

Trauer führt junge Erwachsene oft in die Einsamkeit

Im Mittelpunkt der Mitgliederversammlung des Hospizvereins Würzburg stand der Vortrag von Gertrude Hobeck (Trauerbegleiterin und Integrative Trauertherapeutin) über das Projekt „Wunschfrei – Trauergruppe für junge Erwachsene“.

Dieses Projekt will Jugendliche und junge Erwachsene in ihrer Trauer ansprechen, verstehen und unterstützen. Viele junge Betroffene scheinen nach einem Todesfall relativ allein gelassen und wenig Aufmerksamkeit und hilfreiche Unterstützung zu bekommen.

Unter Gleichaltrigen erleben die Betroffenen, dass Trauer und Verlust nicht zum Erfahrungshorizont der meisten jungen Erwachsenen gehören. Sind vielleicht bereits Teile der Großeltern verstorben, wird dieser Verlust in der Regel noch als etwas relativ Normales, angesehen. Ganz anders, wenn ein Elternteil, Geschwister oder eigene enge Freunde sterben. Das Ausmaß und die Tragweite eines solchen Verlustes können nicht betroffene junge Erwachsene häufig überhaupt nicht nachvollziehen. Die meisten Gleichaltrigen wissen nicht, wie sie mit den Betroffenen umgehen sollen und scheuen sich, einen erlittenen Verlust, von dem sie erfahren haben, anzusprechen.

Trauer und Tod verunsichern häufig das gesamte soziale Umfeld der Betroffenen. Viele Erwachsene, mit denen diese jungen Erwachsenen zu tun haben (Lehrer, Vorgesetzte, Kollegen) fürchten, den starken und anhaltenden Trauergefühlen nicht gewachsen zu sein. Die Betroffenen wiederum haben auch Angst, dass man bezüglich ihres Verlustes über sie, statt mit ihnen reden könnte. Dies hat zur Folge, dass sie sich noch mehr verschließen und sich bemühen, nach außen ein „gut gehendes Gesicht“ zu zeigen.

Keinesfalls möchten die jungen Betroffenen nach einem Verlust auch noch aus dem normalen Leben ihrer Peergroup ausgeschlossen sein. Sie befürchten, dass, sie wenn sie ihre Trauer zeigen, schon bald nicht mehr gefragt wären. Andererseits können sie durch den erlittenen Verlust innerlich auch nicht wirklich an unbeschwerten Aktivitäten teilhaben, so sehr sie sich Normalität auch wünschen würden.

Aufgrund dieser Aspekte fühlen sich viele Jugendliche und junge Erwachsene meist sehr alleingelassen mit den sie stark belastenden Verlustgefühlen.

Die Begleitung der Gruppe „Wunschfrei“ des Hospizvereins Würzburg möchte

- einfühlsamer Ansprechpartner für Jugendliche und junge Erwachsene sein
- die Betroffenen untereinander über ihren Verlust ins Gespräch bringen
- sie in ihrer Trauer so weit wie möglich unterstützen.

Die Erfahrung von Gertrude Hobeck in ihrer Begleitung von Trauernden ist: „Die beste Hilfe in der Trauer sind Menschen, die einfühlsam begleiten und dabei real erlebbar sind.“

(Informationen zum Projekt „Wunschfrei“ finden sie auf der Homepage des Hospizvereins. www.hospizverein-wuerzburg.de)

In seinem Rechenschaftsbericht dankte der 1. Vorsitzende Wolfgang Engert den Hospizbegleitern für über 10.000 ehrenamtlich geleisteten Stunden in der Sterbe- und Trauerbegleitung sowie in der Verwaltung. Im Jahr 2017 konnten, zusammen mit dem Team der Hauptamtlichen, über 1000 Menschen begleitet werden. Nur dank vieler Spender konnte der Hospizverein all seine Aufgaben erfüllen.