



Infobrief 2014

Liebe Angehörige, liebe Mitglieder und liebe Spender! Liebe Wegbegleiter von „Löwenzahn“!

„Trauer ist keine Krankheit“ Ein neues Zentrum will Kinder und Jugendliche bei der Trauerbewältigung unterstützen.

Trauerexperten haben zusammen mit Unterstützern ein in Hannover bislang einmaliges Angebot begründet.“

So stand es im Mai 2009 in einem Artikel in der HAZ.

5 Jahre „Löwenzahn“



Sarah, 12 J.

In den Jahren haben wir viele trauernde Kinder und Jugendliche begleiten dürfen, zur Zeit sind mit 70 Kindern und Jugendlichen alle Gruppen gut gefüllt!

„Die Gruppe tut mir gut, meine Trauer ist nicht mehr so schlimm, die anderen teilen mein Schicksal, das tröstet mich.“
Nina, 11 J.

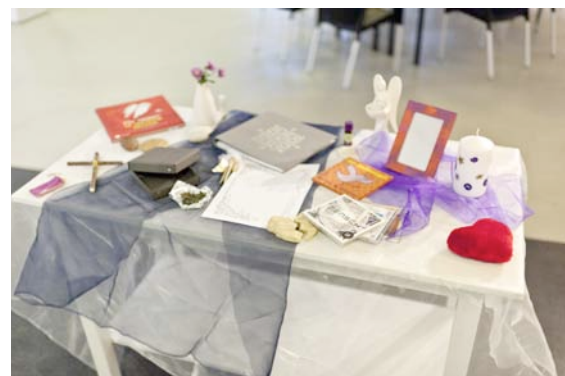
Zunächst standen die Kinder und Jugendlichen im Fokus, doch schnell haben wir bei unserer Arbeit erfahren, dass eine sinnvolle Trauerbegleitung die Betroffenen in ihrem ganzen Umfeld sehen muss.

„Seit ich bei Löwenzahn bin, muss ich nicht mehr so viel weinen, wenn wir zuhause über Opa sprechen. Es tut mir gut, dass wir bei Löwenzahn über alles reden können.“

Jan, 11 J.

Angehörigengruppen, die sich parallel zu den Kindergruppen treffen, entstanden. Auch durch telefonische Beratung von Erwachsenen konnten unzählige Fragen, **„Mein Kind trauert nicht richtig!“** beantwortet und Unsicherheit genommen werden.

Entwickelt hat sich auch eine Unterstützung in Kitas, Schulen, für Menschen, die im sozialen Umfeld trauernde Kinder betreuen.



Inhalte unseres „Trauerkoffers“ mit Symbolen für die Trauerbegleitung. Der Koffer wird z.B. in Schulen eingesetzt.



Im Laufe der fünf Jahren ist es uns gelungen, ein intensives Netzwerk in Hannover aufzubauen. Institutionen, die mit schwerkranken oder sterbenden Menschen arbeiten, das Jugendamt, niedergelassene Psychologen sowie die Kinder- und Jugendpsychiatrie, Krankenpflegeschüler aus dem Siloah und der MMH gehören dazu. Hospize und ambulante Hospiz- und Palliativdienste sind mit uns im engen Austausch.

Alles dies war natürlich nur möglich durch den unermüdlichen Einsatz aller Mitarbeiter bei „Löwenzahn“. Zur Zeit besteht unser Team aus 7 hauptamtlich und 14 ehrenamtlich Mitarbeitenden.

In dem diesjährigen Info-Brief möchten wir Ihnen einen direkten Einblick in unsere Arbeit geben.

Die Trauerbegleitung von drei Kindern wird von ihrer Gruppenleiterin beschrieben:

Anna

Es ist Montagnachmittag, kurz vor 17 Uhr. Alles ist vorbereitet. Heute wollen wir, auf Wunsch der Kinder, die Erinnerungen an die Verstorbenen zum Inhalt der Gruppenstunde machen.

Als es klingelt, kommt Anna mit ihrem Vater. Anna begrüßt uns, geht dann aber gleich zum Sandspiel und fängt an einen Zoo aufzubauen.

Bald beginnen wir mit dem Anfangskreis.

Die Kinder zünden ihre selbstgestaltete Kerze für den Verstorbenen an. Anna ist eher ruhig, sie zündet ihre Kerze vorsichtig an. „Für Uropa“ sagt sie. In der Erzählrunde berichtet Anna von Erlebnissen aus der Schule und Aktivitäten mit Freundinnen. Dabei zeigt sie viel Witz und Charme und wir müssen alle schmunzeln.



Wir lesen dann gemeinsam ein Buch zum Thema Erinnerungen. Die anderen Kinder erzählen von Begebenheiten an die sie sich erinnern. Anna möchte nichts sagen.

