

## Lacrima – Kinder trauern anders

Ein Kind oder ein Jugendlicher verliert einen Elternteil, einen Bruder oder eine Schwester durch Tod. Mit wem kann das Kind bzw. der Jugendliche sprechen? Mit wem seine Trauer durchleben? Die Freunde und Klassenkameraden ziehen sich häufig lieber zurück, da sie nicht wissen, was sie sagen oder tun sollen. Es ist auch schwierig mit dem überlebenden Elternteil zu sprechen, weil dieser mit seiner eigenen Trauer beschäftigt ist.

Wie können Kinder und Jugendliche mit einem solchen Verlust umgehen?

Kinder trauern anders als Erwachsene. Sie drücken ihre Trauer nicht immer mit Worten und Weinen aus, sondern auch im Spielen, Malen, Schreien oder Toben. Sie sind ihren Gefühlen oft hilflos ausgeliefert und können diese nicht benennen und versuchen alles, was sie verunsichert, zu verdrängen. Daher ist es wichtig, dass Kinder mit Kindern und Jugendliche mit Jugendlichen ihre Trauergefühle teilen. In der Gruppe erleben sie Solidarität und unterstützen sich gegenseitig in ihrem Trauerprozess.

Das pädagogische Angebot richtet sich an Mädchen und Jungen im Alter von 6 – 12 Jahren und an Jugendliche im Alter von 13 – 18 Jahren.

Zusätzlich gibt es spezielle Angebote für Jugendliche im Alter von 13 – 19 Jahren.

Lacrima richtet sich gleichzeitig an die Eltern der betroffenen Kinder und Jugendlichen, da in der Begleitung von Kindern auch sie von enormer Bedeutung sind.

Die Teilnahme ist für alle Konfessionen und Nationalitäten offen und für die betroffenen Familien kostenfrei.

Vor einer Aufnahme in die Gruppe wird ein ausführliches Beratungsgespräch mit den Bezugspersonen geführt.

**Ort** **Ev. Familienbildungsstätte, Alte Wäscherei**  
Am Goldstein 4b, Bad Nauheim (am Bahnhof)

**Kontakt** **Johanniter-Unfallhilfe e. V.**  
Regionalverband Rhein-Main  
**Lacrima – Zentrum für trauernde Kinder und Jugendliche**  
Anne Hartmann  
Tel. 069 366006700  
E-Mail: Anne.Hartmann@juh-hrs.de

*Die Blätter fallen, fallen wie von weit,  
als welkten in den Himmeln ferne Gärten;  
sie fallen mit verneinender Gebärde.*

*Und in den Nächten fällt die schwere Erde  
aus allen Sternen in die Einsamkeit.*

*Wir alle fallen. Diese Hand da fällt.  
Und sieh dir andre an: Es ist in allen.*

*Und doch ist Einer, welcher dieses Fallen  
unendlich sanft in seinen Händen hält.*

Rainer Maria Rilke

## Sprechen Sie uns an!

### **Pfarrerin Carmen Berger-Zell**

ist Koordinatorin der Notfallseelsorge in der Wetterau. Sie hilft Ihnen weiter, wenn Sie nicht wissen, welche Form der Trauerbegleitung für Sie die richtige sein könnte. Sie ist auch Mitgründerin der Internetplattform „Trauernetz“, wo Sie ebenfalls zahlreiche Hinweise finden.



Pfarrerin Carmen Berger-Zell  
Tel. 06036 9878700  
E-Mail:  
cberger-zell@notfallseelsorge-wetterau.de  
www.notfallseelsorge-wetterau.de

### **www.trauernetz.de**

Gedichte, Texte, Musik – außerdem Literaturhinweise und Links für trauernde Menschen

Ansprechpartner sind für Sie auch Ihre jeweiligen **Gemeindepfarrer/-innen**: Die Betreuung und Begleitung trauernder Menschen gehört zu ihren Aufgaben. Manchmal ist es gut, mit jemandem zu sprechen, der den Verstorbenen gekannt hat, aber nicht zur engen Familie gehört.

In fast allen Krankenhäusern stehen Ihnen **Klinikseelsorger/-innen** zur Seite. Oft sind sie die allerersten Ansprechpartner/-innen nach einem Todesfall. Sie finden ihre Adressen auf den Webseiten der Krankenhäuser oder unter [www.klinikseelsorge-ekhn.de](http://www.klinikseelsorge-ekhn.de)

Verantwortlich für die Zusammenstellung der Angebote:  
Pfarrerin Carmen Berger-Zell, Evangelisches Dekanat Wetterau

# In der Trauer nicht allein

Angebote für trauernde Menschen  
in der Wetterau



## Wenn ein gemeinsamer Weg endet

Vor einiger Zeit haben Sie einen geliebten Menschen verloren, der in Ihren Leben eine wesentliche Rolle spielte. Vielleicht ist Ihr Partner / Ihre Partnerin oder eines Ihrer Kinder gestorben. Ohne diesen Menschen können Sie sich Ihre weitere Lebensgestaltung kaum vorstellen.

