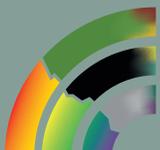




Verwaiste Eltern und Geschwister Hamburg e.V.

—

*Das
Jahresmagazin
2017*





Inhalt

3

Editorial

Ilona Stegen – Vorsitzende des Vereins

4

Thema Geschwistertrauer

»Die Verstorbenen begleiten uns«

8

Interview mit Andreas Tietz

»Die Bilder sind immer noch da«

12

Das tat gut!

Stärkende Momente 2017 im Rückblick

Jahresbericht 2017

16

Menschen und Tätigkeiten

Das sind wir / Das machen wir / Jahresrechnung 2017

23

Ausblick

Das sind unsere wichtigsten Themen

24

Einblick

Statements von Trauernden

28

Lesenswert

Bücher über Geschwistertrauer

30

Impressum





**Liebe Unterstützerinnen und Unterstützer,
liebe Freundinnen und Freunde des Vereins,**

mit diesem Heft „Das Jahresmagazin 2017“ der Verwaisten Eltern und Geschwister Hamburg möchten wir Ihnen einen Einblick in unsere tägliche Arbeit und die für uns prägenden Projekte geben. Diejenigen, die zum ersten Mal von uns hören oder in diesem Heft von uns lesen, möchte ich herzlich begrüßen. Ich freue mich, dass Sie sich einen Augenblick Zeit für das Thema Trauerarbeit nehmen.

Wie gehen Kinder mit dem Tod eines geliebten Geschwisterkindes um? Wie verarbeiten sie den Verlust als Erwachsene? Auch erwachsene Geschwister, die um einen Bruder oder eine Schwester trauern, haben in unserem Verein einen festen Platz. Dort hat ihre Trauer einen Raum. Wie wohltuend der Austausch innerhalb der Gruppe ist, erfahren Sie in der Reportage „Die Verstorbenen begleiten uns“ (ab Seite 4). Andreas Tietz, jetzt ein erwachsener betroffener Bruder, antwortet in einem bewegenden Interview auf Fragen zu seinem Trauerweg, der bereits vor vielen Jahren, 1979, begonnen hat (ab Seite 8).



Wir sind ein gemeinnütziger Verein und unsere Arbeit basiert komplett auf Spenden. Dank einer großartigen Unterstützung auch im vergangenen Jahr konnten wir, wie auf den folgenden Seiten beschrieben, aktiv sein. Trauerbegleitung muss gesichert weitergehen und so darf ich Sie bitten, unsere Arbeit zu unterstützen – so wie Sie können und mögen.

**Große Unterstützung haben wir bei der
Erstellung dieses Magazins erfahren. Mein
Dank gilt den Journalistinnen, der Fotografin,
der Art-Direktorin, der Lektorin und der Druckerei für ihren Einsatz
mit viel Herzblut.**



Ich danke Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, für Ihren Mut und Ihr Interesse, sich mit diesem wichtigen Thema zu befassen. Trauer geht uns alle an.

Bleiben Sie uns verbunden.
Ihre

Ilona Stegen





» Die Verstorbenen

begleiten



Austauschen statt tabuisieren: Die Trauergruppe hilft verwaisten Geschwistern, ihren Verlust zu verarbeiten

Reportage von Dagmar Schramm

Das März-Treffen der erwachsenen verwaisten Geschwister steht ganz im Zeichen des Frühlings: Trauerbegleiterin Hilda Razafindraboay hat ein grünes Tuch in der Mitte des Raums ausgebreitet, darauf hat sie Blumenzwiebeln, eine Vase mit leuchtend gelben Narzissen und glitzernde Tautropfen aus Glas gelegt. Der Tag war sonnig und lässt auf ein Ende des langen Winters hoffen.

Nach und nach trudeln die neun Teilnehmerinnen und Teilnehmer des heutigen Treffens ein: Tom und Yasmin mussten sich mit ihren Rädern durch die „Merkel muss weg“-Demo kämpfen, die neuerdings auch in Hamburg stattfindet und die Innenstadt verstopft. Jana ist spät dran, weil sie noch ihre kleine Tochter an den Vater übergeben musste. Larissa ist etwas früher gekommen, sie wirkt gedankenverloren und in sich gekehrt. Genau wie Andrea nimmt sie zum ersten Mal an einem Gruppentreffen teil. Beide Frauen werden ganz selbstverständlich aufgenommen. Dazu braucht es nicht viele Worte – das gemeinsame Schicksal, der Verlust eines Bruders oder einer Schwester, schafft sofort eine Verbindung zwischen den Teilnehmerinnen und Teilnehmern.

Hilda Razafindraboay begleitet die Gruppe seit anderthalb Jahren. Die Eltern der 48-Jährigen mit den funkelnden dunklen Augen stammen aus Madagaskar. Sie ist ausgebildete Palliativ-Care-Krankenschwester und hat ihre Weiterbildung in Köln bei der Dr. Mildred Scheel Akademie absolviert. Während ihrer Tätigkeit in einem stationären Hospiz machte sie berufsbegleitend über zweieinhalb Jahre eine personenzentrierte Gesprächsausbil-

Verbunden durch Trauer: Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Geschwister-Trauergruppe können ihre Gefühle nachempfinden und sich in diesem geschützten Raum austauschen. Das hilft ihnen, mit ihren Verlusten umzugehen.

dung. Ehrenamtlich galt ihr Engagement einem ambulanten Kinderhospizdienst. Nach weiteren Ausbildungen zur Trauerbegleiterin für Erwachsene und Kinder ist sie zu den Verwaisten Eltern und Geschwistern gekommen. Auch sie hat als Jugendliche ihre 15 Monate ältere Schwester verloren und hat somit einen besonderen Zugang zu den Menschen, die sie heute begleitet. „Als meine Schwester starb, gab es keine Hilfsangebote für uns als Familie. Das Thema Tod wurde tabuisiert“, erinnert sie sich. „Insbesondere die Geschwister wurden in



uns «





ihrer Trauer kaum wahrgenommen. Trauernde Geschwister stehen auch heute noch manchmal im Schatten. Der Geschwistertrauer wird oft weniger Aufmerksamkeit entgegengebracht als der Elterntrauer. Ich habe mich lange mit mir selbst und meinen Trauergefühlen auseinandergesetzt. Es war mitunter ein mühsamer Weg, mit diesem schweren Verlust wieder Vertrauen ins Leben zu bekommen. Ich habe es als meine Aufgabe gesehen, das Leben mit der Trauer in seiner Fülle wieder zu genießen.“ Sie ist rückblickend froh und dankbar, sich trotz mangelnder Angebote damals frühzeitig und gezielt der aktiven Gestaltung ihrer Trauer und ihres Lebens mit dieser schlimmen Erfahrung gewidmet zu haben. „Diese kostbaren Erfahrungen möchte ich als Trauerbegleiterin gerne teilen.“ Trotz der Schwere, die an diesem schönen Märzabend im Raum nahezu greifbar ist, verbreitet Hilda Razafindraboay Ruhe und Optimismus. Sie lädt die neun Frauen und Männer der Gruppe zu Beginn ein, eine Kerze für sich und ihre Verstorbenen anzuzünden. Anschließend liest sie einen bewegenden Text vor, passend zum Motto des Treffens: „Ich gebe als Trauerbegleiterin bei jedem Treffen einen Impuls“, erklärt Hilda. „Heute ist es das Thema Veränderung, was uns der Frühling und die gerade wieder erwachende Natur verdeutlicht. Genau wie die Natur wandelt sich auch unsere Trauer – sie vergeht zwar nie, aber man lernt, sie mit ihren vielen Facetten in das Leben einzubinden.“

