Trauer und Trauerbegleitung geht uns alle an

14.10.2023

Der Tod ist so sicher ist wie das Amen in der Kirche. Weil das so ist und weil Betroffene und die sie betreuenden Seelsorger/innen in Momenten der Trauer manchmal überfordert sind, führt die Neuapostolische Kirche Basel am Samstag, 14. Oktober, eine Info-Veranstaltung mit einer erfahrenen Expertin durch.



Ziel der Veranstaltung ist es, den Anwesenden mehr Sicherheit im Umgang mit Trauernden zu geben.

Das Publikum lauscht gespannt den Ausführungen von Anita Finger aus Hilterfingen im Kanton Bern. Sie begleitet seit vielen Jahren trauernde Menschen. Abschied, Tod und Trauer haben ihr Leben geprägt. Im Alter von 39 Jahren starb ihre Mutter von einem Moment auf den anderen, und ihr Bruder wurde sehr jung an den Folgen von Lungenkrebs aus dem Leben gerissen.

Die Referentin zeigt sich überrascht über den hohen Männeranteil im Publikum. Das sei sonst weniger ein Thema, das Männer anlocke.

Anita Finger spricht über die verschiedenen Trauerphasen: Schockphase, Reaktionsphase (Vieles kommt in Wellen hoch), Bearbeitungsphase und Neuorientierungsphase.

Anhand von konkreten Erfahrungen gibt sie praktische Tipps zur Trauerverarbeitung . Kein Weg führe an der Trauer vorbei - Tränen würden die Trauer "verdünnen". Die Möglichkeiten der Trauerverarbeitung seien genau so vielfältig wie persönlich. Stellvertretend ist hier das Beispiel der Frau erwähnt, die zu Hause an ihrem Computer eine Mail an die Mailadresse ihres Mannes geschickt hat. Danach hat sie sich an den Computer ihres verstorbenen Mannes gesetzt und in seinem Sinn geantwortet. So ging das hin und her - es war für sie ein wichtiger Bestandteil der Trauerverarbeitung.

Abschliessen möchten wir mit einer Aussage von Anita aus dem Vortrag und einem Buchtipp:
"Je mehr wir den Tod ins Leben nehmen, um so mehr leben wir"
Buchtipp für Trauernde

Fotos/Bericht: MWU