Unser heutiges Angebot für die kreative Phase sind von den Kindern gestaltete Schachteln, in die sie Erinnerungsstücke hereinlegen können. Mir fällt auf, dass Anna nicht mit in den Kreativraum gekommen ist. Ich finde sie am Sandkasten. Sie erzählt mir von dem Zoo, den sie aufbaut und dass sie auf keinen Fall mit den anderen zusammen basteln möchte.



Ich frage sie, ob sie gerne Lena kennenlernen möchte.

Lena ist eine große Handpuppe und sitzt im Gruppenraum auf dem Regal. Damit ist Anna einverstanden. Wir holen Lena und setzen uns in einen ruhigen Raum.



Lena erzählt Anna, dass ihr Meerschweinchen gestorben ist und sie nun so furchtbar traurig ist. Da endlich kann Anna darüber sprechen, dass ihre Mama auch gestorben ist.



Sie kann aber so schwer darüber reden, weil sie dann immer so einen dicken Kloß im Hals bekommt und dass sie auf keinen Fall weinen möchte. Gemeinsam überlegen Anna

und die Puppe, an was sie sich erinnern.

Und dann ist der Moment auch schon vorbei. Anna läuft in den Toberaum. Dort kann sie all ihre aufgestauten Gefühle loslassen. Sie hat Spaß und lacht mit den anderen Kindern.

Im Abschlusskreis zünden wir wieder die Kerzen an. Dieses Mal sagt Anna nach dem Anzünden: „Diese Kerze brennt für Mama!“



„Mama im Himmel“

Anna kommt nun schon einige Zeit zu uns ins Trauerzentrum und mag immer noch nicht gern sprechen. Aber sie hat für sich Wege gefunden, mit dem Tod der Mutter umzugehen.

Neulich, zum Beispiel, suchte sie sich Stoff heraus, um einen Kuschelhund zu nähen:

„Weil, der gibt mir Trost“.

Als Annas Meerschweinchen dann auch noch stirbt, hat sie in der Gruppenstunde die Beerdigung vorbereitet. Sie hat ein Kreuz gebastelt, einen Brief geschrieben, geplant wie das Grab im Garten aussehen soll.



In dieser Zeit konnte sie auch leichter über den Tod der Mutter sprechen.

Mittlerweile zeigt Anna nicht mehr diese schwere tiefe Trauer. Sie ist ein fröhliches zufriedenes Mädchen mit Momenten, in denen sie für sich ist und in denen der Kloß im Hals bestimmt auch wieder auftaucht.

Max und Lukas

Es liegt eine unruhige Stimmung in der Luft. Den Kindern fällt es schwer sich auf die Anfangsrunde zu konzentrieren. Unser Angebot, gemeinsam ein kurzes Buch zu lesen, ist nur für einige interessant.

Max ist der ältere Bruder von Lukas. Er möchte lieber von seinem Hobby berichten. Lukas hat eine gute Arbeit in der Schule geschrieben und bringt die Kinder mit einigen Scherzen zum Lachen.

Wir lösen die Runde auf und teilen die Kinder in kleinere Gruppen auf, in denen wir Schiffe bauen. Die Schiffe können eine Botschaft an den Verstorbenen mitnehmen, wenn wir sie später auf dem Kanal schwimmen lassen.



Max arbeitet im Werkraum. Die Idee, ein Boot zu bauen, gefällt ihm.

Er berichtet von der Schule und von den Freunden. Über seinen Vater redet er kaum. Er erzählt, dass es nun anders ist zu Hause, aber dass er mittlerweile damit zurechtkommt. Schwer ist es für ihn, wenn er neue Leute kennenlernt und über die Familie gesprochen wird. Er möchte nicht jedem von seinem Verlust erzählen.

Lukas arbeitet zusammen mit einem Ehrenamtlichen. Eine männliche Bezugsperson ist ihm wichtig. Er ist dem Mitarbeiter gegenüber sehr offen und redet über seine Ängste und über seine Trauer.

Lukas trauert sehr um seinen Vater, er macht sich Gedanken über das Leben nach dem Tod.

Lukas Traum

„Wir waren mit unsrer Familie am Bahnhof. Ich war auf der Bahn, die anderen sind in die entgegengesetzte Bahn eingestiegen. Dann fuhr die Bahn los. Ich bin abgesprungen. Ich wollte durch den Tunnel fliegen, aber ich bin gegen die Mauer geflogen. Dann habe ich bunte Farben gesehen.“

Lukas eigene Deutung

„Papa wollte zu uns zurück, aber er ist an der Grenze vom Paradies (Papadies) hängengeblieben.“



Das neue Leben ohne den Vater ist für ihn nicht leicht. Er sagt, er spiele oft den „Clown“ in seiner Klasse, aber auch bei Löwenzahn, denn dann kann er für einen Moment alles vergessen.