Die Anwesenden wählen im Verlauf des zweistündigen Treffens Fotokarten aus, die Hilda Razafindraboay ausgelegt hat. Als sie erklären, warum sie ein bestimmtes Motiv gewählt haben, wird die Trauer in ihren verschiedenen Phasen begreiflich: Andrea zeigt eine Karte mit Bahngleisen, die in verschiedene Richtungen gehen. Für sie verdeutlicht das Bild einen festgelegten Weg, den sie kaum beeinflussen kann. „Die Gleise symbolisieren für mich, dass einer abbiegt und ganz woandershin fährt als man selbst. Sie zeigen, wie wenig Spielraum ich im Moment habe.“ Jana hingegen deutet das gleiche Motiv für sich positiv: „Für mich stehen die Gleise für Bewegung, für meine Reise auf dem Weg der Trauer. Sie zeigen, dass es einen Neuanfang geben kann, was zu meiner aktuellen Lebenssituation passt. Für mich wird es Zeit für Neues, ich habe mich deshalb gerade auf einen



neuen Job beworben.“ Auch Yasmin, die ihre Schwester verloren hat, ist an diesem Abend gelöster als sonst: „Ich habe heute erfahren, dass ich meine Mathe Klausur bestanden habe. Im letzten Semester bin ich durchgefallen, weil meine kleine Schwester im Sterben lag und ich nicht gelernt habe. Das will ich ihr heute erzählen.“

Viele Trauernde fühlen sich ihren Verstorbenen während der Gruppentreffen ganz nah. „Die verstorbenen Geschwister begleiten uns Lebenden stets. Wenn wir uns treffen, sind sie trotz ihrer körperlichen Abwesenheit spürbar anwesend“, sagt Hilda. Die Termine bieten Gelegenheit für Erinnerungen – schmerzliche, aber auch schöne. „Der Austausch mit der Gruppe tut mir gut und Hilda hat eine ganz tolle Art auf uns einzugehen“, sagt Jana. „Draußen im scheinbar normalen Leben ist man schnell wieder in seiner Rolle als Kollegin, Freundin, Frau. Viele Menschen verstehen meine

Hilda Razafindraboay macht den Betroffenen Mut und geht auf ihre Bedürfnisse ein





Situation nicht oder vergessen schnell wieder, was mir geschehen ist. Hier fühle ich mich aufgehoben. Außerdem helfen die Gespräche den Trauernden dabei, besser mit besonders schweren Tagen (Geburtstage, Todestage, Feiertage) umzugehen und eigene Rituale zu entwickeln. Tom, der eine Karte mit vereisten Blumen gewählt hat, erzählt von einem solchen Ritual. Er war am Nachmittag anlässlich des Geburtstags seiner verstorbenen Schwester mit seinen Eltern auf dem Friedhof. Anschließend haben sie zusammen Kaffee getrunken. „Heute früh bei der Arbeit hat mich meine Trauer überwältigt, ich konnte mich kaum konzentrieren“, sagt Tom. „Der Nachmittag war dann aber schön. Ich habe mich mit meinen Eltern und meinem Schwager ausgetauscht, das hat gutgetan.“

Die neun Männer und Frauen kommen über ihre Karten ins Gespräch. Einige weinen, manche schweigen. Obwohl sie sich nur einmal pro Monat für zwei Stunden treffen, wird ein starker Zusammenhalt spürbar. Die Trauernden stützen sich gegenseitig und können offen sprechen – was im Alltag oft nicht oder nur schwer möglich ist. „Wenn man sich als Trauerbegleiterin in der Gruppe überflüssig fühlt, ist alles perfekt!“, kommentiert Hilda. „Die Gruppe bestimmt den Fluss der Treffen, legt fest, was heute wichtig ist. Darauf gehe ich begleitend ein. Der Austausch ist heilsam für alle.“

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer schöpfen Kraft aus der Gemeinschaft und den Gesprächen. „Ich gehe nach der Stunde allein zu Fuß nach Hause, weil ich noch so in Gedanken bin“, erklärt Jana. „Ich fühle mich traurig, habe aber gleichzeitig ein gutes Gefühl.“ So geht es auch Yasmin, die ihre Empfindungen mit dem Foto eines Felsens in der Brandung verdeutlicht: „Ich will mein eigener Fels in der Brandung werden. Meine Mutter kann das gerade nicht sein, deshalb möchte ich selber wieder stark werden. Die bestandene Matheklausur ist ein erster Schritt.“ Larissa hat beschlossen, ihre Trauer anzugehen. „Ich bin froh, dass ich hier sein kann und nicht mehr die ganze Last allein tragen muss“, sagt sie. „Das hilft mir, gestärkt mit dem Leben umzugehen – auch mit schwierigen Situationen.“ Für sie ist klar, dass das Angebot des Vereins bekannter werden muss: „Viele Leute schlucken ihre Trauer runter und wahren die Fassade. Dabei ist es so wichtig, der Trauer Raum zu geben und darüber zu sprechen. Dass das hier im Verein möglich ist, erleichtert mich sehr.“

»Trauer vergeht nie. Aber sie lässt sich in das Leben einbinden.«

Ritual: Kerzen für die Verstorbenen – und Kerzen für die Lebenden





»Die Bilder

Ein Interview mit

sind immer

Andreas Tietz

noch da«

Andreas Tietz ist durch seine persönliche Lebensgeschichte eng mit den Verwaisten Eltern und Geschwistern verbunden. Im Interview mit Stephanie Zietz erzählt er von Verlust, Trauer, gebrochenen Tabus und dem Mut, neue Wege zu gehen. Andreas Tietz ist Unternehmer in Niedersachsen und seit Jahren ein treuer Unterstützer des Vereins

Stephanie Zietz: **Lieber Herr Tietz, wie kam Ihre Verbindung zum Verein zustande?**

Andreas Tietz: Ich war 2012 Präsident des Lions Club in Buchholz Nordheide. Dort hatte ich unter anderem die Aufgabe, mich um den Spendenzweck des alljährlichen Benefizballs zu kümmern. Wie es der Zufall wollte, hatte sich der Verein der Verwaisten Eltern und Geschwister ein paar Monate vorher bei uns gemeldet. Das Thema hat mich sofort angesprochen. Ich dachte, das ist genau das, was mir damals fehlte, als mein Bruder gestorben ist. Daraufhin habe ich diesen Spendenzweck zu meinem Thema gemacht und den Ballerlös dem Verein zugutekommen lassen. Seitdem unterstützen wir den Verein, sowohl ich privat als auch mein Speditions- und Immobilien-Unternehmen. Das ist mir eine Herzensangelegenheit und auch mein zweiter Bruder Michael und meine Eltern stehen sehr hinter diesem Engagement.





Gespräch mit Alsterblick: Stephanie Zietz interviewt Andreas Tietz

SZ: Was ist denn Ihre persönliche Geschichte – mögen Sie uns diese erzählen?

AT: Wir sind drei Brüder gewesen. Im Jahr 1979 ist mein jüngster Bruder im Alter von elf Monaten verstorben. Das war ein einschneidendes Erlebnis. Das Problem war, dass jeder für sich alleine getrauert hat. Da waren plötzlich vier trauernde Einzelpersonen: meine Eltern, mein Bruder und ich. Eine Trauerbegleitung hat es nicht gegeben. Jeder hat das mit sich ausgemacht.

SZ: Erinnern Sie sich noch an den Tag?

AT: Absolut. Ich erinnere auch noch das Uhrenticken und wenn nachts jemand schreit, dann sitze ich heute noch wie ein Osterhase im Bett. Meine Mutter hat nachts festgestellt, dass mein Bruder nicht mehr atmet. Sie hat geschrien und es kam der Krankenwagen, den sehe ich noch um die Ecke fahren. Die Bilder sind immer noch alle da. Am nächsten

Tag klingelte dann das Telefon. Und dann hieß es, ich soll in der Küche bleiben. Das war natürlich ein grausamer Moment. Ich saß alleine in der Küche und hörte nur das Ticken von der Uhr. Wenn heute eine Uhr tickt, werde ich immer noch verrückt, wenn ich das höre. Der Moment hat ewig gedauert.

SZ: Wo war Ihr anderer Bruder?

AT: Mein anderer Bruder war im Kindergarten, der wurde wie so oft behütet. Der sollte morgens in den Kindergarten gehen, der wusste gar nicht, dass Stefan nicht da war. Der ist dann im guten Glauben in den Kindergarten gegangen. Aber das zieht sich durch wie ein roter Faden. Wenn es schlechte Nachrichten gab, dann hab ich die immer zuerst gehört. Das hat sich auch später noch fortgesetzt. Ich frag mich schon, warum haben die mich nicht auch zur Schule geschickt, das hätten sie auch machen können, aber ich bin nun mal der Ältere.

Die Doppelbelichtung mit dem kleinen Bruder im Vordergrund und den Großeltern im Hintergrund erinnert Andreas Tietz an schöne Momente





SZ: Wie alt waren Sie?

