



Lacrima Aktuell 01/2021

Lacrima – Zentrum für trauernde Kinder Ulm/Neu-Ulm

**„Jeder Himmel muss weinen und lachen,
damit die Seele Raum erhält.“** (Monika Minder)

Liebe Leserinnen und Leser,

Trauerbegleitung auf Distanz – ist das nicht ein Widerspruch in sich? Unsere Hilfe für trauernde Kinder und Jugendliche war durch die Kontaktbeschränkungen im Rahmen der Coronakrise stark betroffen.

Vieles, was wir uns vorgenommen hatten, fiel der Pandemie zum Opfer, wie z.B. das Sommerfest, die Adventsfeier und ein Erste-Hilfe-Kurs für Kinder. Vom Workshop zum Thema Glück, den die „Guten Clowns“ mit viel Herzblut gestalteten, konnte nur der erste Teil durchgeführt werden.

Aber am meisten fehlten natürlich die regelmäßigen Treffen in unseren Trauergruppen. Wir standen vor der schwierigen Frage: Was tun? Sollten wir uns treffen, so lange wie möglich? Ende Oktober fiel dann die Entscheidung dagegen. Denn, auch wenn Zusammenhalt und Rückhalt gerade jetzt wichtig waren, haben wir doch große Verantwortung gegenüber den Familien. Sie, die alle bereits eine einschneidende Erfahrung mit dem Tod gemacht haben, brauchen in der Pandemie besonderen Schutz. Und auch in unseren eigenen Reihen haben einige ein höheres Risiko...

Wir wurden kreativ und fanden unterschiedliche Wege, um den Familien zur Seite zu stehen. Es gab erstmals Online-Gruppenstunden, die gerne angenommen wurden. Dank unserer fleißigen Ehrenamtlichen bekamen die Kinder wieder regelmäßig Post von unseren Handpuppen „Freddy & Paula“ und die Erwachsenen Elternbriefe. Ein Päckchen voller

Überraschungen war dann für manche ein richtiges Highlight im Advent.

Erfreulich war, dass sich während des Lockdowns Interessierte meldeten, die ehrenamtlich mitarbeiten möchten. Der nächste Ausbildungskurs soll Ende April starten. Für unsere Seminare sind wir derzeit auf der Suche nach Räumlichkeiten. Falls uns jemand an drei Wochenenden im Jahr geeignete Räume kostenfrei zur Verfügung stellen könnte, würden wir uns sehr über eine Nachricht freuen.

Voller Optimismus blicken wir nun auf 2021 und hoffen, dass wir uns bald wieder persönlich begegnen können. Allen Spenderinnen und Spendern gilt unser herzlicher Dank für ihre fortwährende Unterstützung. Ohne sie würde es Lacrima nicht geben!



Herzliche Grüße

Angelika Bayer



JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

„In Pfützen springen.“

Kinder trauern anders als Erwachsene



Nichts erschüttert das Leben eines Kindes mehr als der Tod eines geliebten Menschen. Eltern fühlen sich dann oft hilflos, vor allem, wenn sie selbst trauern.

Viele Kinder scheinen schon kurz nach dem Tod eines nahestehenden Menschen wieder zur „Normalität“ zurückzukehren. Sie spielen und lachen, als wäre nichts passiert. Doch oft fühlen sie sich von jetzt auf gleich in die Trauer geworfen, fangen plötzlich, aber heftig, an zu weinen und scheinen untröstlich. Kurz darauf kann dieser Trauermoment schon wieder vorbei sein. Im Gegensatz zu Erwachsenen, die sich oft wie in einem mitreißenden Strom von Trauer fühlen, spricht man bei Kindern davon, dass sie in ihre Trauer wie „in eine Pfütze springen“ und genauso schnell wieder heraus.

Ausdrucksformen von Trauer

Die Trauer von Kindern zeigt sich oft nicht in Tränen oder Worten. Sie kommt eher im Spiel oder beim Malen zum Ausdruck. Manche Kinder wirken aggressiv, reagieren zornig, launenhaft und gereizt oder zeigen Verlustängste und regressives Verhalten. Vielen fällt die Konzentration auf den Schulstoff schwer. Dadurch kann es zu Problemen in der Schule und dem sozialen Umfeld kommen. Sensible Kinder spüren, dass ihre Eltern in der eigenen Trauer fast untergehen. Sie bemühen

sich, ihre Gefühle zu verbergen, um Mama oder Papa nicht noch zusätzlich zu belasten. Erwachsene haben dann manchmal den Eindruck, dass das Kind schon über die Trauer hinweg ist oder gar nicht trauert. Oft vermeiden sie es dann mit dem Kind über seine Gefühle oder über den Verstorbenen zu sprechen, aus Sorge, dass es dann wieder traurig wird. Aber das ist fatal. Denn unterdrückte Trauer führt oft lange Zeit nach dem Todesfall zu körperlicher oder seelischer Erkrankung.

