

Trauer

100 Besucher bei den Thementagen zur Trauer



SUSANNE FUDICKAR SPRACH VOR HUNDERT INTERESSIERTEN ÜBER DEN UMGANG MIT TRAUERNDEN.
→FOTO: KATHARINA RÜTH

Hospizdienst Pustebblume hatte zu Vorträgen und Workshops geladen.

Von Katharina Rüth

Brill. Hundert Interessierte haben an den ersten „Wuppertaler Thementagen“ des Hospizdienstes Pustebblume teilgenommen. Sie trafen sich in der Schützengesellschaft am Brill von 1805 zu Vorträgen und Workshops zum Thema Trauer.

„Wir waren überrascht, dass das Interesse so groß ist“, sagt Katharina Ruth, Leiterin des Hospizdienstes. Sie hätten sogar Interessenten vertrösten müssen. Susanne Fudickar, Juristin und ehrenamtliche Trauerbegleiterin, hat die Thementage organisiert. Sie freut sich über viele positive Rückmeldungen. Besucher hätten das Angebot vielfältig und bereichernd gefunden.

Das bestand aus dem Film „Kirschblüten-Hanami“ von Doris Dörrie zur Einstimmung, aus der Vorstellung des Trauermodells „Gezeiten der Trauer“, Vorträgen zu den psychologischen Aspekten des Trauerns, zum Umgang mit Trauernden und Tipps für Kondolenzschreiben. Thema war auch der Umgang mit Trauer und Tod aus der Perspektive der traditionellen chinesischen Medizin. Ein Workshop befasste sich mit der Kraft der Ernährung bei Trauer, weitere Workshops mit der Rolle des Atmens und Singens beim Trauern und Loslassen.

Das Thema Trauer soll in die Öffentlichkeit gebracht werden

Katharina Ruth erklärt: „Es ging einerseits darum, was Trauernden selbst hilft, aber auch, was andere tun können.“ Dabei sei Trauer so unterschiedlich wie die Menschen. Sie erinnert sich an den Tipp zum Kondolenzschreiben: Schreiben Sie kurz oder lang, aber schreiben sie schnell. Oder an die Aufforderung, sich als Helfer nicht davor zu fürchten, dass Trauernde in Tränen ausbrechen: „Sie machen den Schmerz nicht größer.“

Das Publikum sei sehr gemischt gewesen, sagt Katharina Ruth. Gekommen seien Mitarbeiter der Diakonischen Altenhilfe, Hospizhelfer und Menschen, die selbst einen Verlust erlitten haben. Sie hätten die Einladung bewusst offen gehalten: „Es geht uns darum, das Thema Trauer in die Öffentlichkeit zu bringen, ins normale Leben zu rücken.“ Offenbar treffe das aktuell auch einen Bedarf, möglicherweise, weil die Babyboomer jetzt ihre Eltern verlieren.

Dass das Thema Trauer viele Menschen anspricht, hatte Susanne Fudickar schon gemerkt, als sie in einem VHS-Kurs zu Projektmanagement einen Thementag dazu als Beispiel-Übung wählte. Das ermutigte sie, den Vorschlag auch beim Hospizdienst Pustelblume der Diakonischen Altenhilfe Wuppertal zu machen, bei dem sie als Trauerbegleiterin engagiert ist. Dort wurde die Idee gut aufgenommen. Die Umsetzung war aber nur mit weiterem ehrenamtlichen Engagement von Susanne Fudickar möglich.

Das Format soll sich etablieren. Im kommenden Jahr soll es ebenfalls am ersten Februar-Wochenende (5./6. Februar 2021) „Wuppertaler Thementage“ geben. Dann wird es um den Umgang mit dem eigenen Tod gehen.
