



Fotos (L., V. E.)

Wenn die Hospizbegleiter sich treffen, werden für die Verstorbenen Kerzen angezündet.

Trauertreff in Buchs

Wo der Kreis zwischen Tod und Leben sich schliesst

Seit Januar besteht in Buchs ein Offener Trauertreff. Warum und für wen? Waltraud Eggenberger ist im Diakonieverein Werdenberg verantwortlich für die Hospizgruppe. Sie erzählt, dass viele Menschen heute nicht mehr so trauern können, wie sie eigentlich sollten. Der Offene Trauertreff hilft ihnen, wieder am Leben teilzunehmen.

Von Simone Wald

«Das eigene Leben bleibt stehen, während das der anderen weitergeht», so beschreibt Waltraud Eggenberger einen Aspekt der Trauer. Sie hat in Deutschland eine Ausbildung als Diakonin, sozusagen als kirchliche Sozialarbeiterin, absolviert. Sie erzählt vom Unverständnis im Umfeld eines Trauernden. Sie erzählt von Mitmenschen, die, statt nach tröstenden Worten zu suchen, einfach erwarten, dass Betroffene möglichst schnell wieder am Leben teilnehmen. Psychiater machen aus völlig normaler Trauer eine pathologische Anpassungsstörung. Auch das ist eine Form, mit Trauer

umzugehen. Die andere Methode ist, die Trauer zu leben. Doch das erfordert die Hilfe von Mitmenschen, die verstehen oder wissen, wie der Verlust sich anfühlt. «Betroffene nehmen sehr gut wahr, was passiert», sagt Waltraud Eggenberger. «Sie bauen Brücken, indem sie über Ihre Gefühle reden, aber oft kommt keiner zu ihnen herüber.»

Keine leichte Aufgabe

Ihr Wissen über den Umgang mit Trauernden schöpft Waltraud Eggenberger aus ihrem eigenen Erleben, ihrer

Arbeit als Diakonin im Diakonieverein und den Erfahrungen der Hospizgruppe. Für die freiwilligen Begleiter der Hospizgruppe ist sie die ZuhörerIn. Sie baut die Leute wieder auf, wenn ihnen die Abgrenzung nicht alleine gelingt. Schwerkranken und Sterbenden zu begleiten ist keine leichte Aufgabe. Wer sich dafür entschieden hat, gibt viel. Sei es das «einfache» Dasein für den Sterbenden oder die Auszeit für die Pflegenden. Zehn Frauen und ein Mann teilen sich momentan die Arbeit. Untereinander begegnen sie sich dabei fast nie. «Alle sechs Wochen treffen sich die Hospizbegleiter in Buchs in

den Räumen des Treffpunktes Kafihalle, um sich selbst begleiten zu lassen», erzählt sie. «Gerade, wenn beispielsweise junge Menschen sterben, sind die Begleiter manchmal emotional belastet. Hier können sie über ihre Einsätze reden, was ihnen sonst eigentlich untersagt ist. Beim gemeinsamen Austausch lernen sie voneinander und stärken sich gegenseitig.» Ausserdem bilden sich die Begleiter regelmässig weiter, was ausschliesslich aus Spenden finanziert werden muss.

Der Tod ist nicht das Ende

Wenn für den Verstorbenen alles getan ist, wenn alle Behördengänge und die dafür erforderliche Betriebsamkeit ihr Ende gefunden haben, bleibt meist Leere. Und viel Zeit zum Nachdenken. Dann setzt – bei manchen mit Verspätung – die niederdrückende Trauer erst richtig ein. «Die grossen Familienverbände wie früher gibt es nicht mehr, deren Halt fehlt den Hinterbliebenen», sagt Waltraud Eggenberger. Die nächsten Angehörigen sind wieder abgereist oder wieder zu sehr mit sich selbst beschäftigt. Diese Leere kann der Offene Trauertreff füllen, im Idealfall auch über die Zusammenkünfte hinaus.

Gemeinsam mit Gertrud Weber-Christen, der Einsatzleiterin der Hospizgruppe, besucht Waltraud Eggenberger eine Ausbildung in Trauerbegleitung. Die beiden Frauen leiten den Trauertreff und werden bei Bedarf von den Hospizbegleitern unterstützt. So bleibt Zeit und Raum für Einzelgespräche.

