

Trauernde finden jeden Monat Hilfe im Trauercafé, organisiert von (von links) Christine Mosbach, Thorgunt Fritzsche und Sabine Leidel.

Foto: H. Kaczmarek

„Jeder Trauernde muss seinen eigenen Weg gehen“

Seit fast 20 Jahren leiten Sabine Leidel und Thorgunt Fritzsche das Trauercafé des twsd in Weimar

Von Hartmut Kaczmarek

Nein, billigen Trost wollen sie nicht spenden. Aber zuhören können sie, Mut machen, aus dem tiefen Loch, in das die Menschen nach dem Tod eines engen Angehörigen gekommen sind, wieder herauszukommen: Sabine Leidel und Thorgunt Fritzsche leiten seit fast 20 Jahren ehrenamtlich das Trauercafé des Trägerwerks Soziale Dienste in Weimar. Einmal im Monat bieten sie Menschen, die Trost brauchen, Hilfe suchen oder einfach nur jemanden, mit dem sie reden können, einen Ort, an dem sie offen über ihre Sorgen und Probleme reden können.

Jeden ersten Mittwoch im Monat öffnet das Trauercafé zwei Stunden lang seine Pforten. Trauercafé - das klingt nach ernster Atmosphäre, nach der Farbe Schwarz, nach Menschen, die unter der Bürde ihres Schicksals zusammenbrechen. Die gibt es auch, zweifellos. Aber im Trauercafé geht es auch bunt zu, wird farbenfroh eingedeckt, wird auch gelacht. „Aber wir achten schon darauf, dass sich alles in einem gewissen Rahmen bewegt“, sagen Sabine Leidel und Thorgunt Fritzsche.

Denn jedes Mal kommen auch neue Gäste, die ihr Herz ausschütten wollen, die von anderen Menschen erfahren wollen, wie sie mit ihrer Trauer umgehen, die denken, so schlimm wie ihre eigene Trauer könne die der anderen nicht sein. Und die dann im Trauercafé erfahren, dass jeder anders trauert, dass jede Trauer individuell ist, dass jeder seinen eigenen Weg suchen und gehen muss.

Ein Patentrezept gibt es bei der Bewältigung der eigenen Trauer nicht. Und auch keine Zeitschiene. Einige kommen unmittelbar nach der Beerdigung, andere erst, nachdem alle Formalitäten erledigt sind und man das Alleinsein in den eigenen vier Wänden nur schwer ertragen kann. Und es gibt auch Menschen, die die eigene Trauer erst verdrängen und dann nach vielen Monaten oder sogar erst nach einem oder zwei Jahren kommen.

Sabine Leidel und Thorgunt Fritzsche erinnern sich an eine Unternehmerin, die sich erst mit voller Energie in die Arbeit in der von ihrem verstorbenen Mann geleiteten Firma stürzte, dann aber nach mehr als zwei Jahren be-

merkte, dass sie jemanden brauchte, der ihre Trauer mit ihr teilte.

„Es gibt kein Ende der Trauer“, sagen die beiden engagierten Frauen. Aber man kann denjenigen, die kommen, helfen, ihnen Stütze sein. Die Geschichten, die ihnen die anderen Trauernden erzählen, können hilfreich für den eigenen Weg sein, aber diesen Weg muss jeder selbst finden. „Jeder muss selbst erkennen, was ihm jetzt in dieser Situation gut tut.“

Bei den Betroffenen gibt es große Unsicherheiten und immer wiederkehrende Fragen: Nach welcher Zeit soll man die Sachen des Verstorbenen wegtun? Wie lange soll man Schwarz tragen? Es sind Fragen, auf die es keine allgemeingültigen Antworten gibt. „Jeder muss das selbst erspüren“, sagen sie. Aber Tipps können helfen: Hellere Kleidungsstücke im Schrank dann anziehen, wenn einem selbst danach ist und dabei nicht auf das achten, was andere dazu sagen. Manchmal empfehlen sie auch, ein Tagebuch der positiven Dinge zu führen, die einem begegnen. „Glückstagebuch“ nennen sie es, auch wenn manche Trauernde



