Lacrima Aktuell 03/2021

Lacrima – Zentrum für trauernde Kinder Ulm/Neu-Ulm

„Trauern ist nicht das Problem, trauern ist die Lösung! Wenn wir den Schmerz durchleben […], kann aus Trauer neues Leben wachsen." (Chris Paul)

Liebe Leserinnen und Leser,

wenn sich Kälte und Dunkelheit in die Tage fressen, beginnt für trauernde Familien eine schwere Zeit. Für Kinder, die Mama, Papa oder ein Geschwisterkind verloren haben, wird Weihnachten nie wieder so sein wie früher. Mit Lacrima wollen wir sie so gut wie möglich begleiten. Auch während der Pandemie waren und sind wir immer für sie da. Wir sind froh, dass wir die Stunden seit einiger Zeit wieder in unseren Gruppenräumen abhalten dürfen. Wie wichtig persönliche Treffen gerade jetzt sind, zeigen uns die Reaktionen der Kinder: sie hatten nach der langen Pause ein großes Bedürfnis, sich über ihre Trauer mitzuteilen!

Die meisten Familien bleiben bei Lacrima zwei bis drei Jahre. So lange dauert es in der Regel, bis sie die Trauer gut in ihr Leben integriert haben und sich die Kinder wieder anderen Interessen zuwenden können. Vor den Sommerferien haben sich Familien verabschiedet, was uns die Gelegenheit gab, in den Gruppen ein bisschen zu feiern – mit Eis für alle, gemeinsamen Spielen und kleinen Geschenken für die Kinder. Da das von allen heiß ersehnte Sommerfest wegen Corona ausfallen musste, war das zumindest eine kleine Entschädigung.

Noch vor den Ferien konnten neue Familien aufgenommen werden. „Da will ich unbedingt wieder hin!", sagte eines der Kinder gleich nach der Schnupperstunde. Das freut uns sehr und zeigt, dass wir mit Lacrima ein Angebot geschaffen haben, das nicht nur hilft, sondern auch Spaß macht.

Wir sind zuversichtlich, dass wir unsere Gruppenarbeit trotz Pandemie über den Winter aufrechterhalten können. Egal was kommt: wir lassen die Familien nicht allein! Inzwischen sind wir auch erprobt in alternativen Hilfen von Online-Gruppenstunden bis hin zur Tandem-Begleitung im Freien. Dass wir das alles aufrechterhalten können, geht nur dank Spenden. Allen Spenderinnen und Spendern möchte ich an dieser Stelle sehr herzlich danken. Ohne Ihre Hilfe könnten wir die Kinder und ihre Familien nicht unterstützen!

Herzliche Grüße

Angelika Bayer

JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

Lacrima in Ulm/Neu-Ulm

Hinter der Tür hört man Lachen, Kinderstimmen, regen Austausch. Wer hier vorbeikommt, käme nicht auf die Idee, dass sich hinter der Tür eine Trauergruppe trifft. „Bei Lacrima machen wir immer so tolle Sachen", erzählt ein 6jähriges Mädchen. „Am liebsten male ich was für Papa und das bringen wir dann ans Grab." Die Kinder kommen gerne zu Lacrima. Hier dürfen sie sich kreativ ausprobieren oder einfach zurückziehen, wenn mal wieder alles zu viel wird. Jeder versteht wie sie sich fühlen, da alle das gleiche Schicksal teilen. Eine Großmutter, die ihre Enkelin nach dem Tod beider Elternteile großzieht, berichtet, dass das Kind „erstaunt war, dass es noch andere Kinder mit dem gleichen Schmerz gibt."

Unterstützung auf dem schweren Weg der Trauer

Seit drei Jahren gibt es die Lacrima-Trauerbegleitung für Kinder in Ulm/Neu-Ulm. In 14tägig stattfindenden Kinder- und parallel stattfindenden Angehörigengruppen bekommen Familien, die von einem Trauerfall betroffen sind, genau die Unterstützung, die sie in dieser schweren Phase brauchen. Schnell hat sich gezeigt, dass der Bedarf in der Region groß ist. Bereits nach einem Jahr wurde von einer Gruppe auf zwei aufgestockt. Eine dritte Gruppe, speziell für Jugendliche, soll es bald geben. Dies alles geht nur dank dem Engagement von intensiv geschulten Ehrenamtlichen. Sie ermöglichen das, was es sonst nur selten gibt: eine intensive Trauerbegleitung, bei der ganz auf die individuellen Bedürfnisse aller Familienmitglieder eingegangen werden kann.

