

# LÖWENZAHN

---

Zentrum für trauernde  
Kinder und Jugendliche e. V.



## Einblicke

INNERE WANDLUNG IN DER TRAUER

**AUSGABE 10**

# LIEBE WEGBEGLEITER\*INNEN, LIEBE UNTERSTÜTZER\*INNEN, LIEBE FAMILIEN,

dieser Newsletter steht unter dem Thema „Innere Wandlung in der Trauer“. Kinder, Jugendliche und Familien, die einen geliebten Menschen verloren haben, erfahren viele Veränderungen gleichzeitig. Vor allem ihr Trauerprozess ist ständig im Wandel.

Auch im LÖWENZAHN-Zentrum haben wir in den letzten Monaten Veränderungen erlebt. Denn durch die Corona-Pandemie mussten wir Gruppenangebote und Beratungen vorerst einstellen und alternative Angebote zur Begleitung trauernder Kinder und Jugendlicher entwickeln. Das Gefühl der Verbundenheit, welches so viele betroffene Familien durch unsere Begleitung erfahren und wertschätzen, musste sich also auch wandeln.

Wie wir dies unter anderem umgesetzt haben, darüber wird in dieser Ausgabe berichtet. Auf unserer Homepage unter [www.loewenzahn-trauerzentrum.de](http://www.loewenzahn-trauerzentrum.de) finden Sie weitere Informationen über coronabedingte Umgestaltungen sowie neue Aktionen. In jedem Fall kann Verbundenheit zu anderen Menschen auf unterschiedliche Weise aufrechterhalten und vor allem kreativ hergestellt und ausgedrückt werden.

Ich danke allen, die uns in dieser Zeit finanziell unterstützt haben. Mit dieser Hilfe können wir garantieren, dass junge trauernde Menschen sich auch in digitaler Verbundenheit nicht allein, sondern aufgefangen fühlen.

Mit herzlichen Grüßen



**Dr. Miriam Sitter**  
Vorsitzende



Lange saßen sie da und hatten es schwer.  
Doch sie hatten es gemeinsam schwer,  
das war ein Trost.  
Leicht war es trotzdem nicht.

Astrid Lindgren aus Ronja Räubertochter



## AKTION VERBUNDENHEIT

Nachdem die Gruppen aufgrund der Coronapandemie einige Wochen nicht stattfinden konnten, haben wir im Team begonnen die Kinder, Jugendlichen und Angehörigen zu vermissen. Zudem wussten wir durch den telefonischen Kontakt zu den Familien, dass vielen unsere Gruppen- und Einzelbegleitungsangebote fehlten und sie unter dem Gefühl der sozialen Isolation litten.

Weil wir gerne unser Gefühl der Verbundenheit miteinander stärken wollten, haben wir allen Kindern und Jugendlichen, die Teil unserer LÖWENZAHN-Gemeinschaft sind, ein kleines Quadrat aus Spanplatte geschickt.

Alle wurden gebeten, es nach ihren Wünschen und Vorstellungen anzumalen, zu bekleben oder zu beschriften und uns so zu zeigen, wie sie sich gerade fühlen.

Im LÖWENZAHN haben wir alle Quadrate zu einem großen Bild zusammengefügt, als Zeichen unserer Verbundenheit.

Informieren Sie sich gerne auf unserer Homepage über weitere Aktionen, unter [www.loewenzahn-trauerzentrum.de/Aktuelles](http://www.loewenzahn-trauerzentrum.de/Aktuelles).

VERBUNDENHEIT



“MANCHMAL BIN ICH SO.....MANCHMAL BIN ICH SO“

” Ich vermisse dich so!

” Ich kann mir nicht vorstellen, dass es irgendwann mal besser wird.

” Bei der Trauer ist es so:  
Es gibt ein Davor und ein  
Danach und dann natür-  
lich die Zeit dazwischen.

” Manchmal fühlt sich alles einfach nur taub an.

