

# Offenes Ohr für Trauernde

## WOLFENBÜTTEL Hospizverein

Leben und Tod gehören zusammen. Das sagt sich leicht. Und doch trifft das Abschiednehmen von einem nahestehenden Menschen mitten ins Herz. Die ganz natürliche Reaktion darauf ist Trauer – mal mehr, mal weniger. Wie gehe ich damit um? Wie arrangiere ich mich mit der neuen Lebenssituation? Oft tut es gut, sich mit Menschen, die Ähnliches erlebt haben, austauschen zu können.

Wer sich kürzlich von einem geliebten Menschen verabschieden musste, weiß noch gar nicht, wie das Leben mit dieser Lücke weitergehen kann. Und auch, wenn der Tod eines nahestehenden Menschen schon eine Weile zurückliegt, erlebt man immer wieder Momente der Abgeschlagenheit, tiefer Trauer, Einsamkeit.

„Für Trauernde gibt es oft keine Gesprächspartner, mit denen sie sich

über ihre neue Situation, über ihre Gefühle austauschen können“, beschreibt Helga Hoffmann, eine der Trauerbegleiterinnen im Hospizverein Wolfenbüttel, ihre Wahrnehmung. „Wir wissen, wie wichtig diese Gespräche sind. In unserer Gesellschaft wird den Themen Tod und Trauer weitgehend ausgewichen – am Arbeitsplatz, in der Nachbarschaft, im Freundeskreis. Daher wird jetzt wieder eine neue feste Trauergruppe angeboten.“

Für maximal zehn Teilnehmerinnen und Teilnehmer besteht im geschützten Rahmen die Möglichkeit, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen. Die Gruppe wird von zwei Trauerbegleiterinnen geleitet. „Menschen, die trauern, finden bei uns und im Beisammensein ein offenes Ohr. Wir begleiten sie durch diese Zeit der Unsicherheiten – fachlich kompetent und ehrenamtlich“, ermutigt Trauerbegleiterin Eva-Maria Ruppert. „Und in den Gruppen entstehen sogar manchmal Freundschaften. Sie können neue Trittschritte – kleine Inseln der Stabilität – auf dem Weg in ein Leben mit der Lücke sein.“

Die Gruppe trifft sich erstmals am Mittwoch, 5. Oktober, 18 Uhr in den Räumen des Hospizvereins, Dietrich-Bonhoeffer-Straße 1a. Insgesamt sind bis Dezember acht Treffen geplant.

Wer an der Trauergruppe teilnehmen möchte, setzt sich mit dem Hospizverein Wolfenbüttel in Verbindung: Telefon 05331 900 4146.

Bürozeiten sind montags 16 bis 18 Uhr dienstags bis freitags 10 bis 12 Uhr.

Jeder Interessent wird zunächst zu einem Einzelgespräch eingeladen.

Ulrike Jürgens