In der Schlussrunde zeigen die Kinder ihre Boote. Manche haben Briefe geschrieben, auch Max und Lukas. Und doch ist die Runde ausgelassen. Lukas macht Späße und Max ärgert sich deshalb über den kleinen Bruder. Sie können einen kurzen Moment vergessen, warum sie hier sind.



Die vielen Gespräche, die Lukas bei Löwenzahn führen kann, tun ihm gut. Er wirkt oft fröhlicher, hat gute Ideen, über welche Aspekte der Trauer die Gruppe noch sprechen könnte.

„Es gibt Türen, die für mich geschlossen wurden, aber vielleicht öffnen sich dafür andere Türen.“

Max haben die Angebote bei Löwenzahn positiv unterstützt seinen Trauerweg zu gehen. Er ist gefestigt in seiner Familie, bei seinen Freunden und hat Spaß am Leben:

„Es geht weiter ohne Papa, aber er ist immer noch in uns.“

Max und Lukas trauern auf ganz unterschiedliche Art und Weise. Aber beide werden ihren Weg finden und auf ihre Art die Erinnerung an den Vater behalten.

Nele Westerholz, Gruppenleiterin

Charlie – eine Bereicherung für unsere Trauerbegleitung

In zwei unserer Gruppen läuft seit März 2014 das Projekt „Tiergestützte Interaktion“. Frau Martina Quil begleitet mit ihrem Therapiehund **Charlie** die Kinder bei ihrem Treffen.

Hunde gehen völlig unbefangen und wertfrei auf den Menschen ein und nehmen ihn so an, wie er ist! Dies ist Ausgangspunkt für viele positive Begegnungen zwischen Mensch und Hund.



Aber nicht nur der Seele tut ein Hund gut, denn professionell eingesetzt kann eine positiv definierte Unterstützung für Körper, Geist und Seele durch tiergestützte Interaktionen erzielt werden.

Hier nur einige Beispiele:

- Entspannung der Muskeln
- Verbesserung der Atemtiefe und Atemfrequenz
- Erlernen von Verantwortung
- Förderung von (Selbst-) Sicherheit
- Durchbrechen von sozialer Isolation
- Förderung der Kommunikation



Auch in der Trauerbegleitung kann die tiergestützte Interaktion den Trauernden eine gute Hilfe sein.

Charlie ist ein freundlicher Hund, der den Kindern sehr zugewandt ist. Er hat einen ausgleichenden Effekt auf die Kinder. Charlie bringt mehr Ruhe und Konzentration in die Gruppe. Er schenkt den Kindern Aufmerksamkeit, die ihnen hilft, abzuschalten und sich wohlfühlen.

Ein weiteres Projekt möchte ich Ihnen noch vorstellen:

Wir planen ein regelmäßig stattfindendes, *offenes* Angebot zur Begleitung von trauernden Jugendlichen im Alter von 14 bis 21 Jahren.

Das Trauercafé für Jugendliche wird 14 tágig freitags von 17.00 bis 19.00 Uhr in unseren Räumlichkeiten stattfinden. Der Impuls für ein neues Angebot für trauernde Jugendliche ist aus unserer Erfahrung mit den Betroffenen in den letzten fünf Jahren entstanden. Bisher trafen sich die Jugendlichen in einer festen Gruppe.



Mit dem Trauercafé möchten wir eine an den speziellen Bedürfnissen dieser Altersgruppe orientierte Form von Trauerbegleitung schaffen.

Bedeutend ist vor allem die Niedrigschwelligkeit des Einstiegs in das Angebot, um Betroffenen Berührungsängste zu nehmen und ihnen den Erstkontakt zu erleichtern: Ein Freund kann zum ersten Besuch mitgebracht werden und es besteht die Möglichkeit einer flexiblen Inanspruchnahme und einer relativen Unverbindlichkeit.

„Mein Tipp an jemanden, der einen lieben Menschen verloren hat: Denk an die schönen Zeiten, die du mit der Person erlebt hast!“

Maria, 15 J.

Die Angebote unserer Trauerbegleitung bleiben auch im Cafe erhalten: Sicherer Rahmen für Austausch untereinander, Angebot von Einzelgesprächen, kreative Angebote.

Das Cafe hat noch keinen Namen! Über Anregungen würden wir uns freuen!

Zum Abschluss möchten wir uns noch bedanken bei allen Kindern, Jugendlichen und ihre Angehörigen. Ihr Vertrauen und ihre Offenheit geben uns Kraft und Zuversicht für die nächsten Jahre.

Wir danken auch ganz herzlich allen großen und kleinen Spendern! Um „Löwenzahn“ zu erhalten und weiterzuentwickeln brauchen wir auch weiterhin die Unterstützung vieler Menschen!

Kornelia Reinke-Westerholz
Leiterin des Zentrums