Platz für Lachen und Weinen

Lachen und Weinen liegen eng beieinander. Bei Lacrima ist Platz für beides. Hier finden Kinder einen geschützten Raum für ihre Trauer. Bei Ritualen wie der Kerzenrunde lernen sie über das Unfassbare zu sprechen. Alles kann, nichts muss. Wer will, erzählt über den Papa, die Schwester oder den Bruder, die so sehr fehlen – gerade jetzt, wo Weihnachten vor der Tür steht. Jedes der Kinder bringt Erinnerungen mit, die schön sind und schmerzhaft zugleich. Ihnen zu helfen, trotz allem positiv ins Leben zu starten, ist das Ziel von Lacrima.

„Papa hat mich immer auf die Schultern genommen, damit ich den Baum schmücken kann", erzählt ein Junge.

Gemeinsam haben die Kinder bei Lacrima ein Trauer-Memory gestaltet und anschließend zusammen gespielt.

„Vielen Dank für all die Stunden, die Ihr in uns investiert. Ich bin sehr begeistert von dem Lacrima-Gedanken." (Zitat einer Mutter)

Als kleines Dankeschön und, um den Austausch zu stärken, haben wir unsere Ehrenamtlichen im Juli zu einem Ausflug nach Roggenburg eingeladen.

Kostenloser Online-Vortrag „Kinder trauern anders" am 01.12.2021 (19 Uhr) von Angelika Bayer.

Themen: Kindertrauer verstehen und einfühlsam begegnen, Vorstellung von Unterstützungsmöglichkeiten
Veranstalter: Familienstützpunkt Vöhringen.
Interessierte können sich hier anmelden: familienstuetzpunkt@voehringen.de

Erfahrungsbericht Lacrima

„Für die Kinder war es wichtig, dass sie bei Lacrima einen Platz hatten für ihre Trauer“

Laura* war 18 Monate, als ihr Papa mit 32 Jahren verstarb. Woran, das weiß bis heute niemand. Er hatte sich nicht wohl gefühlt, aber an dem Tag, als es passierte, schien er bereits auf dem Weg der Besserung. Der Tod kam ganz plötzlich. Lauras Mutter Sarah, die ihren Mann, nach Luft ringend und mit blau angelaufenen Lippen fand, reanimierte bis der Notarzt eintraf – mittendrin die kleine Laura und ein 12 Wochen alte Welpe, den sich die junge Familie vor kurzem zugelegt hatte. „Es war für alle traumatisch“, sagt Sarah heute. „Die nächsten Wochen war ich wie in Trance.“

„Wie im Nebel“ fühlen sich die Ereignisse auch für Christoph an, dessen Frau nur wenige Tage nach Sarahs Mann starb. Seine Tochter Lea, auch sie das erste Kind, verlor ihre Mutter bereits kurz nach der Geburt. Nach einer Lungenembolie konnte sie zuerst reanimiert werden, starb aber kurz darauf auf der Intensivstation.

Der Affe, der ihrem verstorbenen Papa gehört hat, begleitet Laura überall hin.

Zwei Familien – ein Schicksal

Zwei Familien, die durch den Tod plötzlich auseinandergerissen wurden. Zwei Schicksale, die die Hinterbliebenen zusammenbrachten. Laura und Lea sind heute neun und sieben Jahre alt und leben als Schwestern zusammen. Denn Lauras Mama Sarah und Leas Papa Christoph haben über eine Trauergruppe zusammengefunden, sich zuerst unterstützt und bald lieben gelernt. „Uns war es wichtig, nach vorne zu schauen“, sagt Sarah. 2017 zog die Familie nach Neu-Ulm,

Lea hat bei Lacrima eine Erinnerungskerze für ihre Mama gestaltet, die sie nie kennenlernen durfte.

um neu anzufangen. Vor kurzem wurde die gemeinsame Tochter Ronja geboren.

