

Tiefe Trauer - im Internet längst kein Tabu-Thema (mehr)!

Der Tod ist unser aller Begleiter, jeder kann ihm jeden Tag begegnen. Doch wenn ein lieber Mensch stirbt, die Welt verlässt, bleiben Eltern, Verwandte, Bekannte und Freunde dennoch oft alleine zurück! Alleine mit ihrem Schmerz. Trauer, ein Tabu-Thema für viele Menschen? Nicht im Internet! Unter www.trauer.org bietet dort die katholische Erwachsenenbildung mit dem ersten Online-Trauerportal Hilfe für Trauernde, virtuelle Hilfe!

Koblenz/Region. Menschen fürchten sich vor der Trauer - Eine Erfahrung und gleichzeitige Erkenntnis,

auf die Claudia Fleischberger sicherlich gerne verzichtet hätte. Vor anderthalb Jahren verlor die Westwälderin ihren Lebenspartner. Und mit ihm auch viele der bisherigen Freunde. Unbewusst zogen diese sich nach dem Tod des Mannes zurück, mieden fortan den Kontakt mit der trauernden Frau ... Doch Claudia Fleischberger gab nicht auf, sie „suchte Wege aus der Krise“. Und fand sie! Ein Weg führte sie zur katholischen Erwachsenenbildung nach Koblenz, zu deren Angebot für Trauernde.

In Gesprächen und Seminaren mit dem Dipl. Theologen und Bildungsreferenten Adolf Pfeiffer erfahren

trauernde Menschen hier Hilfe, fühlen sich verstanden. Pfeiffer konzentriert sich in seinen Sitzungen darauf, „den Betroffenen aufzuzeigen, wo sie schon

**„Es nimmt der Augenblick, was Jahre geben“.
von Goethe**

dabei sind ihre Trauer zu leben und versuche sie darin zu bestätigen“. Trotz dieser Wichtigkeit von persönlichen Gesprächen: Ist es möglich, einen „anonymen“ Auftritt im Internet zu betreiben? Einen Auftritt, wie ihn die katholische Erwachsenenbildung erst kürzlich ins Leben rief? Es

ist möglich! www.trauer.org. - Dieses Trauerportal ermöglicht den Besuchern anderen Trauernden Beistand zu leisten, um selbst daraus Kraft zu schöpfen. Auf www.trauer.org „kann man sich von der Seele schreiben was einen bewegt, zu jeder Tages- und Nachtzeit“, weiß Claudia Fleischberger, deren Weg sie über das „reale“ Angebot der katholischen Erwachsenenbildung Koblenz schließlich in die virtuelle Welt führte. Auch sie lernte die Rubriken „Forum“, „Nachruf“, „Klagemauer“ und „Briefe an Verstorbene“ kennen und schätzen. Trauernden und deren Angehörigen bietet sich in die-

sen Bereichen die Möglichkeit, aktiv ihrer Trauer und Verzweiflung Ausdruck zu verleihen. Gefühle, die im täglichen Leben sonst vielleicht keinen Platz, kein Ohr gefunden hätten, sind hier selbstverständlich, werden verstanden.

Mehrere tausend Menschen machten bisher von dem virtuellen Angebot Gebrauch - und es werden täglich mehr. Denn Trauer ist alltäglich, Trauergespräche dagegen nicht. Claudia Fleischberger weiß selbst, „im Internet schätzen viele die Anonymität, gerade sie hilft über die Trauer zu sprechen“. www.trauer.org macht Mut, Mut zum Leben! **-ja-/Foto: Etges**

Der fehlende Ton - von Kerstin Müller

Man stelle sich ein Lied mit vielen, vielen Tönen vor. Das Lied ist wunderschön, weil jeder dieser Töne da ist und seinen Beitrag zur Melodie leistet.

Manche Töne sind ganz kurz, andere dagegen ganz lang. Und dann gibt es noch welche die sind dazwischen - mittellang.

Aber zurück zu unserem Lied. Plötzlich passiert etwas Unerwartetes mit dem Lied: Jemand lässt einen einzigen Ton herausfallen.

Plötzlich klingt die komplette Melodie „+anders.

Es fehlt ein Ton und die anderen Töne, die auf ein Zusammenspiel mit ihm abgestimmt sind,

müssen sich an eine leere Stelle in der Notenzeile gewöhnen.

Immer wieder, lange Zeit wird das Lied dann ohne diesen bestimmten Ton gespielt - es gibt auch keinen Ersatz für diesen Ton, denn man kann einen Ton nicht so einfach ersetzen. An seiner Stelle steht einfach nichts.

