

TRAUERBEGLEITUNG IN ESSEN UND UMGEBUNG

»TRAUERENDE LEBEN IN EINER SEELENTIEFE, ZU DER DEN MEISTEN MENSCHEN IN IHREM ALLTAG DER WEG VERSPERRT SCHEINT.«

(Pauls/Sanneck/Wiese, Rituale in der Trauer, S. 11)



MIT
BARBARA DJAJA

WWW.TRAUER-BERATUNG.COM

»ZURÜCK

WARUM BRAUCHEN MENSCHEN EINE TRAUERBEGLEITUNG?

Barbara Djaja: Um festzustellen, dass man normal ist. Trauernde glauben, sie wären nicht mehr normal - sie wären auch nicht mehr in der Welt. Meine Aufgabe ist es, zu zeigen, dass die oder der Trauernde völlig normal ist. Trauer ist ein Gefühl, das zum Leben dazu gehört. Wir müssen nicht denken: „Mit mir stimmt was nicht.“ Denn jegliches Gefühl in jeglicher Intensität ist normale Trauer.

EINZELBEGLEITUNG UND / ODER TRAUERGRUPPE - WIE WEISS ICH, WELCHE FORM DER BEGLEITUNG FÜR MICH DIE BESTE IST?

Es gibt immer erst ein Einzelgespräch. Dann erst die Trauergruppe. Das ist aber kein Muss - Trauernde können sich auch nur für eine Trauerbegleitung im Einzelgespräch entscheiden. Die Trauergruppe wird maximal von acht Personen besucht - zur Zeit in Essen-Steele.

In der Regel kommen die Trauernden für ein Jahr zum Einzelgespräch. Je nach Selbstheilungskraft kann es aber auch zwei Jahre dauern.

IST TRAUER AM ARBEITSPLATZ EIN PROBLEM?

Klar. Trauer stört das Arbeitsklima. Der Chef weiß von nichts, der Trauernde / die Trauernde ist nicht leistungsfähig - dadurch entstehen weitere, unnötige Probleme.

Als Trauerbegleiterin versuche ich zu erreichen, dass der Arbeitgeber so viel Rücksicht nimmt, wie möglich. Manchmal wird sogar die Trauerbegleitung vom Unternehmen bezahlt.

Mein Ziel ist einfach, dass die Trauernden von den Mitarbeitern und der Geschäftsführung maximale Unterstützung erfahren.

WIE SIND SIE ZUR TRAUERBEGLEITUNG GEKOMMEN?

Parallel zu meiner Arbeit in einem Unternehmen habe ich 2006 begonnen, mich ehrenamtlich in der Sterbebegleitung zu engagieren. Später habe ich dann das Angebot erhalten, in der Verwaltung eines Hospizes zu arbeiten. Als ich dann gemerkt habe, dass ich mir die Arbeit nicht nur zutraue, sondern auch das Feedback der Leute sehr positiv war, wusste ich, dass ich das kann.



»WIEDER
DIE WELT
SEHEN.«

INS LEBEN FINDEN. «

WIE IST DAS FEEDBACK DER TRAUERNDEN NACH EINER BEGLEITUNG?

„Ich habe zurück ins Leben gefunden...“ ist zum Beispiel eine Aussage. Oder „ich bin wieder in der Lage, die Welt wahrzunehmen“.

WER KONTAKTIERT SIE?

Im Idealfall die Trauernden selbst. Häufig aber auch Hausärzte, Bestatter. Viele Menschen erfahren durch Empfehlungen von meiner Arbeit.

GIBT ES HEUTE IMMER WENIGER MENSCHEN IN MEINEM UMFELD, MIT DENEN ICH ÜBER TRAUER SPRECHEN KANN?

Ja! Das Gemeinschafts- und Familiensystem von früher gibt es durch die Individualisierung der Menschen leider heute so nicht mehr. Das fange ich mit meinem Angebot der Trauerbegleitung auf.

IN WELCHER REGION BIETEN SIE DIE TRAUERBEGLEITUNG AN?

Die meisten Trauernden leben in Essen und westlichen Ruhrgebiet. Offen ist mein Angebot aber für jeden - denn Hausbesuche biete ich nicht an. Es ist wichtig, dass die Trauernden rauskommen.

WENN ICH MIT FÜR EINE BEGLEITUNG ENTSCHEIDEN HABE - WIE LÄUFT DER START EINER TRAUERBEGLEITUNG AB?

Ich vereinbare erst einmal ein Erstgespräch mit den Betroffenen. Bei einer Einzelbegleitung dauert ein Gespräch in der Regel eine Stunde - für Berufstätige biete ich übrigens eine Trauerbegleitung auch abends an. Bei Notfällen - gerade am Anfang - habe ich immer freie Termine.

Die gesamte Trauerbegleitung hängt natürlich vom Trauernden und den individuellen Bedürfnissen ab. Natürlich habe ich Grundsäulen der Gesprächsführung, an denen ich mich orientiere. Priorität hat am Anfang der Trauerfall. Später spielt der / die Verstorbene die größte Rolle in den Gesprächen. Ganz wichtig ist jedoch, dass dann die Trauernden über sich selbst und die eigenen Wünsche im Leben wieder sprechen. Dann ist der Selbstheilungsprozess eingeleitet.

Das Interview führte der freie Journalist Stefan Cofala (Bochum).





Barbara Djaja

01 76 / 62 86 86 05

www.trauer-beratung.com
info@trauer-beratung.com