

Ausbildungskurs Integrative Trauerbegleitung vom 13.02.2015 - 08.11.2015

Kerstin Böhm (Sachsen)

Zu Beginn des Kurses „Integrative Trauerbegleitung“ hatte ich gewisse Erwartungen, aber auch eigene Unsicherheiten, die im Verlauf des Seminars durchweg verschwunden sind. Meine Erwartungen haben sich übers Jahr konkretisiert und sind erfüllt worden. Es ist eine Klarheit eingetreten, die ich dankbar in meine Arbeit integriert habe.

Der von mir gewählte Weg zeichnet sich deutlich ab, ich kann meiner eigenen Trauer begegnen und konnte vieles transformieren.

Die Gruppenarbeit empfand ich als Bereicherung, eine Erfahrung, die mir in meinem Beruf hilfreich ist.

Die Teilnahme an diesem Seminar hat mir persönlich vielgebracht, ich danke Dr. Rostig für seine Kompetente und feinfühligkeit Leitung.

Zurück aus der Schweiz – bereit für Neustart als Trauerbegleiterin

Kerstin Böhm aus Langenberg ist nach sieben Jahren Arbeit in einem Ort, wo die Schönen und Reichen Urlaub machen, heute wieder in Langenberg. Eine Entscheidung, die leicht und schwer zugleich war.

VON BEATE KINDT-MATUSCHEK

LANGENBERG – Zermatt ist einer jener malerischen Urlaubsorte im Schweizer Kanton Wallis am Fuße des Matterhorns, wo Stars und

die gelernte Wirtschaftskauffrau Böhm, die nach der Wende auch den IHK-Industriekaufmann abgelegt hatte und alles gemacht hätte, aber nirgendwo Arbeit fand. „Ich war am Verzweifeln. Es war eine bösartige Zeit. Hier Arbeit zu finden, war aussichtslos“, erinnert sich Kerstin Böhm. Während eines Besuch bei ihrer Tochter, erhielt sie dort das spontane Angebot, im Service in Zermatt zu arbeiten. Sie sagte zu und sattelte um.

Vor nunmehr fünf Jahren ereilte sie dann ein schwerer Schicksalsschlag: Sie verlor ihren damals erst 20-jährigen Sohn auf äußerst tragische Weise. „Sebastian, damals kurz vor dem Abschluss seiner dreijährigen Lehre zum Schiffsmechaniker,

starb während einer Schiffsreise auf einem Handelsschiff“, erzählt sie. Die genauen Umstände des Todes ihres Jungen sind allerdings bis heute ungeklärt. Obwohl Kerstin Böhm prompt alle Hebel in Bewegung gesetzt hatte, um die Gründe für den Tod ihres bis dahin stets kerngesunden Sohn zu erfahren. Die genaue Todesursache konnte bis heute nicht ermittelt werden. Keiner von der Crew könne sich mehr erinnern. Nach zweieinhalb Jahren wurde die Akte geschlossen. „Doch das ist eine andere Geschichte“, bricht sie die Erzählung ab.

Der Tod sei seither, wie sie sagt, ihr permanenter Begleiter. Aber sie wirkt weder niedergeschlagen noch melancholisch. Im Gegenteil, sie

versprüht eine besondere Form der Herzlichkeit und Aufgeschlossenheit. „Gastronomie ist ein Knochenjob, und ich werde nicht jünger. Wenn noch einmal Neustart, dann jetzt“, lautete die Überlegung.

„Ich habe eine Ausbildung zur Trauerbegleiterin absolviert sowie das Zertifikat als Trauerrednerin abgelegt. Ich will künftig Betroffenen zur Seite stehen, die einen geliebten Menschen verloren haben. Trauerbegleitung ist unglaublich wichtig“, sagt sie. Aber sie denke da speziell auch an junge Leute. Das habe sie durch den Tod ihres Sohnes erkannt. „Die Freunde, die Freundin, sprich die Verlobte – das sind alles Menschen, die oft vergessen werden. Doch ihr Schmerz ist ebenso groß“, betont Böhm. Deshalb will sie ihr Augenmerk besonders auf Jugendliche, junge Erwachsene sowie Eltern, die ein Kind verloren haben, richten, ihnen im Fall eines Verlustes helfen. „Trauerbegleitung ist ein schwieriges Feld, geht mitunter über Jahre. Dafür gibt's kein Patentrezept.“