Unterdrückte Trauer kann gefährlich werden

Trauer braucht auch bei Kindern Raum. Bei Lacrima können sich die Kinder in einem geschützten Rahmen begegnen. Sie erleben, dass andere Kinder ähnliche Erfahrungen machen mussten. Und sie erfahren, dass Sterben, Tod und Trauer nicht tabu sind und, dass sie ihre Gefühle ausdrücken können – dass auch Wut und Ärger einfach sein dürfen!

Wenn Kinder über einen längeren Zeitraum die Möglichkeit bekommen, ihrer Trauer uneingeschränkt Ausdruck zu verleihen, dann sind die Chancen gut, dass sie den Verlust des geliebten Menschen ins Leben integrieren können und so ihr Grundvertrauen ins Leben wiedergewinnen können.

Workshop zum Thema „Glück“

Glück – was ist das eigentlich? Dank der „Guten Clowns e.V.“ konnten wir unseren Kindern im September 2020 einen ganz besonderen Workshop anbieten. Es ging darum, die großen und kleinen Glücksmomente im Leben aufzuspüren. Keine leichte Aufgabe, wenn man den Tod eines geliebten Menschen verarbeiten muss, aber gerade dann umso wichtiger! Die Guten Clowns meisterten die Herausforderung mit Bravour und sorgten mit viel Einfühlungsvermögen für beste Laune. Im „Glücksparcours“ durften sich die Kinder bei Luftsprüngen austoben, Glückssymbole malen und Gefühlsmonster-Fratzen schneiden. Am Ende konnte dann jeder sein eigenes Glücks-Buch mit nach Hause nehmen. Für die Kinder war dieser ungewöhnliche Workshop, den wir in den Räumen des Tanzstudios Strado Compagnia Danza in



Neu-Ulm durchführen durften, eine willkommene Insel im gleichförmigen Corona-Alltag. Einige Wochen später wäre ein zweiter Termin geplant gewesen, der wegen der Verschärfung der Corona-Maßnahmen leider abgesagt werden musste. Aber aufgeschoben ist nicht aufgehoben!

Ehrenamtliche Tausendsassas

Ehrenamt bei Lacrima ist vielfältig. Das zeigt sich besonders in der Coronakrise. Während sich die „eigentliche“ Arbeit rund um die Trauergruppen dreht, mussten für die Zeit, in der keine Treffen stattfinden konnten, andere Wege gefunden werden. Hier liefen einige unserer talentierten und kreativen Ehrenamtlichen zur Höchstform auf. Sie entwickelten nicht nur eine unterhaltsame Zeitung für die Kinder, sondern auch regelmäßige Elternbriefe, in denen es um die Sorgen und Nöte der besonders belasteten Mütter und Väter ging. Auch sonst sind unsere Ehrenamtlichen wahre Tausend-

sassas. Sie bilden sich regelmäßig fort, kaufen Material für die Gruppenstunden, packen Weihnachtspäckchen für die Kinder, bringen eigene Kontakte ein oder helfen auf vielfältige Weise Lacrima bekannter zu machen. Wir sind stolz und froh, dass wir auf sie zählen können!



Ehrenamtliche packen überall mit an, damit sich Eltern und Kinder bei Lacrima wohl fühlen – wie hier beim Vorbereiten der Überraschungspakete im Advent.

Wir suchen Ehrenamtliche

Kontakt:

Angelika Bayer
Tel. 0731 378 600 245
angelika.bayer@johanniter.de

Termine für die nächsten Ausbildungen in Neu-Ulm:

30.04. – 02.05.2021 (Block I)
11. – 13.06.2021 (Block II)
09. – 11.07.2021 (Block III)



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.

Unternehmen und Stiftungen, die uns in den vergangenen Monaten unterstützt haben:

- / 2.000 Euro, Stiftung Neu-Ulm Helfen mit Herz
- / 2.000 Euro, Südwest-Presse Aktion 100.000
- / 1.000 Euro, HM-Stahlvertriebs-GmbH
- / 500 Euro, Uldo-Backmittel GmbH
- / 250 Euro, SAG Süddeutsche Abwasserreinigungs-Ingenieur GmbH



Außerdem gilt unser Dank den vielen privaten Spenderinnen und Spendern, die wir aus datenschutzrechtlichen Gründen nicht veröffentlichen dürfen.

Das haben wir als nächstes vor*:

- / Ausbildung neuer Ehrenamtlicher
- / Glücks-Workshop für die Kinder
- / Erste Hilfe-Kurs „Ersthelfer von morgen“
- / Teilnahme an der Ulmer Freiwilligenmesse

* Wegen der Corona-Pandemie ist die Planung von Aktionen sehr unsicher geworden. Wir hoffen sehr, dass wir möglichst vieles umsetzen und nachholen können.

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

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



JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben



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

