

Trauer braucht Zeit

Gesprächs-Café: Seit zehn Jahren gibt es im Missionshaus Neuenbeken ein Angebot für trauernde Menschen. Dort können sie so sein, wie sie sich fühlen

VON BIRGER BERBÜSSE

■ Paderborn-Neuenbeken.

Als würde einem der Boden unter den Füßen weggerissen – so fühlen sich viele Menschen, wenn ein ihnen nahestehender Mensch gestorben ist. „Sie erleben dann ein großes Gefühlschaos“, weiß Schwester Martino Machowiak. Zusammen mit ihrer Mitschwester Maria Klara bietet sie seit zehn Jahren ein Gesprächs-Café für Trauernde an.

Im Franz-Pfanner-Haus des Missionshauses Neuenbeken treffen sich die beiden Ordensfrauen der Kongregation vom Kostbaren Blut einmal im Monat mit Menschen, die den Verlust eines geliebten Menschen verarbeiten wollen. „Wir wollen ihnen hier einen Ort anbieten, an den sie sich aufgehoben, angenommen und ernst genommen fühlen“, so die beiden Ordensschwestern, die die nötige Erfahrung für diese nicht immer leichten Gespräche mitbringen.

Schwester Martino (70) arbeitete lange Jahre als Krankenschwester in einer Notaufnahme und ließ sich später zur Trauerbegleiterin ausbilden, Schwester Maria Klara (75) ist seit 20 Jahren Seelsorgerin im

Krankenhaus: „So haben wir immer wieder mit Tod und Trauer zu tun.“

Die Idee zu dem Gesprächs-Café war Schwester Martino vor zehn auf Anregung einer Kollegin gekommen, die sie gerne aufgriff. Und der Bedarf in der Bevölkerung war und ist ganz offensichtlich vorhanden: „Gleich zum ersten Treffen im Oktober 2005 kamen elf Frauen“, erinnert sie sich.

Bis heute wird das kostenlose Angebot zur Trauerbewältigung gut angenommen. Zwischen zwei und zehn Trauernde kommen zu den Nach-

mittagen im Missionshaus Neuenbeken. Die meisten sind über 50 und Frauen, doch sitzen natürlich auch jüngere Teilnehmer und Männer mit am Tisch.

Der Ablauf der zweistündigen Treffen ist nicht fest vorgegeben. „Es gibt nur eine Regel: Wir fangen gemeinsam an und hören gemeinsam auf“, beschreibt es Schwester Martino. Nach einer „Warmrunde“ kommt das Thema Trauer und Verlust oft ganz von selbst. Ein wenig steuern die beiden Ordensfrauen die Gespräche aber auch, indem sie etwa einen Impuls in Form ei-

nes Bildes oder Textes setzen.

„Intensiv“ seien diese zwei Stunden für alle Beteiligten, aber auch wichtig, so Schwester Maria Klara: Im Trauer-Café können sie so sein, wie sie sich gerade fühlen. Dürfen klagen, weinen, wütend sein und immer wieder erzählen, ohne gebremst zu werden. All das also, was das soziale Umfeld oft nicht zulässt. Sehr hilfreich sei dabei auch der Austausch mit Menschen, die die gleichen Erfahrungen gemacht haben. Oft entstehen aus den Gesprächsrunden auch neue Kontakte oder gar Freundschaften.

Natürlich ist das Café ein Angebot, zu dem jeder, unabhängig von Nationalität, Religion oder Lebensform, kommen kann. Es gibt nur eine Regel: die Teilnahme ist auf zweieinhalb Jahre beschränkt. „In dieser Zeit hat sich die Trauer verändert. Es ist alles nicht mehr so schmerzhaft wie am Anfang“, sagen die beiden Schwestern.

Dennoch brauche Trauer unendlich viel Zeit: „Sie bleibt bis ans Lebensende.“ Nur der Umgang mit ihr verändere sich. Diesen richtigen Umgang zu finden, dabei hilft das Trauer-Café.

Öffnungszeiten und Kontakt

- ◆ Das Trauer-Café ist an jedem dritten Donnerstag im Monat jeweils von 15 bis 17 Uhr geöffnet. Es findet im Bildungshaus Franz Pfanner des Missionshauses Neuenbeken, Alte Amtsstraße 64, statt. Das nächste Treffen ist am 19. November.
- ◆ Im Sommer wird zudem eine regelmäßige Wanderung angeboten.
- ◆ Eine Anmeldung ist

nicht nötig.

- ◆ Weitere Infos gibt es bei Schwester Martino Machowiak unter Tel. (0 52 52) 96 50-500 oder per E-Mail an sr.martino@franz-pfanner-haus.de.
- ◆ Zum Thema „Gesprächs-Café für Trauernde“ hat Schwester Martino mit Heribert Arens das Buch „Du hast mein Klagen in Tanzen verwandelt“ geschrieben (Patmos-Verlag, 2015). (ber)