Sterbebegleitung und Trauerarbeit ergänzen sich. Die Trauer beginnt während des Sterbeprozesses und das Begreifen des Sterbens ragt noch weit in die Trauerphase hinein. Und so hat sich der Kreis zwischen Tod und Leben geschlossen. Die Sterbebegleitung findet nach

dem Tod eines Angehörigen ihre Fortsetzung in der Trauerarbeit. «Offener Trauertreff», so Waltraud Eggenberger, «heisst, dass jeder kommen und gehen kann, wie er mag. So oft und so lange er uns braucht. Es läuft kein festes Programm über eine gewisse Anzahl von Treffen.» Ohne Anmeldung treffen sich die Menschen in der Kafihalle. Sie wissen, dass die anderen Anwesenden mit ihren völlig normalen Trauerreaktionen umgehen können. «Wut und Zorn gehören auch zur Trauer. Bei uns machen die Leute ihre Isolation auf, es bildet sich eine Gemeinschaft, in der jeder Verständnis findet.» Früher trugen die Trauernden Schwarz. Nach aussen hin war das ein Zeichen und auch ein gewisser Schutz vor dem heute so verbreiteten Unverständnis. Waltraud Eggenberger bedauert das Verschwinden dieser Tradition. «Wer schwarz ging, der durfte traurig sein».

Der Trauertreff gibt diesen Raum wieder zurück, wenn auch nur für eine kurze Zeit. Doch schon das Bewusstsein, dass Trauer wichtig und keine Schwäche ist, dass Trauer überhaupt kein Krankheitsbild darstellt, kann über den Alltag im weniger verständnisvollen gesellschaftlichen Umfeld hinweghelfen.

Persönliche Fragen an Waltraud Eggenberger

Wie grenzen Sie selbst sich ab?

Gern nehme ich einen Ortswechsel vor. Ich muss nicht immer alles geben. Ich mag es, zum Beispiel in Feldkirch durch die Stadt zu laufen und geniesse für den Moment, dass mich keiner kennt und ich mich mit niemanden über meine Arbeit unterhalten muss. Manchmal brauche ich diese Pause.

Stichwort Sterbehilfe: Wie stehen Sie dazu?

Ganz klares Nein! Aber das ist meine ganz persönliche Ansicht. Wir sind vernetzt mit palliative ostschweiz und anderen Organisationen der palliative care. Erfreulicherweise ist die Palliativmedizin in der Ostschweiz gut etabliert. Pallium ist der Mantel. palliare bedeutet mit einem Mantel umhüllen. Das brauchen Menschen am Ende ihres Lebens. Selbst in schwerem Leiden kann Lebensqualität noch möglich sein.



Lebensbejahend: Gertrud Weber-Christen und Waltraud Eggenberger leiten den Offenen Trauertreff.

Relativieren sich eigene Probleme durch ihre Arbeit?

Ich selber mache ja keine Sterbebegleitung. Aber es stimmt schon, man jammert nicht mehr auf so hohem Niveau.

Und wovon genau profitieren die Betroffenen?

Manchmal kann ein «neutraler» Begleiter ein überfälliges Gespräch zwischen den Familienmitgliedern ins Rollen bringen. Oft bleibt vieles am Lebensende unausgesprochen. Keiner traut sich, den Anfang zu machen, um das Schweigen zu brechen. Und immer wieder erleben die Begleiter, dass sie auch für die Angehörigen da sein müssen, die buchstäblich nicht alleine gefassen werden wollen.

Profitieren auch Sie und die Begleiter??

Ja, die Arbeit ist erfüllend. Da wird sehr viel zurückgegeben, von den Schwerkranken und Sterbenden und von deren Angehörigen. Diese Arbeit stärkt und bringt Lebenserfahrung.

Kann ich diese Arbeit auch machen?

Gegenfrage: Können sie eine ganze Nacht schweigend sitzen, ohne etwas zu tun? Können Sie einfach nur anwesend sein, wenn die einzige Abwechslung während acht Stunden im gelegentlichen Befeuchten der Lippen und im Aufschütteln des Kissens besteht?

Nein, ich glaube nicht.

Das ist eine der Standardfragen, wenn ich herausfinden muss, ob Anwärter für die Hospizgruppe geeignet sind. Wer diese Frage mit Nein beantwortet, dem mache ich Mut, sich in einer anderen freiwilligen Arbeit zu engagieren. So zum Beispiel in den anderen Arbeitsgebieten des Diakonievereins, wie der Werdenberger Lebensmittelabgabe, dem Treffpunkt Kafihalle oder beim Besuchsdienst.

Kontakt Hospizgruppe Werdenberg
www.diakonieverein.org/arbeitsbereiche
Anfrage für Begleitung: 079 627 53 13

Offener Trauertreff

Treffpunkt Kafihalle, jeweils am ersten Donnerstag im Monat von 17.30 bis 19.30 Uhr und am dritten Montag im Monat von 9 bis 11 Uhr am Moosweg 1 in Buchs (rechts vis a vis der Evangelischen Kirche)