

06.03.2007

Ressort: QBG

Selbsthilfegruppe gibt Mut, Kraft und Hoffnung **Umgang mit Verlust, Abschied und Trauer**

Quedlinburg/MZ/es. Seit vorigem Jahr versuchen Mitarbeiter eines ambulanten Hospizdienstes an der Lungenklinik Ballenstedt, Betroffenen zur Seite zu stehen. Jetzt ist der erste Kurs, an dem fünf von unterschiedlichen Verlusterfahrungen betroffene Frauen und Männer verschiedensten Alters teilgenommen haben, beendet. Im Kurs selbst sollten ihnen Wege aufgezeigt werden, mit der Trauerbewältigung umzugehen.

Dieter Möbes, ein Teilnehmer, erzählt, dass sich die Selbsthilfegruppe alle zwei Wochen in der Quedlinburger Seniorenresidenz "Malmö" getroffen hat. "Von September bis Dezember 2006 sprachen wir unter Leitung von Renate Rath, Leiterin des Ambulanten Hospizdienstes Hoffnung an der Lungenklinik Ballenstedt, und Manfred Krause, Trauerbegleiter, über die Bewältigung unserer Trauer nach dem Verlust lieb gewordener Menschen", so Möbes. Die dreistündigen Zusammenkünfte der Selbsthilfegruppe standen unter dem Leitfaden "Neue Wege eröffnen -kreativer Umgang mit Trennung, Verlust, Abschied und Trauer". Die sieben durchgeführten Gruppengespräche, jedes unter einem anderen Thema, führten uns zu einem intensiven Kennenlernen der Teilnehmer untereinander. "Wir stellten fest, dass wir unter Menschen waren, die frei, ohne Beklemmungen und Angst über die eigene Trauer sprechen konnten", erinnert sich Dieter Möbes.

Eine Teilnehmerin sagte: "Meine Familie und meine Freunde wollen jetzt meinen Mann tot schweigen, aber das hat er nicht verdient. Hier kann ich von ihm erzählen und ihr hört mir zu." "Für uns war dies alles sehr wichtig, da wir alle erfahren mussten, dass der Alltag und das reale Umfeld nicht immer ein offenes Ohr für die schwierige Zeit der Trauer findet. Unsere Gruppe wuchs von Mal zu Mal mehr zu einer vertrauten Gemeinschaft zusammen", erzählt Dieter Möbes.

Aus jeder Zusammenkunft ergab sich das Thema für das nächste Treffen. Es ging dort um die Belange und Bedürfnisse in der Bewältigung der Trauer. Man habe festgestellt, dass Mut, Hoffnung und Kraft für das weitere Leben als Ergebnis mitgenommen werden konnten.

Kontakt zu Frau Rath über die Lungenklinik Ballenstedt,

Telefon: 03 94 83-70-0.