AT: Ich war damals acht und mein Bruder war fünf Jahre alt. Da entstand ein sehr seltsames Phänomen. Keiner wollte den anderen traurig machen. Selten redeten wir über den Verlust und jeder war auf Harmonie bedacht. Das heißt, es entstand ein total angepasstes Familienleben. Ich habe immer versucht, gut in der Schule und im Sport zu sein, um meinen Eltern keinen Kummer zu machen. Und das war nicht gut. Das fliegt einem natürlich irgendwann um die Ohren. Ich habe erst im Erwachsenenleben gelernt, mit Konflikten umzugehen und Sensibilität als Stärke zu erfahren.

SZ: Wie sind Sie als Kind mit dem Verlust umgegangen?

AT: Klavier, Orgel und Tennis – bis zum Exzess. Ich wollte der beste Tennisspieler und Richard Clayderman am Flügel werden. Immer in die Perfektion.

SZ: Und wenn Sie erfolgreich waren?

AT: Ich war nie zufrieden. Das war wie ein Hamsterrad. Erfolg war für mich, wenn die Realität die Erwartungen übertrifft. Ich habe erst in den letzten Jahren gelernt, dass die inneren Werte mehr zählen als die, die man in Euro und Quadratmetern ausdrücken kann.

SZ: Welcher Erinnerungen haben Sie an Ihren Bruder?

AT: Die Verbindung war ganz, ganz innig. Wenn ich aus der Schule kam, bin ich immer sofort zu ihm hingerrannt. Der war zwar sehr klein, aber ich kann noch unglaublich viele Erlebnisse und glückliche Momente in Erinnerung rufen.

SZ: Was war denn ein schöner Moment, der Sie bis heute begleitet?

AT: Ich hatte eine kleine Kamera als Kind. Einmal habe ich den Film nicht weitergezogen und da ist ein Foto von meinem Bruder im Laufstall entstanden. Das Bild hat sich überlappt mit dem Foto meiner Großeltern, das ich zuvor gemacht hatte. Mein Bruder im Vordergrund, meine Großeltern im Hintergrund. Das war ein ganz einprägsames Bild, das mir geblieben ist.

SZ: Wie haben Sie als Erwachsener Zugang zu dem Thema gefunden, das jahrelang tabuisiert wurde in Ihrer Familie?

AT: Ich habe mir das hart erarbeitet, Zugang zu dem Thema zu bekommen. Ich habe viele Bücher von Roland Betz gelesen und die Meditationen regelmäßig durchgeführt. Fasziniert hat mich auch das Buch ‚Der Mönch, der seinen Ferrari verkaufte‘. Es geht hierbei um das Geheimnis des Glücks. Da steckt sehr viel drin in diesem Buch. Man muss sich nämlich die Heilung wirklich erarbeiten. Außerdem habe auch mit einer Dame Christine Schmid aus Hamburg gearbeitet, die ‚Transformational Breath‘ anbietet. Es ging im Kern um das freie Atmen, dabei kommen Bilder hoch, die transformiert werden. Wenn ich jetzt an meinen Bruder denke, dann hab ich ein deutlich leichteres Gefühl als noch vor einem halben Jahr. Ich habe einen inneren Frieden gemacht mit dem Thema. Seit diesen Behandlungen bin ich so richtig im Hier und Jetzt.

SZ: Ihre Eltern wollten nicht, dass Sie zur Beerdigung gehen. Konnten Sie das im Nachhinein besprechen?

AT: Das hat ganz lange gedauert, ehe wir das überhaupt ansprechen konnten. Mein Bruder und ich waren nicht bei der Beerdigung dabei. Ich habe mich nie getraut zu fragen, warum das so war. Aber als mein achtjähriger Sohn genau in meinem damaligen Alter war, hat er diese Frage gestellt. Ich war mit ihm oft am Grab meines Bruders und er wollte gern wissen ‚Warum warst du denn nicht bei der Beerdigung dabei, Papa?‘. Er hat dann sehr viel später auf einer Familienfeier vor allen Leuten gefragt: ‚Warum durfte Papi nicht bei der Beerdigung sein?‘. Es herrschte Schweigen am Tisch. Er hat sich getraut etwas auszusprechen, was ich mich in 35 Jahren nicht getraut habe zu fragen. Da war ich plötzlich wieder der Kleine in diesem Moment.

SZ: Und wie war die Antwort?

AT: Der Pastor hat damals gesagt, dass es besser sei, wenn die Kinder nicht mit dabei sind. Das letzte Bild für mich war, dass wir ihn besucht haben in einem Kühlraum. Das ist auch so ein Bild, das man als Kind nicht braucht. Abschied zu nehmen in einem kalten Raum.

SZ: Was hätten Sie sich denn gewünscht als Kind?

AT: Ich wäre gern bei der Beerdigung dabei gewesen. Mit dem letzten Bild, als ich Stefan sah im Kühlraum, da sind auch viele Gefühle bei mir eingefroren. Die Kühle hat mich ewig begleitet. Ich klage meine Eltern aber nicht an. Sie haben das getan, von



dem sie dachten, es sei richtig. Sie haben ihr Bestes gegeben. Meine Mutter trifft sich heute auch mit Ihrer Vorsitzenden, Ilona Stegen, um über den Tod ihres jüngsten Sohnes zu sprechen. Sie hat Respekt vor der Begegnung, aber sie stellt sich. Ich bin mir sicher, dass es ihr hilft. Das Leben in Verdrängung holt einen irgendwann immer ein.

SZ: Und beinahe hätten Sie vor Kurzem wieder eine tragische Situation erlebt?

AT: Ja, wir waren gerade im Urlaub auf den Malediven. Meine Tochter hat sich beim Essen in einem Restaurant verschluckt und hat eine Minute nicht atmen können. Keiner hat etwas tun können. Plötzlich kommt ein Mann, schubst mich zur Seite, wendet einen speziellen Griff an und sie kann wieder atmen. Und da sagte ich zu dem Mann: ‚Sie müssen ein Engel sein?‘. Er hat geantwortet: ‚Nein, ich bin Ingenieur, aber mein Bruder und meine Schwester sind Ärzte.‘

Dann hat er auf einmal realisiert, was er getan hat, und wir haben dagestanden und zusammen geweint. Er hat diesen Griff zum ersten Mal angewendet. Das war eine echte Grenzerfahrung.

Ich habe dieses Erlebnis in unserer Familie oftmals besprochen und aufgearbeitet, da es uns doch sehr beschäftigt. Wir haben mittlerweile einen ganz transparenten Umgang gelernt und wissen auch, wie wichtig Verarbeitung ist – insbesondere für unsere Tochter.

SZ: Was raten Sie anderen?

AT: Möglichst schnell an die Themen ranzugehen und tief in sich reinzuspüren und den Schmerz nochmals zuzulassen. Ich bin kein Freund mehr von Verdrängung. Man sollte den Gefühlen Raum geben und diese nochmals intensiv durchleben. Es lohnt sich, denn die Heilung ist der Lohn! Das verändert viel. Mit der Verarbeitung der Trauer muss man heute ja nicht mehr allein bleiben.

Ich kann Betroffene nur ermuntern, sich möglichst schnell an den Verein zu wenden und nicht Jahre zu warten. Diese Verarbeitung ist auch eine Reise zu sich selbst, auf der man seinen inneren Frieden findet und so wieder in die Leichtigkeit des Lebens kommt.

Ich kann mittlerweile gut darüber sprechen und bin auf einem guten Weg.

SZ: Vielen Dank für Ihre Offenheit!

AT: Sehr gern. Ist mir eine Herzensangelegenheit.

Geschwistertrauer: Ein Plädoyer für mehr Offenheit

Aus dem Alltag einer Trauerbegleiterin



Martina Barnert begleitet Kinder- und Jugendgruppen, Gruppen für erwachsene Geschwister und Elterngruppen. Sie hat erfahren, dass jedes Familienmitglied anders trauert. Das tiefste Verständnis für jedes Familienmitglied sowie für die Trauerarbeit selbst entwickelte sie durch ihre persönlichen Erfahrungen mit Trauerfällen, Verlusten in ihrer Familie und deren Umgang damit.