Anfang Juli formiere sich ein erster Trauerkreis, Einzelfälle laufen stets parallel und sehr individuell. „Die Umwelt nimmt nur eine Zeit lang Rücksicht, dann gehen viele zur ‚Normalität‘ zurück. Doch die gibt es nicht mehr, sondern nur neue Wege“, so Böhm.

Sich selbst verwirklichen, einen neuen Weg gehen – dieser Herausforderung will auch sie sich stellen. Jetzt und hier – zurück in der Heimat, wenngleich, so sagt sie, Zermatt eine zweite Heimat für sie bleibt.

ICH LEBE GERN IN

Raschau Markersbach

Sternchen gern Ferien machen. Dort hat Kerstin Böhm die zurückliegenden sieben Jahre gelebt und gearbeitet. Doch jetzt ist die 54-jährige zurück in ihrer angestammten Heimat, in ihrem Haus in Langenberg.

Eine Arbeit, das ist die Grundvoraussetzung, um in der Schweiz leben zu können. Den Anstoß für diesen Umzug auf Zeit gab 2007 ihre Tochter. Denn sie lebt dort, hat einen Mann gefunden und ist glücklich. „Mutt, komm' doch zu uns“, hat die heute 32-jährige damals gesagt. „Warum eigentlich nicht“, dachte sich



Kerstin Böhm und ihre treue „Spürnase“ Ronnie machen es sich wieder zu Hause im Erzgebirge am Kamin gemütlich.

FOTO: PRIVAT

Anett Mittelbach (Sachsen)

Mir ist meine Situation nochmals sehr bewusst geworden, ich habe mich intensiv mit mir, meiner Arbeit, Vergangenheit und Zukunft auseinandergesetzt. Ich stellte fest, dass es mir trotz Zwischenfällen gut geht, dass ich gestärkt bin für das Kommende. Ich habe frühere Ängste nicht mehr an mir festgestellt und bin bereit für das, was kommt. Wichtige Punkte zur Bewältigung von Konflikten habe ich kennengelernt und die Notwendigkeit, Konflikten nicht aus dem Weg zu gehen, bestätigt bekommen.

Doris Ahlers (Niedersachsen)

Was hat mir geholfen?

Filmbeiträge, um Suizidalität im Alter wie bei Jugendlichen bewusster wahrzunehmen und zu verstehen, und für diese Problematik Leitorientierungen im Umgang mit Suizidgefährdeten an die Hand zu bekommen.

Die Hausarbeit bot die Gelegenheit, meinen eigenen Trauerprozess aufzuarbeiten, zu begreifen, welche Gefühle „normal“ sind und welche Reaktionsmuster in den unterschiedlichen Trauermodellen wesentlich sind, um Trauer zu leben.. Geholfen hat mir die Persönlichkeitstypologie, die mir letztlich die Augen dafür geöffnet hat, dass der Trauerweg ein individueller Weg ist, den ich lediglich begleiten und anregen kann.

Silke Döhler (Sachsen)

Was hat mich weitergebracht?

Das Thema „Suizidalität“ bei Jugendlichen wie im Alter hat den Blick auf diese Situation geschärft, aber auch die Auseinandersetzung, wenn ein Kind stirbt und Familien zu begleiten sind, vermittelte mir wesentliche Orientierungen.

Meine Befürchtung, an Belastungsgrenzen zu stoßen (drei Wochenkurse und die Hausarbeit), ist sicher meiner Gesamtsituation geschuldet. Meine Erwartungen, Neues zu hören, zu lernen und Werkzeuge zu erhalten, hat sich erfüllt, auch wenn in mir der Wunsch lebendig bleibt, weiter zu gehen und immer mehr aufzunehmen und in der Praxis umzusetzen.

