Trauer braucht Platz im Leben

TRAUER Vor zehn Jahren wurde die Christian-Presl-Stiftung gegründet. Sie bietet seitdem eine Begleitung für Menschen an, die um einen lieben Menschen trauern. Gespräche sollen helfen, die Trauer anzunehmen und sie zu ertragen.

Foto: Heike Beudert

VON UNSEREM REDAKTIONSMITGLIED **HEIKE BEUDERT**

Bad Kissingen – Es ist angenehm warm in den Räumen der Christian-Presl-Stiftung (CPS), der Beratungsstelle für Menschen in Trauer. Wenn die Seele trauert, ist dem Körper oftmals kalt, erklärt die Sozialpädagogin und Leiterin der Beratungsstelle Maritta Düring-Haas. Deshalb umgibt wohlige Wärme die Trauernden, wenn sie hier ihren Kummer von der Seele sprechen können. Seit zehn Jahren gibt es die Stiftung und Beratungsstelle, die für Trauernde aus der ganzen Region eine Anlaufstelle geworden ist.

Die Christian-Presl-Stiftung sei ein Ort gewesen, an dem sie sich aufgefangen fühlte, als der plötzliche Tod ihres Mannes eine große innere Leere bei ihr hinterlassen hat, erklärt eine Witwe (Name der Zeitung bekannt). Ihm Gespräch mit der Sozialpädagogin Cornelia Weber habe sie ihren Gefühlen freien Lauf lassen können. Sie konnte sagen, was sie belastet. „Es war Zeit zum Reden, Zeit zum Weinen und Zeit zum Schweigen“, sagt die Frau aus dem Landkreis Bad Kissingen. Sie sei in der Beratungsstelle einfach nur angehört worden, musste nicht funktionieren. Aber sie habe auch erfahren, dass ihr niemand ihre Trauer abnehmen kann.

„Wir können keine Rezepte geben“, sagt deshalb auch Maritta Düring-Haas. Aber sie und ihre Kollegin Cornelia Weber wollen den Menschen, die bei ihnen Hilfe suchen, die Zuversicht geben, in der Trauer ihren eigenen Weg zu gehen.

Die Einzelgespräche sind der erste Schritt, den die Christian-Presl-Stiftung Ratsuchenden anbietet. Wer möchte, hat auch die Möglichkeit, in Gesprächsgruppen mit anderen über seine Trauer zu reden.

Unsicherheit ist da

Eine Besonderheit sind die Gruppen für trauernde Kinder und Jugendliche. Drei Kindergruppen gibt es aktuell und eine für Jugendliche. Gerade Kinder verarbeiten den Tod eines nahen Angehörigen ganz anders, erklärt Maritta Düring-Haas. Betroffene Eltern wüssten oft nicht, wie sie mit den Kindern über den Verlust sprechen sollten. In der Gruppe bekommen die Kinder Möglichkeiten, ihre Trauer auszudrücken. Dem Sorgenbaum können die Kinder ihre Gefühle anvertrauen. Es sind Rituale, mit denen in der Christian-Presl-Stiftung gerne gearbeitet wird. Auch die Tränenschale, ein getöpfertes Gefäß, gehört zu diesen Ritualen. Dorthin wandern die Taschentücher, die während der Gespräche gebraucht werden. „Bei uns darf man weinen“, sagt Maritta Düring-Haas. „Wir halten das mit den Trauernden aus.“

Tränen sind oft das, wovor das Umfeld von Trauernden Angst hat, betont die Sozialpädagogin. Aus vielen Gesprächen mit Trauernden und Nichtbetroffenen wissen Maritta Düring-Haas und Cornelia Weber, wie schwer die Begegnung zwischen Trauernden und dem weiteren Umfeld sein kann. So fällt auf, dass sich in jüngster Zeit auch Menschen an die CPS wenden, die unsicher sind, wie sie Trauernden begegnen sollen und sich deshalb Hilfe holen.

Einst für Unfallopfer gedacht

Ursprünglich war die Stiftung als Hilfe für Unfallopfer gedacht. Sie wurde nach dem Unfall von Christian Presl von dessen Familie ins Leben gerufen. Die Familie Presl ist Gesellschafter der Klinik Bavaria und hat deshalb eine enge Verbindung zu Bad Kissingen.

Schon kurz nach der Gründung der Stiftung hatte Maritta Düring-Haas gemerkt, dass für Unfallopfer bereits Angebote existierten, während es vor zehn Jahren für die Hinterbliebenen wenig Begleitung gab. „Trauer war ein Randthema“, sagt Maritta Düring-Haas. So reifte die Idee zur Beratungsstelle für trauernde Menschen. Sehr früh hatte die Beratungsstelle Kontakt mit Notfallseelsorgern aufgenommen. Heute richtet die CPS alljährlich einen runden Tisch aus, bei dem sich Trauerbegleiter unterschiedlicher Organisationen austauschen können. Es ist ein Netzwerk gewachsen.

Maritta Düring-Haas und Cornelia Weber sowie die CPS-Assistentin Rosemarie Stüwe sind beruflich immer von der Trauer umgeben. Sie können gut damit umgehen? „Wir sind ein tolles Team“, sagt Maritta Düring-Haas. Das hilft. Mit zunehmendem Alter, meint Cornelia Weber, wachse zudem die Akzeptanz, dass es Verlust und Schmerz im Leben gibt. Für sie geht es in der Trauerbegleitung nicht um den Tod, sondern um das Weiterleben, auch wenn oder gerade weil der Tod dazu gehört.

> *„Bei uns darf man weinen.“*
>
> **Maritta Düring-Haas**
> Sozialpädagogin

Jahresprogramm der Christian-Presl-Stiftung

Beratungsstelle Die Christian-Presl-Stelle hat ihre Räumlichkeiten in Bad Kissingen in der Spargasse 18 (Telefon 0971/699 190 70). Homepage: *www.christian-presl-stiftung.de*

Angebote Die Christian-Presl-Stiftung bietet Trauerbegleitung für Einzelpersonen, Paare und Familien sowie Trauerbegleitung für Kinder und Jugendliche vorwiegend aus den Landkreisen Bad Kissingen, Rhön-Grabfeld, Schweinfurt.

Programm Die Termine im Oktober: Themenabend am 19. 10.; Meditatives Tanzen am 28. 10. in der Klinik Bavaria; November: Ein Tag für mich am 25. 11. in der Klinik Bavaria. Dezember: Ökumenischer Gedenkgottesdienst zum Welttag der verstorbenen Kinder am 10. 12. in der Erlöserkirche Bad Kissingen.

Finanzierung Die Angebote werden von der Stiftung getragen. Spenden werden aber gerne entgegengenommen.