Trauernde finden im Trauercafé Menschen, die ihnen zuhören und ihnen Mut machen.
Foto: pixabay

in ihrem Schmerz mit dem Wort „Glück“ häufig nicht viel anfangen können. „Zu Beginn sollte man jeden Tag einen Glücksmoment aufschreiben“, raten sie. Einmal kam jemand zur nächsten Begegnung mit der Erkenntnis: „Ich habe gar nicht gewusst, wie viele positive Elemente es gibt in meinem Leben.“ Ein anderer Weg kann es sein, Träume zu notieren. Ziel ist es immer, den Blick der Betroffenen dahin zu richten, dass sich ihr Horizont verschiebt, das Bewusstsein zu schärfen, dass es auch Momente der Freude gibt und die Hoffnung am Leben zu erhalten, dass man aus dem tiefen Tal auch eines Tages wieder herauskommt.

Bevor beide sich im Trauercafé engagierten, hatten sie Erfahrung im Umgang mit Sterbenden gemacht - im Hospizdienst oder in der Sterbebegleitung. Und dabei war ihnen aufgefallen, dass die Menschen nach dem Tod immer in ein tiefes Loch fallen.

Thorgunt Fritzsche: „Wir haben gemerkt, dass mit der Sterbebegleitung unsere Aufgabe noch nicht zu Ende war.“ So entstand die Idee des Trauercafés, das mittlerweile zu einer festen Einrichtung geworden ist. Das Konzept hat sich im Laufe der Jahre allerdings geändert. Anfangs hatten die beiden zu jeder Zusammenkunft ein Thema vorbereitet - der Jahreszeit angepasste Bastelarbeiten, ein Textstück, über das geredet wurde. Aber als sie merkten, dass immer die gleichen Menschen ins Trauercafé kamen, weil es ihnen dort so gut gefiel, erarbeiteten sie ein neues Konzept. Jetzt gestalten die Betroffenen die Nachmittage selbst - Thorgunt Fritzsche

und Sabine Leidel haben zwar immer noch etwas Thematisches in der Hinterhand. Aber meistens brauchen sie es gar nicht, weil die Schicksale der Menschen im Mittelpunkt stehen, weil sie ihr Herz ausschütten können, weil sie hier offene Ohren für das finden, was die eigenen Angehörigen oft gar nicht mehr hören wollen. „Aber Trauer kennt kein Zeitlimit“, so Fritzsche und Leidel.

Und fast jedes Mal kommen auch neue Trauernde dazu. Einige hören erst zu und öffnen sich dann, andere wollen gleich zu Beginn ihre Geschichte erzählen. Andere sind erst einmal irritiert, wie offen und ehrlich, aber auch wie fröhlich manchmal die Runden sind. Aber es gibt auch Trauernde, die sich erst an diese Atmosphäre gewöhnen müssen. „Lebensbejahend“ -

so umschreiben Fritzsche und Seidel selbst die Arbeit in ihrem Trauercafé. Dazu brauchen sie viel Einfühlungsvermögen, Sensibilität, ein Herz für die Menschen und auch immer das richtige Gespür, wie man auf den Einzelnen reagiert. „Das muss man erspüren“, sagen die beiden. Erspüren müssen sie auch, wenn Menschen mit falschen Hoffnungen oder Erwartungen kommen. So wie jener Witwer, der sich von seinem Besuch im Trauercafé erhoffte, eine neue Partnerin zu finden. Die Gesellschaft hat das Thema Trauer weitgehend ausgeblendet. Es wurde aus dem normalen Leben weggerückt. „Unser Ziel ist es, für die Menschen die Perspektive wieder zu verrücken, damit sie sich dem Leben wieder zuwenden können“, sagt die Koordinatorin beim twsd, Christine Mosbach. Und sie weiß, dass sie sich in der Arbeit auf ihre beiden ausgebildeten Trauerbegleiterinnen verlassen kann.

