

„Plötzlich war alles anders. Als ich in die Schule kam, wusste jeder was passiert war. Ich war glücklich, wenn Menschen mich umarmt, oder mit mir gesprochen haben.“
(Philippa, 17 Jahre)



EMILY

Trauergruppe für Kinder, Jugendliche und deren Angehörige

Emily - die Schwester von Philippa verstarb mit 17 Jahren während einer Urlaubsreise in Spanien durch einen Autounfall. Der plötzliche Tod von Emily war für die Familie eine Tragödie und schmerzhafter Einschnitt in das Familienleben.

„Ein paar Monate später war der Tod meiner Schwester für Viele schon fast vergessen und Mitschüler fragten mich, warum ich manchmal so traurig bin.“
(Philippa)

In Marburg besteht ebenfalls eine Trauergruppe für Kinder und Jugendliche, die einen nahen Angehörigen verloren haben. In Kleingruppen je nach Alter wird die Zeit gemeinsam so gestaltet, wie es die Teilnehmer wünschen. Es wird gemeinsam geweint, geredet und gelacht. Wir wollen Kindern und Jugendlichen, die Möglichkeit geben, Gesprächspartner zu finden, zeigen, dass sie nicht allein sind, verschiedene Möglichkeiten anbieten, auf ihre Art ihrem Schmerz Ausdruck zu geben und Möglichkeiten aufzeigen, die in der Zeit der Trauer weiterhelfen können. Auch Eltern und Angehörige können in einer „Erwachsenengruppe“ von diesem Angebot Gebrauch machen.

Durch das Gefühl der Trauer drückt sich aus, dass wir etwas verloren haben, das für uns einen zentralen Wert hat. Trauer ist meist mit einer Vielfalt von Gefühle wie Schmerz, Verzweiflung, Zorn, Empörung und Hoffnungslosigkeit verbunden. Trauer benötigt Zeit und Geduld. Es ist also völlig normal, dass sich nach vielen Wochen, Monaten und Jahren immer wieder eine tiefe Traurigkeit über den Verlust eines lieben Menschen einstellt.

„Ich fands schön, wenn in der Schule über Emily gesprochen wurde. Sie hat ja auch heute noch einen Platz in meinem Leben.“
(Philippa)

Außenstehende denken nicht selten, dass Kinder und Jugendliche den Tod eines nahe stehenden Menschen schnell bewältigen und zur Tagesordnung übergehen. Es ist wichtig zu wissen, dass jeder Mensch auf seine Art trauert. Ein Teil im Umgang mit der eigenen Trauer ist das Erzählen und das Erinnern, aber auch Rückzug und Schweigen kann im Trauerprozess wichtig sein, ebenso das hören lauter Musik oder der Besuch von Partys und Discos, um den Schmerz für ein paar Stunden zu vergessen. Gleichgültig, welchen Weg der Trauernde für sich wählt, niemand sollte in seiner Art des Ausdrucks zensiert werden. Häufig sind Menschen im nahen Umfeld unsicher und wissen nicht, wie sie mit trauernden Menschen umgehen sollen.

„Einige Bekannte haben mich zwar gefragt wie es mir geht, aber eigentlich wollten sie nur hören, dass es mir gut geht und nicht, dass es mir schlecht geht. Ich wusste nicht, wohin ich mit meinen Fragen gehen konnte.“
(Philippa)

Philippa besuchte eine Trauergruppe in einem Zentrum für trauernde Kinder und Jugendliche. Dort traf sie Gleichaltrige, die eine ähnliche Erfahrung machen mussten. Es ist Philippa nicht leicht gefallen, sich zu überwinden, in diese Gruppe zu gehen. Heute sagt sie, dass die Menschen in dieser Trauergruppe ihr viel Kraft gegeben haben. Sie konnte offen über ihre verstorbene Schwester, ihre Gefühle und Probleme sprechen. - Aber Sie musste nicht.

„Manchmal haben wir auch einfach zusammen Pizza und Eis gegessen. Einmal habe ich sogar in der Gruppe meinen Geburtstag gefeiert.“
(Philippa)

• Die Trauergruppe Emily trifft sich 14tägig montags von 17-19 Uhr im Gemeindezentrum der evang. Kirchengemeinde der Martinsgemeinde, Huteweg 4, 35041 MR-Wehrda. • Keinen Kosten. • Organisiert von der Evangelischen Kirche, dem Ambulanter Hospiz- und Palliativ-Pflegedienst Marburg der Malteser gGmbH und dem Ambulanter Hospizdienst der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. • Wendet Euch bitte an Armin Wehrmann Tel.: 0 64 21 / 8 24 84.