollen Kinder den Verstorbenen denn sehen?
Auch das ist eine Entscheidung, die das Kind treffen muss. Man sollte es dem Kind aber vorschlagen. Nur so kann man Ängste aus dem Weg räumen.

Gibt es ein Mindestalter für den Blick auf einen toten Menschen?

Das hat mit dem Alter überhaupt gar nichts zu tun. Wichtig ist allein der Zugang zu dieser Situation: ein Kleinkind zum Beispiel nicht ans Totenbett hinschieben, sondern auf den Arm nehmen, mit Blumen, einem Bild, das das Kind gemalt hat und so weiter. Eine Brücke schaffen – dann funktioniert es. Aber nochmal: Wenn ein Kind sagt, ich male dem Opa ein Bild, aber sehen möchte ich ihn nicht, dann ist das okay. Eine Traumatisierung entsteht durch Zwang.

Haben Sie selbst Kinder?
Ja, ich habe drei Kinder.

Wie sind da Ihre Erfahrungen mit dem Thema Sterben?

Das Kind dankt einem die Offenheit. Ich habe es bei meiner ganz kleinen Tochter gesehen. Die hat im Kindergarten den Todesfall eines anderen Kindes erlebt. Interessant war, wie die Kinder miteinander über diesen Fall gesprochen haben. Die saßen auf der Schaukel und haben sich über das verstorbene Kind unterhalten: Er hat doch auch immer so gern geschaukelt. Er ist jetzt da, wo meine tote Katze ist. Die Kinder untereinander sprechen da auch ganz offen darüber. Das sollte man als Erwachsener unterstützen. Offene und ehrliche Gespräche – dann können einem die Kinder auch ganz viel Leichtigkeit zurückgeben. Für die Hinterbliebenen kann ein Kind auch eine wohlthuende Stärkung sein.

Erwachsene haben oft Angst, den Kindern gegenüber Schwäche zu zeigen.

Das stimmt leider. Dieses Denken, ich muss meinem Kind gegenüber eine Antwort haben. Dieser Anspruch der Erwachsenen, dem Kind in puncto Wissen überlegen zu sein: Das muss man einfach ablegen im Angesicht des Todes.

Was hilft Kindern, wenn der Verlust sie schmerzt?

In erster Linie Geborgenheit, aufgefangen werden in der Familie. Gemeinsam etwas tun: z. B. Basteln, Malen, ein Buch zum Thema lesen. Man gibt dadurch dem Kind noch einmal die Möglichkeit, sich zu äußern. Das ist ja letztlich bei Erwachsenen auch so. Ich denke da an Musiktherapie, Kunsttherapie und solche Angebote zur Verarbeitung.

Abschließend noch eine Frage zu Jugendlichen. In diesem Alter will man cool sein. Da passt so ein Todesereignis gar nicht dazu. Was raten Sie hier?
Auch da sind die Bezugspersonen das allerwichtigste Bindeglied. Ein Zugang, das zu verarbeiten, geht daneben über Gleichaltrige. Trauergruppen sind da etwas sehr Sinnvolles.

Das Gespräch führte Matthias Litzfelder.

Clemens, Ute, Annika und Isabel Raab am Grab von Opa Josef auf dem Burgebracher Friedhof.

Foto: Barbara Herbst



Die Trauer kommt in Schüben

VON UNSEREM REDAKTIONSMITGLIED
MATTHIAS LITZFELDER

Erlangen/Bamberg/Coburg – Der Tod passt so gar nicht ins jugendliche Denken. Alles ist auf Zukunft ausgelegt. Dass das Leben endlich ist? Eine Vorstellung, die von jungen Leuten lieber verdrängt wird. Stirbt ein Vertrauter, ist das Trauern oft kompliziert. Soll man sich verletzlich zeigen, während man doch eigentlich cool wirken will?

David Ganek weiß, dass Jugendliche den Verlust eines geliebten Menschen auf eigene Weise verarbeiten wollen. Seit anderthalb Jahren trifft er sich mit diesen in Erlangen in den Räumen des Kulturzentrums E-Werk – ehrenamtlich. Einmal im Monat gibt es am Abend so ein offenes Treffen. Kommen kann jeder ohne Voranmeldung. „TrauERwerk“ nennt sich dieses Angebot des Hospizvereins Erlangen. Das Team, drei Frauen und Ganek, wechselt sich ab. Immer zwei kümmern sich an einem Abend um die Betroffenen. „Das ist wichtig. Da kann man bei Bedarf auch mal mit jemandem vor die Tür

gehen. Außerdem haben wir gemeinsam die Möglichkeit der Reflexion“, sagt Ganek. Beim jüngsten Treffen habe die Trauergruppe im E-Werk aus sieben Personen bestanden. Der angehende Lehrer ist mit seinen 28 Jahren selbst noch nahe dran an der Zielgruppe im Alter zwischen 14 und 28. Eine Pflicht zu erscheinen oder eine spezielle Anmeldung für die Trauergruppe in Erlangen gibt es nicht. Wer kommen will, darf kommen. Auch in Begleitung. „Beim ersten Mal hilft es, wenn der beste Freund oder die beste Freundin mitgehen kann.“

Wie Abschied nehmen?