Aber auch Thorgunt Fritzsche und Sabine Leidel schöpfen aus ihrer Arbeit neue Kraft. „Sie erfüllt uns“, sagt Thorgunt Fritzsche. „Ganz wichtig ist das Gefühl, dass man die Menschen in ihrer Trauer erreicht hat.“ Und bei der Verabschiedung fügt Sabine Leidel leise noch hinzu: „Wir sind ganz gewiss keine Trauertanten“. Wer die beiden engagierten Frauen kennengelernt hat, wird das ganz dick unterstreichen.

„Schweigen heißt zustimmen“

Weiterbildungsangebot soll wachsendem Antisemitismus in Thüringen entgegentreten

Die Zahl antisemitischer Vorfälle an Schulen und anderen Bildungseinrichtungen, aber auch in der Öffentlichkeit, ist gestiegen. Erst jüngst machte im Zusammenhang mit den rechtsradikalen Ausschreitungen in Chemnitz der Überfall auf ein koscheres Restaurant in der Stadt Schlagzeilen. Thüringen liegt mit 29,8 antisemitischen Straftaten auf Platz zwei in der Liste

der Bundesländer hinter Berlin (46,1 antisemitische Straftaten), aber deutlich über dem Bundesdurchschnitt, der bei etwa 15 Straftaten je 100.000 Einwohnern liegt. Das alles sind Gründe genug gegenzusteuern. Das Projekt „Schau HIN vor Ort“ des Paritätischen Thüringen und das Projekt „Perspektivwechsel plus“ der Zentralen Wohlfahrtsstelle der Juden in Deutschland

(ZWST) legen deshalb eine Fort- und Weiterbildung für pädagogische und soziale Fachkräfte auf.

Jana Scheuring ist Bildungsreferentin beim Projekt „Perspektivwechsel plus“. Sie sagt: „Unsere Absicht ist, pädagogische Fachkräfte, aber auch Fachkräfte im sozialen Bereich für aktuelle Formen von Antisemitismus zu sensibilisieren und Strategien der Entgegnung zu erarbeiten.“ Nicht erst die gewaltvollen Ausschreitungen in Chemnitz vor wenigen Wochen hätten gezeigt, dass Antisemitismus ein fortwährend schwelendes Potenzial hat und jetzt lediglich offener zu Tage tritt, so Scheuring. „Es wurde auch erneut deutlich, dass sobald sich gruppenbezogene Gewalt zeigt, Jüdinnen und Juden ebenfalls im Fokus stehen. Antisemitisch konnotierte Problem- und Welterklärungsmuster haben Konjunktur, und pädagogische sowie Fachkräfte der Sozialen Arbeit sind im Besonderen herausgefordert, in ihrer alltäglichen Arbeit darauf reagieren zu können.“

Die Weiterbildung unter dem Namen ACT (Acceptance Commitment Training) besteht aus drei Modulen. Sie soll die Teilnehmenden darin unterstützen

- den aktuellen Antisemitismus unter Einbeziehung jüdischer Perspektiven wahrzunehmen und seine aktuelle Relevanz anzuerkennen,
- seine gegenwärtigen Erscheinungsformen unter Berücksichtigung ihrer zentralen Mechanismen und Funktionen zu identifizieren,
- zeitgemäße pädagogische Zugänge einzüben,
- Reaktions- und Interventionsmöglichkeiten zu erproben bzw. zu implementieren.

