

# „Verändert – Leben mit Verlust und Tod“

22. Oktober 2021 von 9 – 17 Uhr Bildungshaus Schloss Puchberg

250 Teilnehmer\*innen (teils via Streaming online dabei) konnten bei der Fachtagung „Verändert – Leben mit Verlust und Tod“ mit Vorträgen sowie Workshops mit Abschieds- und Trauerprozessen bei Verlust und Tod sowohl fachliche Impulse wie Anleitungen für die Praxis in Seelsorge, Begleitung und Beratung mitnehmen.

Trauer kann als Mosaikbild verstanden werden und nach und nach fügen sich die unterschiedlichen Erlebnisse und Vorgänge in ein Gesamtbild zusammen. In der Trauer- und Abschiedsbegleitung geben die Begleiter\*innen ihr Bestes und das will gewürdigt sein, so *Annette Henry* in ihrem Vortrag. Es führt kein Weg an der Trauer vorbei, sie ist sogar als lebensnotwendige Reaktion zu verstehen. „Trauer ist nicht das Problem, sondern die Lösung ...“ so Henry.

Verlust, bzw. und sei es der Tod eines geliebten Menschen, der Verlust des Partners nach einer Trennung und Scheidung, oder, wenn einem eröffnet wird, dass nach einer Diagnose nur mehr eine begrenzte Lebenszeit zur Verfügung steht, ist das „ein Sturz aus der Wirklichkeit“, welcher mit kaum aushaltbaren inneren Zuständen verbunden ist. Dieser Sturz aus der Wirklichkeit erzeugt tiefe Ohnmacht, den Verlust von Sicherheit. Alles, was bisher getragen hat geht vorerst einmal verloren. Die Frage hier ist: Was stabilisiert in solchen Krisen? Der Prozess ist wie ein „Pendeln zwischen mehreren Gleichwertigkeiten“, ein Pendel zwischen den widersprüchlichen Gefühlen. Dabei bedarf es eines konkreten Angebots z.B.: „Wir hoffen mit Ihnen auf eine gute Entwicklung und trotzdem wäre ein Gespräch sinnvoll, welche Wünsche sie haben, wenn die Zeit begrenzt ist“. Zudem kommen Fragen auf, wie: was will gelebt werden in Anbetracht des Sterbens. Für die Begleitung bedeutet das: Wahrnehmen, dableiben und aushalten – vor allem das Aushalten von Widersprüchlichkeiten. Begleitung bei Verlust und Trauer ist dann: die Hand ausstrecken, hinhalten – aber nicht gleich zugreifen, denn Trauerende wollen in jeder Phase des Prozesses in ihrer Selbstbestimmung bleiben. Menschen in Begleitung und Seelsorge sollten sich mit Deutungen sowie Interpretationen zurückhalten oder wie es Frau Dr.<sup>in</sup> Henry formulierte: „Erzählen sie mir von ihrem Schmerz (gleich ob körperlich oder seelisch) ...“ der Patient\*in/Klient\*in hat immer recht, weil es geht nicht um diagnostische Aspekte aus medizinisch oder psychologischer Sicht, sondern um das subjektive Wehrnehmen und Empfinden – das will ernst genommen werden.

Eine spirituelle Haltung in der Trauerbegleitung kann bedeuten, das Leben an sich in einem inneren Transzendenzbezug zu stellen. Die theologisch-spirituelle Dimension ist ein innerer Resonanz- Raum, den der/die Begleiter\*in in sich mitträgt und kann in einer stillen Art mitschwingen, so *Dr. Steffen Glathe* in seinem Vortrag. In Trauer und Abschiedsprozessen werden eigentlich alle Betroffenen mit Grundfragen konfrontiert, wie:

- *Kann ich sein – bin ich körperlich und seelisch existent?*
- *Mag ich leben – finde ich wieder die Zustimmung im Sinne, gut, dass es mich gibt*
- *Kann ich meinen Lebensweg zustimmen – soll ich so leben, will ich so leben – finde ich eine Zustimmung für meine konkrete Lebenspraxis.*

Die Konfrontation mit der Endlichkeit ist zudem die Einladung ganz im Jetzt zu leben, denn nur im Jetzt begegnet uns die Fülle des Lebens. Wenn jemand (aus dem Leben) geht, bleiben wir zurück mit Fragen wie: Worum geht es im Grunde (eigentlich), wenn ich streite, wenn ich arbeite, wenn ich liebe, wenn ich plane, wenn ich täglich aufstehe, ... Und stimmt diese Antwort dann wirklich?