Beim Trauern müssten Aufgaben bewältigt werden, sagt Ganek. Erste Aufgabe sei es, den Tod zu begreifen. „Kinder und Jugendliche trauern grundsätzlich nicht anders als Erwachsene. Aber es kommt bei ihnen mehr in Phasen und Schüben.“ Kinder sprängen sozusagen aus ihrer Trauer rein und raus.

Bei der Familie Raab aus Burgebrach (Landkreis Bamberg) starb vor fast vier Jahren Opa Josef, der Vater



David Ganek

letzten zwei Wochen vor dem Tod hat Raab die Töchter bei Besuchen im Pflegeheim nicht mehr mitgenommen. „Es war ein körperlicher Verfall. Sie sollten ihn in Erinnerung behalten, wie er vorher war“, erzählt sie.

Bei der Beerdigung waren Isabel und Annika wieder dabei. „Ganz bewusst als Signal, um Abschied zu nehmen. Hätte ich die Kinder nicht mitgenommen, hätte dieser Punkt gefehlt.“

Bei Familie Türcke aus Dörfles-Esbach bei Coburg liegt der jüngste Trauerfall noch gar nicht lange zurück. Anfang Oktober starb der Lebensgefährte der Oma. „Sie haben sich oft gesehen bei Familienfesten“, erzählt Sandra Türcke über die Beziehung zwischen „Opa Helmut“ und ihren Kindern, Hannah (9) und Jan (3). Vor allem Hannah habe sich Krankheit und Tod zu Herzen genommen. „Sie ist nicht mit zur Beerdigung. Sie wollte da nicht mit.“ Sandra Türcke war hin- und hergerissen. „Eigentlich gehört die Beerdigung, das Abschiednehmen zum Leben mit dazu“, sagt sie. Andererseits ist sie irgendwie froh, dass ihre Kinder den Anblick des Toten im offenen Sarg nicht erleben mussten. Dieser Anblick habe sie selbst mitgenommen. „So etwas vergisst man nicht.“

„So wollte ich jedenfalls nicht sein“

Trauerbegleiter Ganek empfiehlt dennoch diesen Schritt, um den Tod zu begreifen. „Das ist ganz wichtig, dass man den Toten gesehen hat. Auch im offenen Sarg.“

Seit 2011 ist er im Hospizverein Erlangen aktiv. Auslöser war eine ganz bestimmte Situation. Er traf auf eine Kommilitonin, deren Bruder Krebs hatte und dem Sterben nahe war. „Sie hat geweint. Und ich habe weggeguckt“, erzählt er. „Ich wusste damals nicht, wie ich mich verhalten soll. So wollte ich jedenfalls nicht sein.“ Der Referendar am Gymnasium für die Fächer Englisch und evangelische Religionslehre wurde auf den Hospizverein aufmerksam. Er nahm an einem Kurs teil. Sterbegleitung, 140 Stunden, dazu eine weitere Ausbildung zum Kinderhospizbegleiter. „Ich wollte es richtig

lernen“, sagt er. Es folgte noch der Kurs zum Trauerbegleiter. Drei lange Wochenenden, ungefähr 100 Stunden.

Trauerbegleiter ist kein geschützter Beruf. Jeder kann sich so nennen. Die Hospizvereine achten aber darauf, dass die ehrenamtlichen Begleiter geschult sind. Auch bei den Kirchen findet Trauerbegleitung statt. Aber da gibt es in der Regel keine Spezialisierung, etwa auf Jugendliche.

„Man fühlt mit, aber man leidet nicht mit. Sonst könnte man die Arbeit nicht machen“, sagt Ganek. „Ein Abend im Trauerwerk ist für mich immer schön. Ich gehe da ganz beiseite raus.“

Zumindest an Allerheiligen gehört der Gang zum Friedhof für die Familien Raab und Türcke an diesem Tag dazu. Anders bei Familie Jürgens aus Bamberg. „Wir waren zuhause“, erzählt der elfjährige Lian. Oma und Opa – sie leben alle noch. Beim Thema Tod hat Lian festgestellt, dass sein Opa nicht so gerne darüber redet. Auch er ist versichert. „Ich mag den Tod überhaupt nicht. Ich habe ein bisschen Angst, weil ich nicht weiß, wie das sein wird.“