Die anderen Töne finden das komisch, dass dieser Platz von nun an ganz leer sein soll und sie entscheiden sich dazu dem verlorenen Ton ein Denkmal zu setzen. Sie setzen ein Pausenzeichen um zu erinnern, dass an diesem Platz einmal ein besonderer Ton saß.

Nach einer langen Zeit

wird auch dieses Lied zu einem gern gehörten Lied. Es ist zwar anders als das Lied vorher, aber auch die Melodie dieses Liedes klingt nach einiger Zeit, als ob man sich mit der ungewohnten Pause ein wenig vertraut gemacht hätte. Wunder schön - aber eben ganz anders!

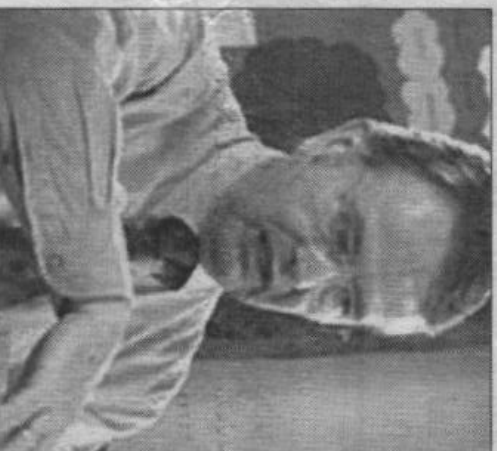
„Man kann Gefühle nicht immer nur mit Worten ausdrücken“

Seit 15 Jahren widmet sich der Dipl. Theologe und Dipl. Sozialarbeiter Adolf Pfeiffer in seiner Rolle als Bildungsreferent bei der Katholischen Erwachsenenbildung Ko-blendz der Arbeit mit Sterbenden und Trauernden. In Seminaren, Einzelgesprächen und nun auch im Internet bietet er Menschen Hilfe in diesen schweren Situationen ...

SUSO: Die Katholische Erwachsenenbildung Ko-blendz lehrt Menschen, Lebenssituationen zu bewältigen. Auch Themen wie Tod und Trauer werden so in Seminaren behandelt. Doch wie entstand die Idee zum besonderen Auftritt im Internet?

Adolf Pfeiffer: „Wir wollten unseren Bekanntheitsgrad steigern, daher dir Idee zum Internetauftritt. Anfangs boten wir auf der Homepage nur die Möglichkeit zum Austausch, zur gegenseitigen Hilfe. Die Zahl der Zugriffe, die Nachfrage war einfach riesig. So brachten wir schließlich die Trauerri-

tuale u.v.m ein. Die Resonanz bestätigt unsere Arbeit - Menschen, die sonst einfach nicht in der Lage wären ihre Gefühle auszudrücken, können dies nun



im Internet auf unserer Homepage tun.

SUSO: Welche Rolle spielen Trauerrituale für Hinterbliebene?

Pfeiffer: Trauerrituale sind eine Hilfe gegen die Sprachlosigkeit in der Trauer. Man kann Gefühle nicht immer nur mit Worten ausdrücken, auch keine Gefühle gegenüber Verstorbenen. Früher haben die Kirchen Trauerrituale angeboten. Doch dann kam die 68-Generation, sie störte sich an Ritualen die das tägliche Leben betrafen

und schaffte sie ab. Dabei sind Rituale für das Zusammenleben von Menschen notwendig! Heute entdeckt man sie daher wieder. Die Trauerrituale kehren allerdings in neuem Gewand zurück, auch auf unserer Homepage. Virtuell können Trauernde nun eine Blume pflanzen oder Briefe an den Verstorbenen schreiben. Leider leben wir heutzutage in einer Trauervermeidungskultur ...

SUSO: Was versteht man unter diesem Begriff?

Pfeiffer: In unserer Gesellschaft wird Trauer zunehmend vermieden. Worte wie „Zeig deine Gefühle nicht“ oder „Du musst Haltung bewahren“ hören Trauernde nur allzu oft. Früher gab es eine ganze Trauerkultur; Tote wurden zum Beispiel zu Hause aufgebahrt. Heute werden Trauernde - nach anfänglicher Anteilnahme - oftmals alleine gelassen. Man merdet die vom Tod Betroffenen. Offensichtlich wird Trauer von der Öffentlichkeit als eine Krankheit angesehen. Leider! **-ja-**



Franz-Josef
Schmitt