„Vielleicht sind wir Problemen mit Lacrima zuvorgekommen“

Im neuen Familiengefüge hat die Erinnerung an die verstorbenen Elternteile einen festen Platz – gerade weil Laura und Lea „fast normal“ aufwachsen. Es war Sarah wichtig, dass Laura einen eigenen Raum für ihre Trauer hat, in dem sie Fragen stellen kann, die sie zuhause vielleicht nicht äußert. „Hierbei hat uns Lacrima geholfen“, erzählt Sarah. „Bei Lacrima hat sich Laura geöffnet und zum Glück keine Probleme durch den frühen Tod ihres Papas - vielleicht sind wir diesen mit Lacrima aber auch zuvorgekommen.“

Heute fühlt sich die Familie stabil

Bald nach Laura wollte auch Lea zu Lacrima, kam aber in eine andere Gruppe, damit jedes Kind seinen eigenen Trauerweg finden kann. „Es hat ihr gut gefallen“, erzählt Christoph. „Sie wirkte irgendwie gelöst nach den Stunden.“ Vor kurzem verabschiedeten sich beide Mädchen aus „ihren“ Gruppen. „Wir sind ja zum Teil schon lange dabei. Die Kinder haben es jetzt einfach nicht mehr nötig“, erklärt Sarah. Auch für sie und Christoph endet damit die Zeit bei Lacrima, doch sie bleiben dem Angebot weiter verbunden. „Ich habe meiner Elterngruppe versprochen, dass ich zur Weihnachtsfeier mit einer Flasche Sekt vorbei komme“, erzählt Christoph schmunzelnd.

* alle Namen im Text von der Redaktion geändert.

Wir sagen Danke

Dank vieler engagierter Menschen, die uns Zeit oder Geld spenden, können wir Lacrima nachhaltig anbieten. Ohne sie würde es Lacrima nicht geben! Wir erhalten keine Unterstützung von öffentlichen Kostenträgern und müssen Lacrima rein über Spenden finanzieren.

Wir danken sehr herzlich den Einrichtungen, die uns in den vergangenen Monaten unterstützt haben:

/ Kleine Patienten in Not e.V.
(Spende Trösterbären)

Außerdem gilt unser Dank den **vielen privaten Spenderinnen und Spendern**, die wir hier aus datenschutzrechtlichen Gründen nicht veröffentlichen dürfen. Jede Spende, ob groß oder klein, ist eine wertvolle Unterstützung für unser Angebot!

Das haben wir als nächstes vor:

/ Aufbau einer Jugendgruppe
/ Fortbildung zum Thema Trauerbegleitung von Familien
/ Einarbeitung von neuen Ehrenamtlichen
/ Schnupperstunden für neue Familien

Halten Sie in der Adventszeit Ausschau nach unserer Weihnachtsaktion in der Glacis-Galerie in Neu-Ulm. Wir freuen uns auf Sie!

www.johanniter.de/ul-nu/lacrima

Kontakt
Angelika Bayer
Tel. 0731 378 600 245, angelika.bayer@johanniter.de
Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
Dienststelle Ulm/Neu-Ulm
Zeppelinstraße 1 / 89231 Neu-Ulm

Spendenkonto
Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
Stichwort „Lacrima Ulm/Neu-Ulm"
IBAN: DE67 3702 0500 0004 3033 01
BIC: BFSWDE33XXX

Werden Sie jetzt Freundin oder Freund von Lacrima!

Als Mitglied im Freundeskreis unterstützen Sie Lacrima nachhaltig mit einem jährlichen Spendenbeitrag. Als Freundin oder Freund helfen Sie uns, unsere Arbeit auf eine gesunde finanzielle Basis zu stellen und erfolgreich auszubauen.

Laden Sie hier Ihren Mitgliedsantrag herunter: www.johanniter.de/ul-nu/lacrima

Herausgeber /Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. / Regionalverband Bayerisch Schwaben / Holzweg 35a / 86156 Augsburg / spenden.bayerisch-schwaben@johanniter.de
Redaktion / Alexandra Mekiska / Angelika Bayer
Layout / ARTWORK, Agentur für visuelle Kommunikation / info@artwork-hannover.de

DZI Spenden-Siegel Zeichen für Vertrauen

JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

Stand 09/2021, Fotos: Adobe Stock, Angelika Bayer, Alexander Kaya, Alexandra Mekiska