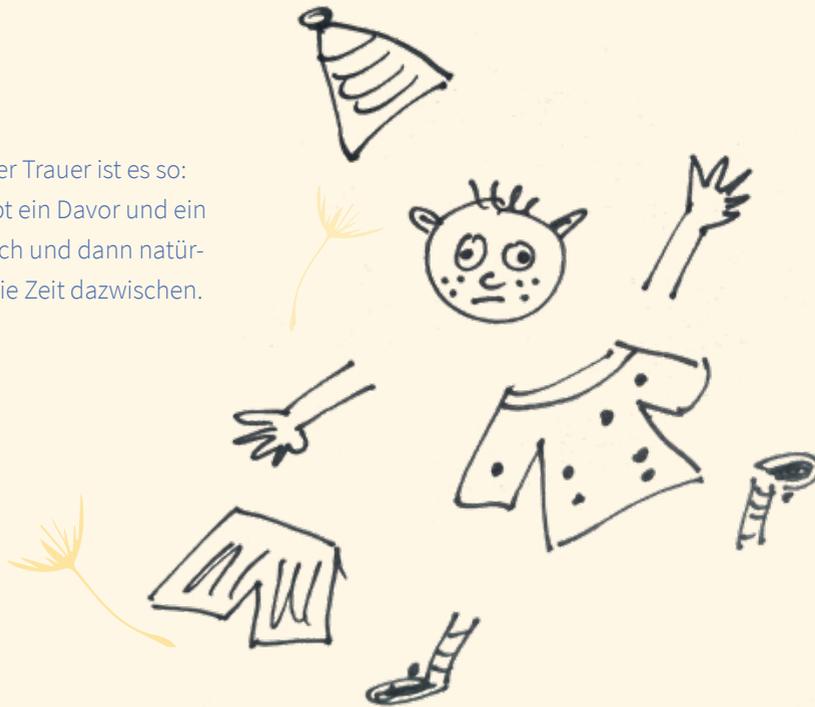
Manchmal  
bin ich  
so!

” Danke, dass ich mit dir so viel  
Schönes erleben durfte.

” Manchmal kann ich dich immer noch spüren.

” Meine Traurigkeit hat sich verändert. ..Ich kann  
jetzt an dich denken ohne dass es so weh tut.

” Ich möchte einfach mal wieder glücklich sein - das hätte  
Papa bestimmt auch so gewollt!



## INNERE WANDLUNG IN DER TRAUER

**NACH DEM TOD EINES NAHESTEHENDEN MENSCHEN VERÄNDERT SICH VIELES. „NICHTS IST MEHR, WIE ES WAR.“ EINIGE VERÄNDERUNGEN SIND SICHTBAR IM AUSSEN, ANDERE VOLLZIEHEN SICH OFT UNBEMERKT IM INNEREN.**

Mit der Trauer wird eine Entwicklung angestoßen, deren Auswirkungen für uns alle ungewiss sind. Für einige ist es der Weg von der anfänglichen Fassungslosigkeit hin zur Zuversicht, für andere die Bewegung vom Blick auf das Verlorene hin zur Entwicklung neuer Perspektiven. Es kann aber auch das anfängliche Gefühl der Geborgenheit und tiefen Verbindung zum Verstorbenen einer zunehmenden Verzweiflung und Entwurzelung weichen.

Im LÖWENZAHN-Zentrum begleiten wir die Kinder und Jugendlichen in ihrer individuellen inneren Wandlung.

Wir unterstützen die Betroffenen, indem wir Veränderungen im Fühlen und Denken gemeinsam wahrnehmen, bewusst sicht- und spürbar machen. Der Blick auf ihre innere Wandlung ist ein Indikator für das, was die Kinder und Jugendlichen brauchen und was sie in ihrer Trauer unterstützen kann. Manchmal wird daran auch sichtbar, dass die Betroffenen unser Angebot nun nicht mehr brauchen.



**Petra Brenner**  
Leitung

Doch nicht jede Wandlung im Inneren geht unmittelbar in Richtung Neubeginn. Geduld, Zuversicht und Offenheit helfen uns, den Betroffenen Raum und Zeit für ihre eigene Entwicklung zu geben, ergebnisoffen, aber mit der Hoffnung auf eine als positiv empfundene innere Wandlung.

