

## Trauerpädagogik – ganz natürlich

*Fünf Kinder und Jugendliche, Mädchen und Jungen zwischen drei und dreizehn Jahren, eine Frau und ein Mann unterwegs in einem Kölner Park. Das sind wir. Im Gemeindehaus haben wir uns in unserem Raum getroffen mit Kerzen und dem Kuschtroll Tränchen, der immer etwas Süßes für uns dabei hat.*

Die Experten für Trauerpädagogik, Dagmar Hagmann und Hans-Georg Renner, verbinden Trauerhilfe mit einem Naturerlebnis – davon können Kinder und Erwachsene gleichermaßen profitieren. Für die bestattungskultur berichten sie von ihren Erfahrungen.

„In der Begrüßungsrunde haben wir uns erzählt von der letzten Woche, die vergangen ist seit dem letzten Treffen. Stein und Feder reichen wir uns dabei weiter und berichten von Schwerem und Leichtem, was uns gefreut hat, geärgert oder traurig gemacht.“

Für die, die wir in unserem Herzen und auch in unserer Trauer bei uns tragen, haben wir Kerzen angezündet. Nach diesem Ritual, mit dem unser Treffen beginnt, geht es hinaus in Sonne, Wind und Spätsommer. Wir legen gemeinsam eine Sonne mit Seilen und jeder gestal-

tet für sich mit selbst gesammelten Fundstücken einen Sonnenstrahl. Ein lachendes Gesicht als Gruß an den verstorbenen Vater, ein Garten, ein Grab, der eigene Name, kunstvolle Muster und Mandalas entstehen. Wir betrachten gegenseitig unsere Werke und kommen ins Gespräch.

Zum Abschluss blicken wir darauf, wie es uns miteinander gegangen ist, ob es Wünsche gibt für das nächste Mal oder auch Sorgen oder sogar Angst. In der Woche darauf sehen wir nach, was noch von unserer Sonne zu finden ist, gestalten diesmal mit Ton und Naturmaterial Bilder zum Mit-nach-Hausenehmen. Wünsche der Kinder sind: einmal den eigenen Hund mitbringen, ein Feuer machen, auf einen Baum klettern. So steht nun der Hundebesuch an, Baumklettern, Schatzsuche und Hüttenbau...“

### Austausch im Spiel

Für Kinder ist Spielen die natürliche Auseinandersetzung mit der Welt. Im eigenen, freien Spiel verarbeiten sie ihre Erlebnisse und Erfahrungen. Sie wandeln ihre Eindrücke in Ausdruck, gehen damit um, gestalten mit eigenen Impulsen, erproben, wiederholen und erschaffen. Sie erleben eigene Handlungskompetenz, Selbständigkeit, Phantasie, Kreativität, Be-

wegungssicherheit, Möglichkeiten sich mitzuteilen und mit anderen in Kontakt und Austausch zu kommen. Das Spiel ist aktives Zugehen auf die Welt, andere Menschen, Material und verschiedene Themen. Es ist Einüben und Ausprobieren und Sicherheit gewinnen. Somit ist Spiel die Methode in der Trauerpädagogik, die sich auf die natürliche Ausdrucksweise der Kinder einlässt. Und auch für Erwachsene können Momente des Spiels heilsam und befreiend sein.

### Sinnsuche mit allen Sinnen

Möglichst freilassende kreative Angebote können Impulse hineingeben, bringen uns miteinander ins Tun, geben Gelegenheit, uns auszudrücken, uns wahrzunehmen, uns zu unterstützen, in Gespräch und Austausch zu kommen.

Kunst und Natur waren schon immer Möglichkeiten, uns von der geistigen Welt berühren zu lassen, mit ihr in Kontakt, in Kommunikation zu kommen, elementare Weisheiten des Lebens und Sterbens zu erleben und als stimmig und sinnvoll wahrzunehmen. Gerade auch die besondere Schönheit, die im Sterben und Vergehen liegt, kann uns in der Natur tief und unmittelbar berühren.

Darum liegt es nah, mit trauernden Menschen in die Natur zu gehen. Sie bietet zugleich die Erfahrung

von Freiheit und Geborgenheit. Sie zeigt den Kreislauf von Werden und Vergehen überall und jederzeit. Sterben und Abschiednehmen sind elementare Erfahrungen des Lebens. Die Elemente Erde, Wasser, Luft und Feuer entsprechen in ihrem Wesen seelischen Erfahrungsqualitäten. Im Umgang mit ihnen bieten sie eine wunderbare Basis für einen gemeinsamen kreativen und heilsamen Prozess. Natur bietet uns Bilder, die sich ganz ohne sprachliche Interpretation vermitteln. So hilft sie jedem Einzelnen sich auf eigene Art mit dem Thema auseinanderzusetzen und sich darin mitzuteilen.

### Freude und Dankbarkeit

Das Thema Sterben und Tod trifft bei uns nicht mehr auf eine gelebte, in den Alltag eingebettete Trauerkultur. Ebenso wie Geburt, Kindheit, Alter und Krankheit ist es ausgelagert und delegiert. Viele Menschen sind überfordert, zumindest verunsichert, wenn sie damit konfrontiert werden. Sie ziehen sich zurück, verstecken sich hinter Phrasen, trauen sich nicht zu fragen, wie es dem anderen geht. „Das ist ja schrecklich!“, „Furchtbar!“ „Es tut mir so leid“ übersieht, dass neben allem Schmerz auch sehr schöne, kostbare Erfahrungen darin liegen können: Nähe, Verbindung, Liebe, Unendlichkeit, Geborgenheit, heilig empfundene Momente. Ganz viel Freude und Dankbarkeit.



Foto: © Hans-Georg Renner/www.natuerlich-trauern.de

Schwierig ist, wenn sich sozial unerwünschte Gefühle melden wie Neid, Erleichterung, Eifersucht oder Wut. Diese erscheinen in der eigenen Familie „unpassend“ und brauchen einen anderen Raum, wo sie ausgedrückt werden können. Denn auch sie gehören oft zur Trauer. In unseren Begleitungen leben wir ein Stück unseres Lebens miteinander. Trauer und Tod sind ein wichtiges Thema darin, das zu uns gehört, aber nicht das einzige.

### Vertrauen

Es geht uns um das Vertrauen in jeden einzelnen Menschen, in seine Heilungskräfte, in seinen eigenen Entwicklungsweg. Das erfordert von uns Begleitern eine professionelle Pädagogik und die eigene tiefe Auseinandersetzung mit diesem Lebensthema. Wir müssen einen eigenen Weg finden, um trauer-

nden Menschen einen Freiraum zur Auseinandersetzung anbieten zu können. Unsere Grundhaltung ist ein Sich-entwickeln-lassen. Es ist nicht unsere Aufgabe zu wissen, was richtig ist. Wir wollen keine fertige Methode haben, sondern mit den Impulsen gehen, die die Gruppe und jeder Einzelne, Kind und Erwachsener, mitbringen. Unsere Aufgabe ist es, (Natur-)Räume und Zeit zu schaffen, in der wir als Gruppe gut aufgehoben sind: So wie wir sind und wie es uns im Moment gerade geht, mit unseren Gefühlen, Gedanken, Sorgen, Ängsten, Träumen, Hoffnungen und Sehnsüchten. ■

Dagmar Hagmann und  
Hans-Georg Renner

Weitere Informationen:  
[www.natuerlich-trauern.de](http://www.natuerlich-trauern.de)