Wolf Tilman Müller, Referent des Projektes „Schau HIN vor Ort“ des Paritätischen Thüringen, erinnert an die deutsche Geschichte, um die Notwendigkeit zu unterstreichen, jetzt mehr denn je wachsam zu sein und jeder Form von Antisemitismus ent-



Mit dem ACT-Programm werden pädagogische und soziale Fachkräfte weitergebildet

schieden entgegenzutreten: „In der Nacht vom 9. auf den 10. November 1938 jagten selbsternannte ‚aufrechte Deutsche‘ mit Fackeln bewaffnet ‚Juden‘ durch die Straßen Deutschlands, am 26. und 27. August 2018 jagten wieder selbst ernannte ‚aufrechte Deutsche‘ mit Steinen und Glasflaschen bewaffnet Geflüchtete durch die Gassen von Chemnitz und ein jüdisches Geschäft wurde überfallen.“ Diese Vorfälle zeigten, dass gruppenbezogene Menschenfeindlichkeit nicht nur ein epochales und auf eine Menschengruppe gefasstes Syndrom sei. Diese Ereignisse ließen auch vermuten, dass wir uns offensichtlich in einer Phase befinden, in der solche Akte der Gewalt wieder legitimes Mittel einer vermeintlichen „Endlösung“ zu sein scheinen.

Müller zitiert unter Bezug auf die aktuellen Ereignisse gerne Oscar Wilde mit dem Satz: „Die einzige Pflicht, die wir der Geschichte gegenüber haben, ist, sie umzuschreiben.“ Müller: „Diese Weisheit sollte jeden Bürger berühren, der nicht mit solchen Hassausbrüchen einverstanden ist. Diese Weisheit sollte uns als Generation nach einer „düsteren Zeit der deutschen Geschichte“ deutlich machen, dass schweigen Zustimmung heißt. Diese Weisheit sollte uns zeigen, dass die Arbeit gegen solche Ideologien der Ungleichwertigkeit

nicht nur Ausdruck eines politischen Machtkampfes sind, sondern unsere Verantwortung gegenüber der Geschichte bedeutet.“

„Schau HIN vor Ort“ und „Perspektivwechsel Plus“ haben schon bei einigen anderen Vorhaben erfolgreich zusammengearbeitet. Wolf Tilman Müller verweist darauf, dass sich die ACT-Fortbildungsreihe und die „Multiplikatorenreihe“ von „Schau HIN vor Ort“ in vielen Punkten ähneln und sich in einem Ziel einig sind: Ideologien der Ungleichwertigkeit und gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit entschieden entgegen zu wirken. „Daher ist eine Kooperation für uns nicht nur gewollt, sondern ein wichtiger Bestandteil unserer demokratischen Arbeit, die mehr ist als nur Politik.“

Die dreimodulige Weiterbildung findet zu folgenden Terminen jeweils im Zinzen-dorfhaus in Neudietendorf statt:

20./21. November 2018,
26./27. Februar 2019 und
09./10. April 2019.

Anmeldungen an:

Elisa Grahmann vom Projekt Schau HIN vor Ort: egrahmann@paritaet-th.de

Weitere Informationen zum Projekt:

info@zwst-perspektivwechsel.de

Inklusion: „Wir müssen den Druck auf das System erhöhen“

Raúl Aguayo-Krauthausen bei Fachsymposium der Deutschen Soccer Liga in Erfurt

Die Grundschullehrerin war entsetzt. Sie wollte mit den Kindern ihrer Klasse einen Wandertag zu einem benachbarten Förderzentrum unternehmen. Eigentlich eine tolle Sache im Sinne einer inklusiven Gesellschaft. Aber sie stieß auf den Widerstand der Eltern. „Sie wollten das nicht. Eine der Fragen, die mir gestellt wurden: Müssen die Kinder denn wirklich das Elend sehen?“ Die couragierte Pädagogin ließ sich davon nicht beeindrucken und unternahm die Wanderung - mit Erfolg. Denn die Kinder reagierten neugierig und unbefangen auf die neuen Erfahrungen, die sie dort machten.

Raúl Aguayo-Krauthausen kennt solche Reaktionen und weiß mit ihnen umzugehen. Ehrlich und ungeschönt, aber gleichzeitig auch engagiert und ebenso Mut machend wie kämpferisch sind seine Schilderungen. „Inklusion ist ein Menschenrecht“, sagt er entschieden bei einem Fachsymposium der Deutschen Soccer Liga in Kooperation mit dem Paritätischen Thüringen und dem Institut für Lehrerfortbildung, Lehrplanentwicklung und Medien sowie der Aktion Mensch.