## NATURMANDALA-WORKSHOP IN DER EILENRIEDE

**CORONABEDINGT KÖNNEN MOMENTAN KEINE WORKSHOPS IM LÖWENZAHN-ZENTRUM STATTFINDEN, ALSO SIND WIR RAUS IN DIE NATUR GEGANGEN.**

Im Herbst ist es besonders spannend in den Wald zu gehen. Es riecht nach Laub und Erde und verschiedenste Naturmaterialien sind zu finden. Gefärbte Blätter, Tannenzapfen, Eicheln, Kastanien, Äste und Steinchen wurden gesammelt und später zu einem Naturkunstwerk zusammengesetzt. Mit Fantasie und Begeisterung fand die Trauer einen kreativen und wunderschönen Ausdruck, der alle sehr bewegt hat. Unser herzlicher Dank geht an die Künstlerin und Kunsttherapeutin Anne Nissen für die Gestaltung des Workshops, sowie an die Organisation Children for a better World e.V. für die Finanzierung.



*Liebe Kinder, liebe Angehörige,  
vielen Dank, dass ihr den Ausdruck eurer Trauer so offen und vertrauensvoll mit uns teilt.*



„Alles was schön ist,  
bleibt auch schön,  
auch wenn es welkt.  
Und unsere Liebe bleibt Liebe,  
auch wenn wir sterben.“

Maxim Gorki

## GEMEINNÜTZIGER VEREIN

**WIR SIND EIN ZENTRUM FÜR TRAUERENDE KINDER UND JUGENDLICHE IN HANNOVER UND WERDEN VON EINEM GEMEINNÜTZIGEN VEREIN UNTERSTÜTZT.**

Im Mai 2009 wurde das LÖWENZAHN-Zentrum für trauernde Kinder und Jugendliche e. V. gegründet. Begonnen mit nur einer Gruppe, sind wir stetig gewachsen und begleiten aktuell ca. 70 Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene in ihrer Trauer. Mittlerweile umfasst unser Team sieben Hauptamtliche und fünfzehn ehrenamtlich Mitarbeitende.

## UNSERE ANGEBOTE

### FÜR BETROFFENE KINDER, JUGENDLICHE UND JUNGE ERWACHSENE

- Trauergruppen für Kinder
- ReMind by Löwenzahn – Treff für trauernde Teenager
- RELOAD by Löwenzahn – Trauercafé für Jugendliche
- Beratung und Einzelbegleitung
- Workshops

### FÜR BETROFFENE ELTERN UND ANGEHÖRIGE

- Trauergruppen
- Angehörigenfrühstück
- Familiencoaching
- Beratung und Einzelbegleitung
- Angebot für Abschied nehmende Familien

### FÜR BETROFFENE MENSCHEN IM BERUFLICHEN UMFELD

- Beratung
- Vorträge, Fortbildungen und Workshops zum Thema Tod und Trauer
- Kollegiale Fallberatung für Teams sozialer Einrichtungen

Seit 2014 sind wir von der Stadt Hannover als Träger der freien Jugendhilfe anerkannt und werden finanziell gefördert.



HERZLICHEN DANK AN ALLE,  
DIE UNSERE ARBEIT MIT IHRER  
SPENDE UNTERSTÜTZEN!

Spendenkonto des gemeinnützigen  
Vereins: Zentrum für trauernde  
Kinder und Jugendliche e. V.:

SPARKASSE HANNOVER  
IBAN: DE88 2505 0180 0900 3444 66  
BIC: SPKHDE2HXXX

# LÖWENZAHN

Zentrum für trauernde  
Kinder und Jugendliche e. V.

Podbielskistr. 311  
30659 Hannover-Buchholz

Telefon: 0511 700 322 78  
Mail: [info@loewenzahn-trauerzentrum.de](mailto:info@loewenzahn-trauerzentrum.de)  
[www.loewenzahn-trauerzentrum.de](http://www.loewenzahn-trauerzentrum.de)

Möchten Sie mehr über uns erfahren oder unsere Arbeit  
im LÖWENZAHN Zentrum gerne persönlich kennenlernen?  
Sie sind herzlich willkommen!