

Das LAVIA Lebensweg- und Trauermodell

Das LAVIA Lebensweg- und Trauermodell lädt insbesondere in Krisenzeiten dazu ein, innezuhalten, zu reflektieren und den eigenen Standort im Lebenslauf wahrzunehmen. Es wurde von Mechthild Schroeter-Rupieper auf der Grundlage langjähriger pädagogischer und psychosozialer Erfahrung entwickelt und verbindet fachliche Erkenntnisse mit erfahrbarer Symbolik für Menschen aller Altersgruppen.

Der Name „Lebensweg- und Trauermodell“ macht deutlich: Trauer ist nicht isoliert zu betrachten, sondern Teil des gesamten menschlichen Daseins: mal deutlich spürbar, mal eher im Hintergrund, so wie sie zu bestimmten Zeiten im Leben ihren Platz und ihre Bedeutung hat.

Dabei zeigt sich Trauer sowohl als Gefühl als auch als Zustand: Sie kann uns in einzelnen Momenten als Schmerz, Sehnsucht oder Leere begegnen und wenn sie anhält, zu einem vorübergehenden Zustand werden, der unser Erleben stärker prägt.

Das LAVIA-Modell verdeutlicht, dass Trauer kein Ausnahmezustand ist, sondern Teil eines Weges, den wir alle gehen: Schritt für Schritt, in eigener Geschwindigkeit, meist mit Blick nach vorn.

Im Mittelpunkt stehen sechs zentrale Aufgaben, die Menschen nicht nur in Zeiten des Verlustes begegnen, sondern auch in anderen Lebensabschnitten immer wieder erfahren - oft in veränderter Tiefe und mit neuen Perspektiven. Diese Aufgaben sind eingebettet in einen Labyrinthweg, der verdeutlicht: Der Lebensweg ist verschlungen, voller Wendungen, ein Auf und Ab, ein Hin und Her - wie ein Pendeln.

Unser Blick richtet sich dabei nach vorn in die Zukunft, in die Gegenwart und auch zurück in die Vergangenheit. Und doch verläuft unser Lebensweg immer nur in eine Richtung: nach vorn. Es ist nicht möglich, auf dem eigenen Weg wirklich zurückzufallen. Wir entwickeln uns weiter, selbst dann, wenn wir stehen bleiben oder Umwege gehen.

1. Funktionieren (in einer extremen Form)

Zu Beginn vieler Krisen oder Verluste sichert das Funktionieren das äußere Weiterleben - Alltag, Organisation, Handlungsfähigkeit. Es ist ein Schutzmechanismus, der Halt gibt, solange das Innere noch keine andere Verarbeitung zulässt. Doch dauerhaftes Funktionieren ohne Gefühlsausdruck kann die Auseinandersetzung mit dem Erlebten blockieren.

Wünschenswert ist es auf Dauer, dass ein „normales“ Funktionieren wieder im Alltäglichen stattfindet.

2. Begreifen

Das Begreifen - auf kognitiver und emotionaler Ebene - ist ein schrittweiser, oft widersprüchlicher Prozess. Manchmal gelingt es nur teilweise, manchmal entsteht auch das Gefühl, *nicht* begreifen zu können. Auch das ist Teil des Weges: zu erkennen, dass nicht alles erklärbar ist und dass es in Ordnung ist, offen mit Teilen von diesem Nicht-Verstehen erst einmal zu leben.

3. Akzeptieren

Akzeptanz bedeutet nicht unbedingt Zustimmung, sondern Anerkennung einer Realität, die sich nicht ändern lässt. Sie vollzieht sich nicht einmalig, sondern in Etappen - oft im Wechselspiel mit Nicht-Akzeptieren, innerem Aufbegehren oder Erschöpfung. Die Bereitschaft, sich mit dem Neuen auseinanderzusetzen, ist der erste Schritt. Schlussendlich geht es darum, aus dem was das Leben genommen oder angeboten hat, das Bestmögliche für das Weiterleben zu gestalten.

4. Vielfalt der Gefühle

Gefühle in Zeiten von Trauer und Krise sind vielfältig und komplex: Wut, Leere, Angst, Schuld, Liebe, Dankbarkeit. Sie dürfen nebeneinander existieren. Ihre Anerkennung und ihr Ausdruck stärken unsere „emotionale Muskulatur“ - ein inneres Gerüst, das durch Erfahrung, Beziehung und Reflexion wächst und uns im Leben trägt.

5. Veränderung

Verlust verändert - das Leben, das Selbstbild, die Spiritualität, das Umfeld. Veränderung ist kein Ziel, sondern ein Prozess: sich neu orientieren, neue Wege entdecken, Werte überdenken. Es entstehen neue Rollen, neue Verantwortlichkeiten - aber auch neue Möglichkeiten.

6. Beziehungsort

Auch wenn ein Mensch nicht mehr da ist, bleibt die Verbindung. Sie wandelt sich, lebt weiter im Inneren, in Ritualen, Erinnerungen, Symbolen. Der Beziehungsort ist sowohl ein innerer Raum wie auch ein Ort der lebendigen Beziehungen zu anderen, zu sich selbst, im Weiterleben.

Das Labyrinth als Lebensbild

Der Weg des Modells ist in Form eines Labyrinths angelegt: Lebensaufgaben begegnen uns wiederholt - doch nie auf exakt gleiche Weise. Mit jeder Lebensphase, jeder Erfahrung verändert sich die Bedeutung der Aufgaben. Der Blick *auf* das Modell von außen - wie aus der Vogelperspektive - schafft Orientierung. Supervision. So, wie wir uns in einem Maisfeldlabyrinth oft verirrt und orientierungslos fühlen, hilft das Modell dabei, Muster, Stationen und Wege zu erkennen, die wir mitten im Geschehen nicht, jedoch aus der Perspektive auf das (Maisfeld-)Labyrinth von oben, überblicken können.

Die Landschaft des Modells zeigt, dass der Lebensweg unterschiedliche Untergründe hat: steinig, sumpfig, eben, mit Sitzgelegenheiten zum Innehalten. Auch Symbole wie u.a. Brücke, Schutzhütte, Tunnel oder Gipfelkreuz verdeutlichen: Es gibt Orte der Herausforderung, des Schutzes, der Kraft und der Weitsicht. „Wetterlagen“ stehen dabei sinnbildlich für äußere Umstände und innere Zustände, die beeinflussen, wie der Weg vor der Krise oder aktuell erlebt wird.

Mai 2027