Anderen geht es ähnlich

Schematisieren lässt sich der Prozess der Trauer nicht. „Das Allerwichtigste ist nicht das, was wir den Trauernden bieten, sondern, dass die Teilnehmer Erfahrungen austauschen und sehen: Ich bin nicht der Einzige, dem das so geht. Es gibt mehrere Menschen in meiner Situation“, erklärt Ganek. „Das macht den eigenen Verlust zunächst nicht leichter, aber es hilft langfristig.“

Hilfsangebote in Franken

Ein Angebot, das junge Menschen anspreche, habe bisher in Nordbayern gefehlt, hieß es vor einigen Wochen, als dem Erlanger „TrauERwerk“ der Bayerische Hospizpreis verliehen wurde. Doch das stimmt nicht ganz. Es gibt auch andernorts kostenlose Angebote – und es kommen neue hinzu. Eine Auswahl:

Erlangen Das „TrauERwerk“ in Erlangen ist eine Trauergruppe für Jugendliche, die vom Hospizverein Erlangen veranstaltet wird. Es trifft sich einmal monatlich in den Räumlichkeiten des E-Werks, Fuchsenwiese 1. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Nächster Termin ist der 14. Dezember, 19 Uhr. Thema: Weihnachten ohne dich.

Nürnberg „Lacrima“ nennt sich die kostenlose Trauerbegleitung für Kinder und Jugendliche der Johanner-Unfall-Hilfe. Ansprechpartnerin für Mittelfranken ist in Nürnberg Ursula Gubo, Telefon 0911 / 27 257 - 0.

Bamberg „Lacrima“ gibt es bald auch in Bamberg. Seit Juni arbeiten die Johanner daran, demnächst in Oberfranken ein Zentrum für trauernde Kinder zu eröffnen. Ansprechpartnerin ist Vera Martens, Telefon 0951 / 20 87 98 74. Schon mehrere Jahre aktiv sind die offenen Trauergruppen des Hospizvereins Bamberg – für Vier- bis Zehnjährige und für Elf- bis 18-Jährige. Leitern ist Marlene Groh. Eine Anmeldung ist notwendig über das Büro des Hospizvereins, Telefon 0951 / 95 50 70.

Würzburg In Würzburg gab es bis zum Sommer eine offene Trauergruppe der Maltesser. „Mangels Nachfrage haben wir dieses Angebot derzeit nicht“, berichtet Georg Bischof vom Kinderhospizdienst. Ein Einzelkontakt sei aber möglich (Telefon 0931 / 45 05 - 225). Einer der Ehrenamtlichen stünde dann für ein kostenloses Einzelgespräch bereit.

Habfurt In Habfurt hingegen haben die Maltesser derzeit eine Trauergruppe für Kinder im Grundschulalter laufen. Sie trifft sich einmal im Monat, freitags von 16 bis 18 Uhr, im Diözesanbüro, Pfarrgasse 4. Eine Anmeldung ist erforderlich über Telefon 09521 / 9 52 99 00.

Bad Kissingen Als Beratungsstelle im Raum Bad Kissingen, Bad Neustadt und Schweinfurt steht die Christian-Prest-Stiftung in Bad Kissingen bereit. Sie bietet eine Kinder- und eine Jugendgruppe, die sich alle drei, vier Wochen am Freitagnachmittag trifft und mit Kunsttherapeuten arbeitet. Die Stiftung wurde vor etwa zehn Jahren von den Gesellschaftern der Bavaria-Kliniken gegründet. Teilnahme an der Trauergruppe ist nur nach Anmeldung möglich, Telefon 0971 / 699 19 07 - 0.

Coburg Hier gibt es die Kinder- und Jugendtrauergruppe des Hospizvereins (Bahnhofstraße 36). Sie trifft sich jeden zweiten Freitag im Monat von 15 bis 16.30 Uhr. Weitere Infos unter Telefon 09561 / 79 05 33 und im Internet unter www.hospizvereincoburg.de. z1

Wenn bei Jugendlichen Trauer da ist, dann absolut. Sie können sich nicht vorstellen, dass man nach der Beerdigung beim Leichenschmaus lachen kann.

David Ganek, Trauerbegleiter

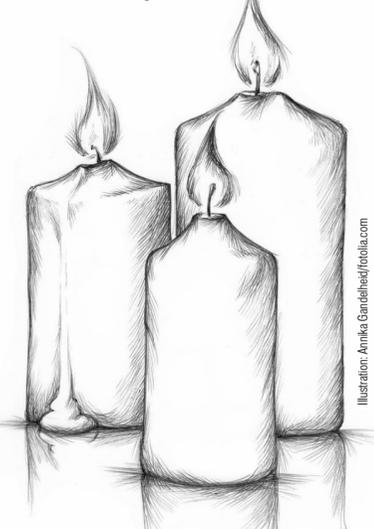


Illustration: Annika Gendelhof/Photolia.com