Hoffentlich finden Sie in Ihrem persönlichen Umfeld (Familienangehörige, Freunde, Kollegen) Unterstützung und Zuspruch. Vielleicht stellen Sie aber auch fest, dass alle gut gemeinte Hilfe nicht ausreicht, dass Sie sich nach Gesprächspartnern sehnen, die wirklich mitempfinden können, was Sie gerade durchmachen. Dies könnte ein Kreis von ähnlich betroffenen Menschen sein.

Häufig wird eingewandt: „Das ist nichts für mich – vom Leid anderer zu hören, zieht mich noch mehr runter.“ Ganz unbestreitbar kann das so sein. Umgekehrt können Sie aber auch durch den Kontakt mit Gleichbetroffenen Stärkung erfahren: Gemeinschaft, Solidarität, Verständnis ohne langwierige Erklärungen, auch Gedankenaustausch über alltägliche Probleme, die durch den Verlust auftreten.

In diesem Faltblatt sind die Angebote für Trauernde zusammengestellt, die Sie in der Wetterau finden. Allen gemeinsam ist, dass an die Teilnehmerinnen und Teilnehmer keine Anforderungen wie eine bestimmte Konfessionszugehörigkeit oder Weltanschauung gestellt werden. Die betreuenden Personen wissen, dass bei einem schwerwiegenden Verlust viele Überzeugungen zerbrechen können.

Vielleicht lesen Sie diesen Flyer, sind nicht akut selbst betroffen, kennen aber jemanden, den / die Sie auf unsere Angebote aufmerksam machen wollen.

In der Regel können Sie an all diesen Angeboten kostenfrei teilnehmen, Einzelbegleitungen können kostenpflichtig sein.



## Trauercafé in Friedberg

Das Trauercafé ist ein offenes Angebot für alle, die einen Verlust erlebt haben. In geschützter Atmosphäre besteht Raum zum Reden, Schweigen, Weinen – aber auch zum Lachen. Das „Trauercafé“ wird von ehrenamtlichen Mitarbeitenden des Hospizdienstes Wetterau und der Hospizhilfe Wetterau angeboten. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

**Ort** Café des Erasmus-Alberus-Hauses

Hanauer Straße 31, Friedberg (am Bahnhof)

**Termine** jeden ersten Sonntag im Monat

- von April bis Oktober: 15:00 - 17:00 Uhr
- von November bis März: 14:00 - 16:00 Uhr

**Kontakt** Hospizdienst Wetterau

Elke Görnt-Au, Tel. 06032 927568

E-Mail: info@hospizdienst-wetterau.de

www.hospizdienst-wetterau.de

**Hospizhilfe Wetterau e. V.**

Monika Berger u. Sabine Becker, Tel. 06032 869263

E-Mail: info@hospizhilfe-wetterau.de

www.hospizhilfe-wetterau.de



## Trauercafé in Münzenberg-Gambach

In der „Kaffeezeit“ treffen sich einmal im Vierteljahr Menschen, die einen Partner verloren haben – auch über die Orte Gambach und Ober-Hörgern hinaus.

Es gibt Kaffee und Kuchen, anschließend ein ansprechendes Thema aus dem Leben, Mutmachtexte oder Einblicke in das Leben von Menschen, die durch das „Tal des Abschieds“ gehen mussten. Ein kleines Andenken an den Nachmittag zum Mitnehmen gehört immer dazu.

**Ort** Evangelisches Gemeindezentrum Gambach

**Termine** jeden ersten Mittwoch im März, Juni, September und Dezember

**Kontakt** Pfrin. Dr. Ulrike Eichler, Tel. 06033 64448

E-Mail: evkirchegambach@t-online.de

www.evkirchegambach.co.de



## Einzelgespräche und Gruppenangebote in Bad Vilbel

Die Hospizgruppe der Nachbarschaftshilfe Bad Vilbel e. V. bietet auf Anfrage Einzelgespräche und verschiedene Gruppenangebote für Trauernde an.