Jedes Familienmitglied trauert anders, weil jedes Familienmitglied eine andere Beziehung zu dem Verstorbenen hat: ein anderes Alter, eine andere Rolle. Selbst bei Geschwistern trauert jeder anders. Das hängt neben dem Alter des Geschwisters, der Beziehung auch von der Trauerkultur in der Familie selbst ab. Kinder und Jugendliche brauchen eine vertrauensvolle Heranführung, ein Gesehenwerden in ihrer Trauer, eine Sprache und einen Ausdruck für ihre Trauergefühle.

In meinem Beruf als Schulsozialpädagogin habe ich festgestellt, dass hinter auffälligem Verhalten oder auch psychosomatischen Störungen manchmal unverarbeitete Trauer steckt.

Diese nicht betrauten innerfamiliären Todesfälle resultieren oft aus dem Bedürfnis der Eltern, ihren Kindern den Schmerz zu ersparen, der für sie selbst unerträglich ist und aus dem Nicht-gesehen-Werden der kindlichen Trauer durch Erwachsene oder der Unsicherheit dem Thema Tod und Trauer gegenüber. Das Nicht-darüber-Sprechen (-Können), die „Verschwörung des Schweigens“ bedingt in der Familie, im schulischen und beruflichen Kontext oder im Freundeskreis eine große Hilflosigkeit, Unsicherheit und Schmerz im Miteinander. So sind die Eltern, die Erwachsenen, Vorbilder im Umgang mit Trauer.

Es braucht Aufklärungsarbeit, Offenheit und Mut im Umgang mit Tod und Trauer, denn auch Lehrer stehen der Trauer manchmal zunächst hilflos gegenüber.



Das tat gut!
**Stärkende
Momente im
Rückblick**

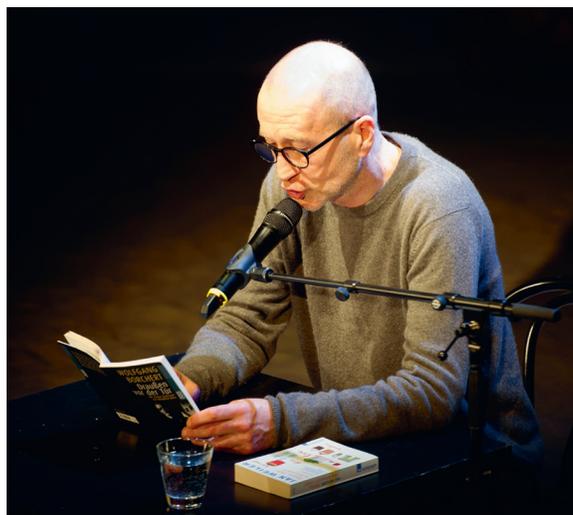
Benefizlesung, Ostseetag und Paddeltour – ein Rekurs auf unsere schönsten Aktivitäten des vergangenen Jahres



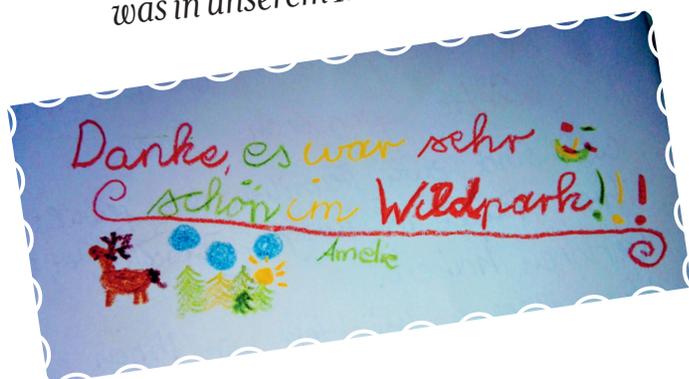
19. Februar 2017 Benefizlesung – Peter Lohmeyer

Situationskomik pur! In einer Benefizlesung, die allen Gästen unvergesslich bleiben wird, kam das schauspielerische Talent von Peter Lohmeyer in den Hamburger Kammerspielen voll zum Tragen. Mit Erzählungen von Wolfgang Borchert („Draußen vor der Tür“) und Jan Weiler („Maria, ihm schmeckt’s nicht!“) begeisterte er die Zuhörer.

„Peter Lohmeyers großartige Zungenverrenkungen und seine italienischen Wahlverwandschaften waren ein großer Spaß! Uns hat seine empathische Bühnenpräsenz so gutgetan, es war herzermunternd!“ (Zitat einer Besucherin)



»Das Treffen im Wildpark hilft uns sehr dabei, immer wieder das zuzulassen, was in unserem Inneren so schwer ist.«



12. -14. Mai 2017 Wildparkwochenende – Schäferdorf in der Lüneburger Heide

Das Wildparkwochenende für trauernde Familien erfreute sich einer großen Nachfrage. Ermöglicht wurde diese kleine Auszeit durch projektgebundene Spenden. Das Leben im Hier und Jetzt und der Tod des Kindes/Geschwisters stehen für die gesamte Familie im Mittelpunkt des Wochenendes. Diese Möglichkeit wird von unseren Mitgliedern immer wieder dankbar angenommen.



»Gerne denke ich an unseren
gemeinsamen Ostseetag
zurück und spüre die Kraft,
die Liebe und die Wärme
unserer Gemeinschaft!«

17. Juni 2017 Ostseetag für Mütter

Unser Tag für trauernde Mütter in Begleitung von Trauerbegleiterinnen fand auch im vergangenen Jahr wieder in Pelzerhaken an der Ostsee statt. Müttern eine Auszeit und einen Krafttag in der Gemeinschaft und im Einklang mit der Natur als Erinnerung und Verbindung zu ihren verstorbenen Kindern zu ermöglichen, war der Sinn dieses Ausfluges. Verbunden haben die Teilnehmerinnen dies mit Ritualen, Texten und intensiven Gesprächen.



15. Juli 2017 Paddeltour für Väter auf der Stör

Zwölf Männer in sechs Booten – trauernde Väter und zwei Trauerbegleiter – 18 zurückgelegte Kilometer auf der Stör: Der Tag auf dem Wasser fand bei Wetter wie im April statt. Regen, Sonne, Wolken, Wind – alles war dabei. Die Stör hat viele Gesichter, mal quirlig unruhig und voller Biegungen, mal breit und träge fließend. Zeit für Schweigen, für stille Gedanken im Boot und Männergespräche. Wie ist das, wenn der Kompass des Lebens versagt? Wenn plötzlich so vieles, was Orientierung gab, nicht mehr stimmt, sich falsch anfühlt, weil die Katastrophe einem die Füße wegreißt? Wir haben bei einer Rast am Ufer unsere eigenen kleinen Kompass aus Korken und Nadeln gebastelt, die symbolisch für die eigene Navigation stehen, für die eigenen Himmelsrichtungen, die manchmal wichtig sind, wenn wir Orientierung brauchen, um mit der Trauer weiterleben zu können. Unsere Zeit auf der Stör endete in Kellinghusen am kleinen Hafen, der Fluss nimmt unsere Gedanken flussabwärts mit zur Elbe und weiter zur Nordsee.

»Ein Netzwerk
vieler Ideen, der
Kontakt unter-
einander und die
Stärkung dadurch
sind die Essenz
dieser intensiven
Stunden«



19. August 2017 Begegnungstag

Vorstandsmitglieder, TrauerbegleiterInnen, angestellte und ehrenamtliche MitarbeiterInnen trafen sich für einen Tag zum Teamaustausch im Seminardom in Ahrensburg bei Hamburg. Wie schaffen wir mehr Transparenz, mehr gegenseitiges Vertrauen, wie tragen wir uns gegenseitig in der herausfordernden Arbeit? Das waren die Schwerpunkte des Tages. Die wohlige Atmosphäre des Doms hat sicher dazu beigetragen, dass wir gestärkt und motiviert aus diesem Tag herausgegangen sind.



»Mein Kind hätte sich gefreut, dass ich das heute mache.«



2. September 2017 Kreativtag bei Amelie Guth

Zum dritten Mal hatte die Künstlerin Amelie Guth ihr Atelier für trauernde Eltern geöffnet. An einem sonnigen Samstag im September, an dem sie den Teilnehmerinnen ganz viel Schönes für Herz und Seele schenkte – Kreativität, Mut, Schaffenskraft, Gespräche, Erinnerungen an das verstorbene Kind. Nicht zuletzt sorgte Amelie Guth für das leibliche Wohl mit Salat, Quiche und einem Gläschen Wein. Zufrieden und erfüllt gingen die Teilnehmerinnen mit ihren gemalten Porträts und Stillleben nach Hause. Beeindruckend, was sie geschaffen haben!