Der kleinwüchsige Rollstuhlfahrer und Inklusions-Aktivist hat schon häufiger neugierige Fragen von Kindern gehört: „Papa, Mama, warum ist der so klein?“ Raúl Aguayo-Krauthausen: „Spannend ist dann die Reaktion der Eltern. Je älter sie sind, umso unsicherer reagieren sie. Jüngere Eltern sind da souveräner.“ Am meisten freuen ihn Reaktionen wie diese: „Ich weiß nicht warum, aber Du kannst ja hingehen und fragen.“ Die Kinder nähern sich dann unbefangen, fragen nach und lassen sich auf manchmal hochspannende Dialoge ein. Sie lernen so unbefangen mit dem vielleicht Ungeübten umzugehen. „In dieser Hinsicht können wir Erwachsenen von den



Engagierter Streiter für eine inklusive Gesellschaft: Raúl Aguayo Krauthausen.
 Foto: H. Kaczmarek

Kindern noch viel lernen“, so Aguayo-Krauthausen lächelnd. Der größte Fehler, den Eltern in solch einer Situation begehen können, ist die Antwort: „Da geht man nicht hin. Schau weg und komm weiter.“

Aguayo-Krauthausen fordert dazu auf, mehr Druck auf die Politiker auszuüben, damit eine inklusive Gesellschaft zu einer Selbstverständlichkeit wird. „Wir brauchen mehr inklusive Klassen“, ist eine seiner Forderungen. Oft hören Pädagogen dann, welche angeblichen Probleme es bereitet, ein Kind mit Behinderungen voll in den Klassenalltag zu integrieren.

„Wir müssen eine Sprache finden, die auch die Eltern mitnimmt, und ihnen

klar machen, dass ein Kind mit Behinderung niemand anderem in der Klasse etwas wegnimmt und eine Bereicherung sein kann“, so die Präsidentin der Deutschen Soccer Liga, Christiane Bernuth. Ihre klare Position: „Wo Gemeinschaft vielfältig ist, darf keine Ausgrenzung erfolgen.“ Bei Klassenfahrten müsse es dann ja kein Fahrradausflug sein, sondern es gebe mittlerweile ein umfangreiches Angebot für inklusive Klassenfahrten.

Klartext reden, keine taktische Sprache - das ist eines der Grundprinzipien von Aguayo-Krauthausen. „Wenn es um Menschen mit Behinderung geht, dann kommen im Fernsehen zwar Experten zu Wort, aber nie die Betroffenen“, kritisiert er.

Ein anderer Bereich, bei dem er noch vieles im Argen liegen sieht, sind die Schul- und Kinderbücher. „Menschen mit Behinderungen spielen darin so gut wie keine Rolle“, sagt er und verweist als positives Beispiel auf ein englisches Kinderbuch, dessen Heldin eine Feuerwehrfrau im Rollstuhl ist.

Wichtig ist für ihn auch die Botschaft, dass es um die Akzeptanz von Behinderung, von Anderssein geht, um eine vielfältige und tolerante Gesellschaft. Es müsse akzeptiert werden, wenn er sage: „Ich kann nicht laufen. Das ist o.k.“ Er fordert einen „erhöhten Druck auf das System“, um in Sachen Inklusion voranzukommen und verweist auf Skandinavien. Dort werden Genehmigungen für Neubauten nur erteilt, wenn alle Wohnungen auch barrierefrei sind. Dort sind Unternehmen auch zur Beschäftigung von Behinderten verpflichtet - „und zwar unabhängig von ihrer Leistungsfähigkeit“. Dort stehe die Teilhabe aller Menschen im Mittelpunkt. Und von dort könne Deutschland noch viel lernen. (mar)