**Kontakt** Hospizgruppe der Nachbarschaftshilfe

Bad Vilbel e.V., Quellenstr. 21, 61118 Bad Vilbel

Tel. 06101 604892 oder 06101 604890

E-Mail: hospizgruppe-dernachbarschaftshilfe-bv@arcor.de

www.nachbarschaftshilfe-bv.de



## Trauerbegleitung bei Verlust des Kindes, des Partners oder von engen Angehörigen

Der Traum vom langen gemeinsamen Leben in Partnerschaft, das zum Schluss gemeinsam endet, bleibt für viele Menschen ein unerfüllter Wunsch. Oft liegen lange Jahre zwischen dem Tod der Partnerin bzw. des Partners und dem eigenen Tod.

Die Erfahrungen der Trauernden zeigen, dass nicht allein ein Partner oder eine Partnerin stirbt. Mit dem Tod des Lebensgefährten endet auch ein Lebensentwurf. Es verändern sich durch dieses Ereignis auch die Kontakte zu Freunden, Verwandten und Kollegen. In vielen Fällen kommt es zu einem Abbruch dieser Beziehungen.

Aber auch der Verlust eines anderen engeren Angehörigen, z. B. eines Geschwisters oder eines Elternteiles, kann einen gravierenden und schmerzlichen Einschnitt im Leben darstellen.

Der Verlust des eigenen Kindes löst meist die stärkste Betroffenheit aus. Das Leben gerät in extremer Weise aus den Fugen.

Seit vielen Jahren betreuen Dr. Sylvia Börgens, Diplom-Psychologin, und Norbert Albert, Diplom-Theologe und Seelsorger im katholischen Dekanat Wetterau-Ost, trauernde Eltern und trauernde Angehörige mit Partnerverlust.

Sie möchten, vor allem auch durch den Austausch untereinander, Wege aufzeigen, mit dem Verlust umgehen zu lernen. Es finden dreimal pro Jahr Seminartage für Trauernde statt, je nach Nachfrage davon ein- oder zweimal für trauernde Eltern. Ort der Seminartage ist das Haus St. Gottfried in Niddatal-Ilbenstadt, ersatzweise das Kloster Engelthal in Altenstadt

**Info und**

**Anmeldung** Katholisches Dekanat Wetterau-Ost

Dekanatsbüro Tel. 06041 50905

E-Mail: dekanat@wetterau-ost.de

www.wetterauost.de

**Kontakt**

auch für Möglichkeiten der persönlichen

Trauerbegleitung

Norbert Albert, Tel. 06041 50905

E-Mail: norbert.albert@wetterau-ost.de

Dr. Sylvia Börgens, Tel. 06036 386585

www.boergens.de/sylvia



## Glücklose Schwangerschaft und stille Geburt

Verlust ist ein Thema, das unser Leben begleitet. Über manche Verluste kann man offen sprechen, andere Verluste bleiben häufig unerwähnt oder werden scheinbar übergangen – etwa beim Verlust eines Kindes durch glücklose Schwangerschaft oder stille Geburt.

Ein bereits heißgeliebter Mensch stirbt, bevor er in unsere Familie hineinwachsen kann. Träume und Pläne von einem Leben mit genau diesem Kind zerplatzen. Neben Fragen nach dem „Warum“ werden Eltern von bisher ungeahnten Gefühlen gegenüber lebenden Kindern, werdenden Eltern und glücklichen Familien übermannt.

Häufig können Verwandte, Freunde und Bekannte den Verlust nicht nachvollziehen, sind überfordert mit dem Tod eines Kindes, das niemand lebend im Arm halten konnte. Für die Eltern aber ist die Auseinandersetzung mit dem Verlust eines Kindes durch glücklose Schwangerschaft oder stille Geburt oftmals emotionsgeladen und zehrend.

Phasen der Trauer werden durchlaufen und holen uns immer wieder ein, denn jedes Kind, das nicht leben konnte, begleitet unseren Lebensweg.

Aufgrund dieser sehr speziellen Erfahrungen wollen wir einen Weg eröffnen, sich mit anderen betroffenen Eltern auszutauschen und gemeinsam Trauer und Erinnerung zu leben.

Wir treffen uns in einer Selbsthilfegruppe – alljährlich gibt es einen besonderen Gedenkgottesdienst.

**Kontakt** auch für Einzelbegleitung in der Krise

**Evangelische Stadtkirchengemeinde Ober-Rosbach**

Klaus Stemmler, Gemeindeferent in

Erwachsenenbildung und Seelsorge

Tel. 06033 9289990

E-Mail: bewusstes.leben@t-online.de

www.refugium-stemmler.de