22. -24. September 2017 Jugendwochenende in Travemünde

Fünfzehn Jugendliche, bei denen ein nahestehender Mensch gestorben ist, hatten an einem Wochenende im September Raum und Zeit für sich. Im Austausch, Tun und Bewegen ging es um ihre Trauer, Fragen, Sehnsüchte und Erinnerungen. Und auch um ihre Stärken, Interessen und um das, was sie hält und trägt. Symbolisch zum „Rück-Halt“ gestalteten sie Stoffrucksäcke, in denen sie am Ende einiges vom Wochenende mit nach Hause nahmen.



»Das Wochenende ist jedes Mal ein Schatz für uns, denn nur hier können wir die sein, die wir sind. Wir müssen uns nicht verstellen.«



21. Dezember 2017 Bescherung im Stilwerk

Kurz vor dem Weihnachtsfest wurden für unsere trauernden Kinder und Jugendlichen vom Einrichtungshaus Stilwerk und dem Verein Kinderlachen Weihnachtswünsche erfüllt. Die Bescherung für 50 Kinder und Jugendliche aus unseren trauernden Familien war eine großartige Geste zum Weihnachtsfest. Bei Kakao und heißen Waffeln, bei Gesprächen und weihnachtlichen Gesängen sah man in viele strahlende Gesichter.

Unser Dank geht an das Einrichtungshaus Stilwerk und Herrn Vosseler vom Verein Kinderlachen für diese tolle Aktion!





Jahresber 2017

Menschen, Angebote,
Zahlen und Fakten:
Unser Jahresbericht 2017
erlaubt einen vertiefenden
Blick in die Arbeit der
Verwaisten Eltern und
Geschwister e.V. Lesen Sie,
wer wir sind und womit wir
uns beschäftigen

icht





Das sind wir

Mit viel Engagement und Empathie setzt sich der Verein der Verwaisten Eltern und Geschwister e.V. für Trauernde ein

Dass auch Kinder und Jugendliche sterben, wird von vielen Menschen verdrängt. Entsprechend schwer fällt es Hinterbliebenen, einen Umgang mit diesem kaum fassbaren Verlust zu finden. Wenn ein Kind gestorben ist, gerät das gesamte Familiengefüge durcheinander. Angehörige brauchen einfühlsame Zuhörer und eine besondere Ansprache. Sie benötigen Hilfe dabei, einen Weg zurück in ein sinnvolles, lebenswertes Leben zu finden. Neben den Eltern unterstützen wir auch betroffene Geschwister. Ebenso begleiten wir in unseren Gruppen Kinder und Jugendliche, die um ein Elternteil trauern.

ENGAGIERTER EINSATZ IM EHREN- UND HAUPTAMT

Kern unseres Angebots sind dabei die Trauergruppen, sie werden zurzeit von 14 hoch motivierten TrauerbegleiterInnen geleitet. Alle TrauerbegleiterInnen haben eine qualifizierte Ausbildung.

Zudem wird ihnen alle sechs Wochen eine Supervision angeboten – allein für diese unentbehrliche Qualitätssicherungsmaßnahme entstanden dem Verein im vergangenen Jahr Kosten von 1.680 Euro. Für ihren äußerst engagierten Einsatz erhalten die TrauerbegleiterInnen nur eine geringe Aufwandsentschädigung.

In der Verwaltung der Verwaisten Eltern und Geschwister arbeiten drei hauptberufliche Mitarbeiterinnen. Sie organisieren Trauergruppen sowie viele andere Angebote, vertreten den Verein nach außen, halten Kontakt zu den zahlreichen Mitgliedern, NetzwerkpartnerInnen und SpenderInnen. Unterstützt werden sie dabei von ehrenamtlichen MitarbeiterInnen. Der Vorstand engagiert sich ehrenamtlich. Allen MitarbeiterInnen ist das Engagement im Verein eine echte Herzensangelegenheit. Viele möchten den Verwaisten Eltern und Geschwistern etwas zurückgeben – oft aus Dankbarkeit für die Unterstützung, die sie selbst in schwersten Zeiten erfahren haben.

QUALIFIZIERTE TRAUERBEGLEITUNG MIT TRADITION

Seit mittlerweile mehr als 28 Jahren werden Trauernde nun schon von den Verwaisten Eltern und Geschwistern in Hamburg begleitet.

Konzepte für eine qualifizierte Trauerbegleitung waren zunächst in den USA entwickelt worden, Mitte der 1980er Jahre fanden sie dann ihren Weg in die Hansestadt. Erste Trauergruppen gründeten sich, parallel dazu entstanden die Trauerseminare an der Evangelischen Akademie in Bad Segeberg. 1990 wurden schließlich die Verwaisten Eltern Hamburg e.V. gegründet.

Und bald wurde deutlich, dass nicht nur Eltern, sondern auch trauernde Geschwister einer Begleitung bedürfen: Ihnen fehlt plötzlich nicht nur Bruder oder Schwester, sondern auch der Halt in der Familie.

Seit 2004 bieten wir deshalb eigene Gruppen für trauernde Kinder und Jugendliche an.



Ilona Stegen
Vorsitzende und
hauptamtliches Team
(Öffentlichkeitsarbeit)



**Hans-Werner
Ahrend**
stellvertretender
Vorsitzender



Petra Junge
Hauptamtliches Team
(Finanzen/Verwaltung)
Trauerbegleiterin



Petra Schafstedde
Beisitzerin



Sabine de Jong
Beisitzerin



Bärbel Schnitzler
Beisitzerin



Ullrich Kowald
Beisitzer



Axel Köckritz
Beisitzer
und Trauerbegleiter



Sandra Lutz
hauptamtliches Team (Koordina-
tion und Entwicklung Trauerbe-
gleitung) und Trauerbegleiterin





Von links nach rechts:

**Horst Busch,
Martina Barnert,
Karoline Hassell,
Regina Thümer,
Nadine von Kameke,
Tamara Gailberger,
Sandra Lutz,
Rosemarie Otte-Köckritz,
Heike Blumenberg,
Hilda Razafindraboay,
Axel Köckritz,
Petra Junge,
Claudia Mihm**

Nicht abgebildet:

**Claudia Kallies, Barbara Mieves,
Anja Paschen, Andreas Süskow,
Angelika Wrobbel**

Trauerbegleitung allein und in der Gruppe: Das machen wir

GRUPPENBEGLEITUNG

Der Gruppenteilnahme geht ein erstes Einzelgespräch mit einer/m Trauerbegleiter/in voraus. Es dient dem Kennenlernen und der Einschätzung, was momentan hilfreich sein kann. In der Gruppe machen die Eltern und Geschwister die Erfahrung, dass viele Empfindungen, Fragen und Erfahrungen ähnlich sind. Allein das ist oft schon eine Entlastung. Trotzdem trauert jeder auf seine Art und Weise. Neben Gesprächen verhelfen weitere Methoden





zum Ausdruck. Ziel ist nicht das Vergessen, im Gegenteil: Die Liebe zum verstorbenen Kind wird wachgehalten, Wege des Erinnerns werden gefunden. Im Jahr 2017 wurden bei 392 Gruppenabenden trauernde Eltern, erwachsene Geschwister und Kinder und Jugendliche begleitet.

Schon die Erwachsenen können ihre Trauer oft kaum in Worte fassen. Kinder und Jugendliche, je jünger sie sind, brauchen weitere Angebote, um ihre Gefühle zu zeigen: Je nach Alter zeigen sich ihre Empfindungen zusätzlich im Spiel, im Malen und Gestalten, in der Bewegung. Ihnen einen Platz für ihre Trauer und Situation zu geben, ist wichtig. Gleichfalls werden ihre persönlichen Stärken, Interessen und Wünsche in den Blick genommen. 36 Kinder und Jugendliche haben 2017 diese Möglichkeit in unseren altersentsprechenden Gruppen bekommen.

TRAUERWOCHENENDEN

Zweimal im Jahr bietet der Verein Trauerwochenenden in Bad Bevensen an, die von Trauernden bundesweit besucht werden. Neben Gruppengesprächen finden Begegnungen aller TeilnehmerInnen statt, zum Beispiel beim Lichterspaziergang. Die Klage hat an diesem Wochenende ebenso ihren Raum wie auch die Erinnerungen an den geliebten Menschen und die Stärkung der eigenen Ressourcen. Oftmals werden Brücken zueinander gebaut, auch für den Alltag danach. 2017 nahmen 74 Geschwister und Eltern an den beiden Wochenenden teil. Die Teilnehmenden zahlen eine Teilnahmegebühr. Trotzdem entsteht pro Wochenende ein beachtliches Defizit, das durch Spenden gedeckt werden muss.

ABSCHIEDSFEIER FÜR STILLGEBORENE KINDER

Viermal im Jahr ermöglichen wir Eltern, deren Kinder in den ersten Wochen oder Monaten der Schwangerschaft gestorben sind, bewusst Abschied zu nehmen. Den Kleinsten wird gedacht, es werden religiöse und weltliche Texte gelesen und Musik gespielt. Auch können die Eltern und deren Angehörige noch etwas gestalten für die Kinder. Im Anschluss an die Trauerfeier gehen alle gemeinsam zum Grab und die Kinder werden bestattet. Eingebunden in hilfreiche Rituale und das eigene Tun hilft dies Eltern bei der weiteren Verarbeitung. Im Anschluss an die Bestattung stehen wir bei einem anschließenden Kaffeetrinken begleitend zur Seite. 2017 kamen zu den vier Abschiedsfeiern 253 Trauergäste. Gemeinsam organisiert und vor Ort gestaltet mit der Krankenhausseelsorge Hamburg und dem Friedhof Öjendorf.

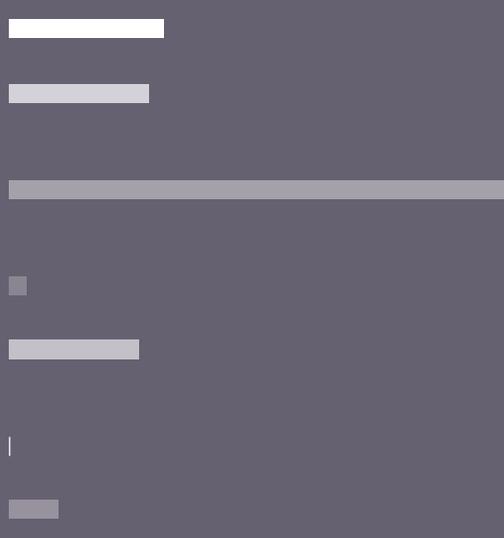
WELTGEDENKGOTTESDIENST

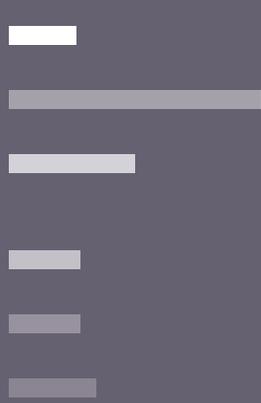
Im Jahr 2017 veranstalteten wir gemeinsam mit und in der St. Michaeliskirche zum 18. Mal den Weltgedenk Gottesdienst, der alljährlich am 2. Sonntag im Dezember weltweit begangen wird. Das Herzstück dieses Gottesdienstes bilden die Texte trauernder Mütter, Väter und Geschwister über die Verstorbenen.



Jahresrechnung

Überblick über unsere Einnahmen und Ausgaben 2017

Einnahmen:	€	
Mitgliedsbeiträge	36.182	
Kollekten	33.868	
Spenden/Mietspenden/ sonstige Spenden	121.085	
Sonstige Projekte/ Veranstaltungen	4.276	
Gruppengeld	31.318	
Bücherverkauf, Benefiz- veranstaltungen, Zinsen etc.	1.919	
Trauerseminare	11.847	
Summe Einnahmen	240.495	

Ausgaben:	€	
Raumkosten	20.277	
Gehälter und Sozialabgaben	76.230	
Gruppenarbeit, Supervision	38.086	
Sonstige Projekte/ Veranstaltungen	21.394	
Verwaltungsleistungen	21.419	
Trauerseminare	26.366	
Summe Ausgaben	203.772	

Ergebnis: + 36.723 €

Rücklagen sind notwendig zur Bildung einer dringend benötigten Reserve, die das Angebot des Vereins auch mittel- und langfristig sichern soll und verlässliche Trauerarbeit damit erst möglich macht. Für größere neue Räume ist die Bildung einer Rücklage ebenfalls dringend notwendig. Als unabhängiger, gemeinnütziger Verein haben wir keinen Träger, keine Stiftung, die uns dauerhaft finanziert. Unsere gesamten Ausgaben müssen jährlich neu durch Mitgliedsbeiträge und Spenden generiert werden. Doch die Spendenbereitschaft schwankt stark, bedingt etwas vom Zinsniveau oder auch weltweiten Katastrophen.

Längst nicht alle Arbeiten lassen sich im Ehrenamt erledigen. Drei festangestellte Mitarbeiter in Teilzeit planen und organisieren die Aktivitäten des Vereins.



Ausblick

Das sind unsere wichtigsten Themen



TRAUERARBEIT

Unser oberstes Ziel ist es, eine verlässliche und qualifizierte Trauerarbeit anzubieten, um trauernde Eltern, Kinder und Jugendliche zu unterstützen und zu stärken. Das geht nur mit einem stetigen Fundraising, auf das wir auch in Zukunft setzen.



NETZWERK

Keine Partner ohne engagierte Kontaktpflege: Wir freuen uns auf die weitere Zusammenarbeit mit den Kirchengemeinden der Nordkirche, dem Dachverband und den Verwaiste-Eltern-Regionalstellen, der Diakonie Hamburg, der Kooperation Kirchenkreis Hamburg, der Kooperation Bethanien, den uns unterstützenden Unternehmen, Stiftungen, Partnervereinen und den privaten Unterstützerinnen und Unterstützern des Vereins.



SCHULUNGEN

Wissen über Trauerbegleitung, Abbau von Hemmschwellen und Sensibilisierung für die Bedürfnisse der Betroffenen: Wir bieten Schulungen für Krankenhauspersonal (Ärzte, Hebammen, Krankenschwestern und Pfleger aus unterschiedlichen Bereichen: Gynäkologie, Intensiv, Onkologie und Kinderstationen), für Mitarbeiter von Hospizen und begleitenden Einrichtungen, Kriseninterventions-Teams, Polizei, Feuerwehr, Lehrkräfte, Erzieherinnen und Erzieher, Sozialpädagogen und Beratungslehrerinnen und -lehrer.



NEUE ONLINE-ANGEBOTE:

Wir planen einen Newsletter und ein Online-Spendenportal. Außerdem wollen wir unseren Facebook-Auftritt ausbauen.



NEUE RÄUME

Wir benötigen mehr Platz und geben die Suche nach neuen Räumen nicht auf.



Statements

Wie unsere Arbeit
wirkt, beschreiben die
bewegenden Sätze
von Betroffenen

- » *In der Trauergruppe muss ich nichts erklären.«*
- » *In der Trauergruppe kann ich weinen.«*
- » *Die Trauergruppe ist ein geschützter Raum.«*
- » *Die Trauergruppe hält meinen Schmerz mit mir aus.«*
- » *Die Trauergruppe ist frei von Scham.«*
- » *Die Trauergruppe ist für mich ein Ort, an dem ich trauern darf.«*
- » *Den Tod totzuschweigen ist tödlich.«*



»Ich war noch sehr jung, als mein Bruder sich das Leben nahm. Ohne die Verwaisten Eltern und Geschwister hätte ich seinen Tod bestimmt nicht richtig verarbeitet. Durch die Treffen habe ich als Kind verstanden, dass er immer noch bei mir ist, auch wenn er mich nicht mehr mit zum Fußballplatz nehmen kann. Durch die Gruppe behielt Raphael weiterhin einen festen Platz in meinem Leben und ich habe gelernt mit seinem Tod umzugehen. Alle Momente, selbst die sehr schmerzhaften Momente, sind zu nun zu weiteren Erinnerungen an ihn geworden. Sie sind jetzt ein Teil von mir, von ihm, von uns. Ein herzliches Dankeschön geht an meine Trauerbegleiterin Martina und an meine Mutter, die mich neben vielem anderen wöchentlich 200 Kilometer nach Hamburg gefahren hat.«

Ronja Schulzke, trauert um ihren Bruder Raphael

»In der Gruppe fühlte ich mich verstanden wie sonst im Austausch mit Freunden nicht. Manchmal fanden andere Gruppenteilnehmer Worte, die genau meinen Gefühlen entsprachen, aber die ich so nicht hätte ausdrücken können. Auch das Wissen darum, dass mein noch lebender Bruder und meine Eltern gut in ihren jeweiligen Gruppen aufgehoben waren, half mir sehr.«

Wiebe Förster, trauert um ihren Bruder Johannes

»Die wöchentlichen Treffen mit den Verwaisten Geschwistern haben mir den Raum für meine Trauer gegeben, den ich im hektischen Alltag nicht finden konnte. Im Kreis der Geschwister konnte ich alles sagen und ich wusste, dass ich verstanden werde. Ohne die regelmäßigen Gespräche hätte sich die Trauer bestimmt aufgestaut und wäre dann wie eine riesige Welle über mir hereingebrochen. Mit dem Halt der Gruppe hatte ich immer einen Ort, an dem ich meine Gefühle frei herauslassen konnte. Vielen Dank noch einmal an Martina und meine Geschwister.«

Kathrin Lehnen, trauert um ihren Bruder Simon





»Die Trauergruppe bedeutet für mich Kontinuität in der Aufarbeitung meiner Trauer und unterstützt mich sehr darin, meinen Alltag zu meistern und wieder in die Normalität zurückzufinden. Wenn ich einmal nicht teilnehmen konnte, merke ich es sofort. Ich kann dort meinen Gefühlen freien Lauf lassen, was im Alltag doch recht schwer ist. Die Gedanken verschwinden doch des Öfteren im Trott des Alltags. Gefühle werden unterdrückt. Die Trauergruppe bringt einen dazu, regelmäßig frei über das Thema Tod zu sprechen und nachzudenken. Ich möchte Kontrolle über meine Trauer erlangen und mich in gesundem Maße mit ihr auseinandersetzen – dabei hilft mir die Trauergruppe sehr.«

Tobias

»Am Anfang war ich mir nicht ganz sicher, ob die Trauergruppe das Richtige für mich ist. Aber die Geschichten der anderen GruppenteilnehmerInnen haben mir gezeigt, dass ich nicht alleine bin. Darüber hinaus konnte ich auch viele tröstliche Anregungen mitnehmen. So habe ich zum Beispiel von Ritualen anderer Trauernder und anderer Länder gehört, was mir heute auch bei meiner eigenen Trauerarbeit im Alltag hilft. Die liebe- und vertrauensvolle Atmosphäre in der Trauergruppe schafft einen Ruhepol und Zeit zum Erinnern. Der Verlust eines nahestehenden Menschen ist, als ob jemand einen Teil aus einem Mobile herausgeschnitten hat. Danach hängt alles schief. Die Trauergruppe hat mir geholfen, damit besser umzugehen.«

Clemens Bedbur, trauert um seine Schwester Carolina

*» Ich bin sehr dankbar,
dass Ana so viel Trost, Zuspruch, Verständnis
und Stärkung erfahren durfte. Das hat auch
mir geholfen und mich bestärkt. «*

Meral, Mutter von Ana, die um ihre Freundin Elena trauert

»Ich denke, ohne meine Teilnahme an der Gruppe für verwaiste Geschwister hätte ich mich mit dem Verlust meines Bruders alleingelassen gefühlt. In der Gruppe habe ich Menschen getroffen, mit denen ich meinen Verlust teilen konnte. Wir konnten über den Tod und die Gefühle sowie Gedanken sprechen, die man im Laufe der Zeit hat. Auch über Situationen, die einem widerfahren. Die Gruppentreffen bieten den Raum, Themen zu besprechen, die man mit Familie, Freunden und anderen Vertrauten nicht teilen kann oder möchte. Ich habe im Verein sehr gutmütige und verständnisvolle Menschen kennenlernen dürfen, bei denen ich mich direkt aufgehoben gefühlt habe. Die Gruppenabende haben mir sehr viel Kraft gegeben und somit konnte ich den Tod annehmen und lernen, damit zu leben.«

Sabrina Krieg, trauert um ihren Bruder Alexander





*»Anders als ich es erwartet hatte,
wird bei den Verwaisten
Jugendlichen nicht nur getrauert,
sondern der geliebte Mensch auf eine
gewisse Art zurückgeholt.
Ich konnte ganz frei über meinen
Vater reden, ohne Angst
haben zu müssen,
irgendjemandem auf die Nerven zu
gehen. Das war ziemlich gut.«*

Keanu

»Ich hatte immer das Gefühl, dass in mir eine Welt zusammengebrochen ist, als Claudia nicht mehr da war. Trotzdem ging alles seinen gewohnten Gang. Damit hatte ich am Anfang sehr große Probleme. Ich fühlte mich wie in einem Vakuum und habe nur automatisch reagiert: im Job, unter Freunden. Das war auch der Grund, warum ich mir die Trauergruppe gesucht habe. Ich wollte lernen, mit der Situation umzugehen, und die Angst verlieren, ich könnte meine Schwester womöglich vergessen. In der Gruppe habe ich Menschen kennengelernt, die alle das gleiche Schicksal teilen. Sie haben ihr Geschwister verloren. Auch wenn es immer wieder anstrengend war und sehr aufwühlend, haben unsere Abende unsere Geschwister lebendig gehalten. Wir haben viel miteinander geteilt, geweint, aber auch gelacht. Ich war nach unseren Abenden immer komplett erledigt und hatte trotzdem immer ein gutes Gefühl. So traurig der Anlass auch war, ich habe auf einer anderen Ebene sehr liebe neue Geschwister gefunden.«

Yvonne Weikert, trauert um ihre Schwester Claudia

»Die Trauergruppe war für mich ein Ort, an dem ich gespürt habe, dass ich nicht alleine bin. Ich habe mich dort sehr verstanden gefühlt und konnte meinen Schmerz und Verlust aussprechen, ohne dass sich jemand zurückgezogen hätte. Das habe ich bei Freunden und in der Familie teilweise auch anders erlebt. Unsere Trauerbegleiterin hat mir sehr dabei geholfen und mich unterstützt, der Trauer den nötigen Raum zu geben.«

Jenny, trauert um ihre Schwester

»Die Trauergruppe ist für mich ein Ort, an dem ich trauern darf. Hier kann ich weinen, ohne mich erklären zu müssen und ohne irgendjemanden zu nerven. Hier finde ich das Verständnis, dass ich um meinen Bruder trauere. Leider stößt man im Alltag oft auf Unverständnis. Vor allem an Jahrestagen und Geburtstagen hilft es mir, mit Menschen zusammen zu sein, die wissen, wie es mir an solchen Tagen geht und denen es an diesen Tagen genauso geht.«

Barbara

»Ich werde hier aufgenommen und respektiert. Keiner bemitleidet mich oder fragt sich, wie er mit mir umgehen muss. Alle wissen, was Trauern bedeutet. Früher dachte ich, ich bin die Einzige, der so etwas Schlimmes passiert ist. Jetzt weiß ich, dass es viele gibt.«

Vanessa





Bücher über Geschwister- trauer





1. Brief an meine Schwester

Die berührende Geschichte zweier Schwestern, von denen eine mit Gesundheit und Erfolg gesegnet ist, die andere eine rätselhafte Behinderung hat. Aufwühlend und emotional erzählt die erfolgreiche Schauspielerin Leslie Malton die Geschichte ihrer Schwester Marion und ihre eigene – die Geschichte einer außergewöhnlichen, selbstlosen Schwesternliebe, die nicht frei ist von den Schatten der Schuld und Gewissensnot.

Leslie Malton, Aufbau Verlag
ISBN-10: 3351036205

2. Sechs Jahre

Auf eindringliche Weise berichtet Bestsellerautorin Charlotte Link von der Krankheit und dem Sterben ihrer Schwester Franziska. Es ist nicht nur das persönlichste Werk der Schriftstellerin, voller Einblicke in ihr eigenes Leben, sondern auch die berührende Schilderung der jahrelang ständig präsenten Angst, einen über alles geliebten Menschen verlieren zu müssen. Charlotte Link beschreibt den Klinikalltag in Deutschland, dem sich Krebspatienten und mit ihnen ihre Angehörigen ausgesetzt sehen, das Zusammentreffen mit großartigen, engagierten Ärzten, aber auch mit solchen, deren Verhalten schaudern lässt und Angst macht. Und sie plädiert dafür, die Hoffnung nie aufzugeben – denn nur sie verleiht die Kraft zu kämpfen.

Ein subtiles, anrührendes Plädoyer für mehr Menschlichkeit. Ein Buch, das Kraft gibt, nicht aufzugeben und um das Leben zu kämpfen.

Charlotte Link, Verlag blanvalet
ISBN-10: 3734102553

3. Du fehlst mir, du fehlst mir!

Für immer gibt es nicht. Cilla und Tina sind Zwillingsschwestern und unzertrennlich. Jede freie Minute verbringen sie zusammen. Kurz vor ihrem vierzehnten Geburtstag passiert das Schreckliche. Die beiden rennen dem wartenden Schulbus hinterher, es gibt einen lauten Knall und Cilla liegt leblos auf der Straße.

Noch am gleichen Tag stirbt sie im Krankenhaus an den Folgen. Tina versteht nicht, was der Tod ihrer Schwester für sie bedeutet. Sie guckt in den Spiegel, sieht ihre Schwester und redet mit ihr. Tina hat Angst, verrückt zu werden. Ganz langsam beginnt Tina, ihren Weg alleine zu gehen.

Peter Pohl, Kinna Gieth
Hanser Verlag
ISBN: 3-446-17346-3

4. Warum gerade mein Bruder?

Kinder und Jugendliche trauern anders. Und wenn ein Bruder oder eine Schwester stirbt, übersehen die betroffenen Eltern in ihrem eigenen Schmerz die Geschwister allzu leicht. Mitarbeiterinnen des „Verwaiste Eltern und Geschwister Hamburg e.V.“ berichten ausführlich über ihre Erfahrungen mit Geschwistern, die sie im Rahmen von Trauerseminaren betreuen. Jugendliche kommen mit eigenen Texten zu Wort, die sie im Rahmen einer Schreibwerkstatt erarbeitet haben. Auch das Lesen und Malen ist eine große Hilfe beim Umgang mit Trauer, was viele Beispiele und Anregungen verdeutlichen.

Margit Baßler und Marie-Therese Schins
Das Buch kann nur über die Verwaisten Eltern bezogen werden

Hinweis:
Diese Bücher wurden dem Verein zur Ansicht kostenlos von der Buchhandlung cohen+dobernigg zur Verfügung gestellt und können online über www.codobuch.de bestellt werden





Impressum

Dieser Jahresbericht ist durch ein Team ehrenamtlicher Unterstützer entstanden, die durch ihr Engagement und großes Interesse für die Arbeit des Vereins dazu beigetragen haben, dass die Erstellung und der Druck ohne jeglichen finanziellen Aufwand ermöglicht wurden. Wir danken von ganzem Herzen für ihren großartigen Einsatz und ihre Verbundenheit.

HERAUSGEBER (v.i.S.d.P.):

Ilona Stegen
Verwaiste Eltern und Geschwister e.V.
Bogenstraße 26
20144 Hamburg

REDAKTION

Anna Orth
Dagmar Schramm
Stephanie Zietz

LAYOUT

Dagmar Nothjung
www.dagmarnothjung.de

FOTOS

Catrin-Anja Eichinger
www.festimbild.de

LEKTORAT

Annemarie Lüning

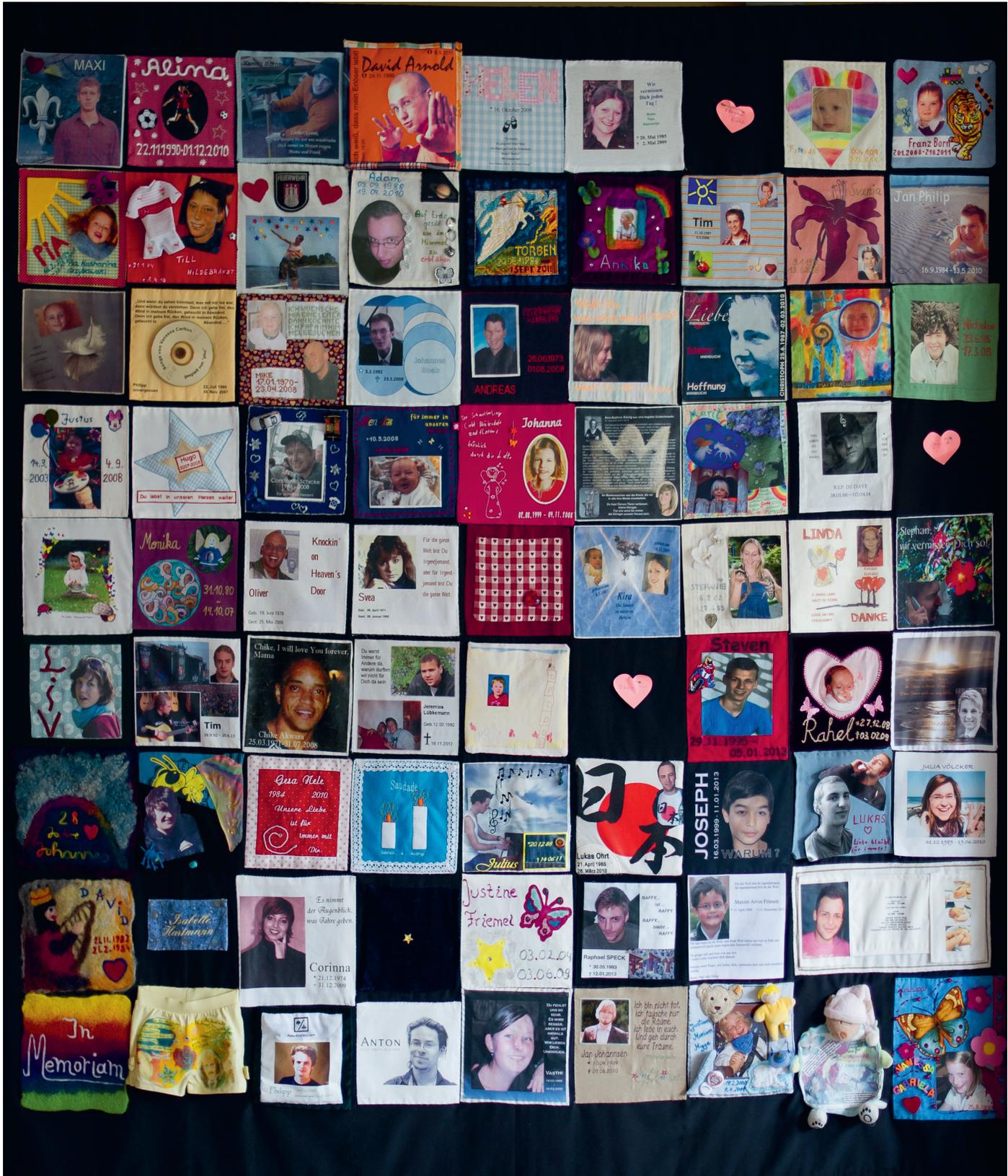
DRUCK

Martin Lemcke
Langebartels & Jürgens



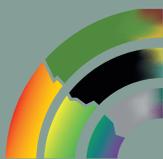
Ein Quilt voller
Erinnerungen:
Gedenken an die
Verstorbenen





»Was immer meine Erinnerungen mir auch erzählen,
sie sind Geschenke der Vergangenheit an mich.
Kleine Kostbarkeiten, die mir ganz allein gehören.
Ich wünsche mir den Mut,
sie in mein Herz zu rufen,
wenn ich mich nach ihnen sehne,
aber auch die Kraft,
sie wieder in mein Innerstes zurückzulegen,
wenn das Leben meine ganze Aufmerksamkeit braucht.«

Irmgard Erath



VERWAISTE ELTERN
und GESCHWISTER
HAMBURG e.V.

Bogenstraße 26
20144 Hamburg
Tel.: 040-45 00 09 14
Fax: 040-35 71 87 67
info@verwaiste-eltern.de
www.verwaiste-eltern.de

Kontoverbindungen des Vereins:

Evangelische Bank eG
IBAN: DE66 5206 0410 0006 4264 25
BIC: GENODEF1EK1

Hamburger Sparkasse
IBAN: DE84 2005 0550 1013 2120 20
BIC: HASPDEHHXXX