

SEELSORGE FÜR TRAUERnde II: IMPULSE FÜR DIE PFARREI

1. Einleitung

Menschen in Not beizustehen und mit ihnen ein Stück Weg zu gehen, gehört zum Grundverständnis christlichen Handelns. Dies zeigt sich auch daran, dass das diakonische Handeln innerhalb der Kirche eine lange Tradition hat, ja es dürfte so alt wie die Kirche selbst sein. Bereits biblische Zeugnisse verweisen auf eine Vielfalt von seelsorglichem Handeln, wie beispielsweise das Trösten (Röm 12,8), das Ermutigen (1 Thess 5,14) oder das Beherbergen und Sorge-tragen für die Zerschlagenen (Lk 10,34).¹ Wie kann innerhalb der pfarreilichen Seelsorge Trauernden ein Angebot offeriert werden? Was gilt es zu berücksichtigen und welche Rolle spielt die Religiosität bei der Bewältigung eines Verlustes? Diese Fragen sollen im zweiten Teil des Artikels geklärt werden.

2. Religion/Seelsorge und Trauer

In den vergangenen Jahren wurde intensiv geforscht, welche Rolle die Religiosität bei der Bewältigung kritischer Lebensereignisse spielt, ja gerade im Zusammenhang mit Trauer wird festgestellt, wie wichtig der Einbezug kultureller und religiös/spiritueller Faktoren ist.² Diese sogenannte «religious coping»-Forschung konnte dabei verschiedene «Mechanismen» eruieren, welche die Rolle des Glaubens bei der Bewältigung beschreiben.³ Zwei solche Mechanismen sollen im Folgenden kurz vorgestellt werden: die Sinnfindung sowie die soziale Unterstützung.

2.1. Sinnfindung

Seit Anbeginn der Menschheit suchen Menschen in der Welt Sinn und Ordnung. Viele religiöse Traditionen betrachten die Welt als sinnhaft und geordnet und eröffnen somit eine Weltdeutung, welche Sinnlosigkeit und Chaos ausschliesst.⁴ So beurteilt Geertz die Sinnfindung und -gebung als die essentielle Aufgabe der Religion.⁵ Im Zusammenhang mit Trauer kann das Wissen, dass der Verstorbene in einer anderen Welt aufgehoben ist, Trost und Erleichterung verschaffen. Dies konnten beispielsweise McIntosh, Silver und Wortman in Studien nachweisen.⁶ Die Autoren untersuchten die Verarbeitung des Todes eines Kindes bei 124 Eltern. Sie konnten nachweisen, dass Religiosität die Verarbeitung des Todesfalles erleichterte, da die Religiosität den Eltern ein Sinnsystem bereitstellte. Gerade Gebete und Rituale innerhalb der Trauerfeier können solche Sinnsysteme und tröstenden Vorstellungen aktivieren und den Trauernden verhelfen, den Verstorbenen «gehen zu lassen». Gleichzeitig kann die Vorstellung eines Lebens nach dem Tod den Angehörigen helfen, die Beziehung zum Verstorbenen aufrecht-

zuhalten. In der Fachsprache spricht man in diesem Zusammenhang von einem «Continuing Bond».⁷ So gehen Verbliebene auf den Friedhof zum Grab der Verstorbenen/des Verstorbenen, um mit ihnen zu sprechen. Schliesslich kann auch die Vorstellung, einmal «im Himmel» einst wiedervereint zu werden, für manche Trauernde tröstlich sein.

2.2. Soziale Unterstützung

Für den Soziologen Emile Durkheim ist Religion primär ein soziales Phänomen.⁸ Durch gemeinsam geteilte Glaubensüberzeugungen und Rituale erfährt der Gläubige ein Gefühl der Zugehörigkeit und der Intimität. Ellison und George konnten beispielsweise aufzeigen, dass in eine religiöse Glaubensgemeinschaft integrierte Menschen weniger einsam sind als Menschen, bei welchen die Verbindung zur religiösen Gemeinschaft einen weniger wichtigen Platz in ihrem Leben einnimmt.⁹ Gerade Trauernde sind auf soziale Unterstützung angewiesen. So berichten viele Trauernde, dass ihnen eine anteilnehmende Zuwendung gut tut. Auf der anderen Seite wirken sich abwertende oder Bemerkungen, welche die Trauer nicht ernst nehmen, negativ aus. Wichtig für die Seelsorge ist auch, die ganze Familie nach Möglichkeit im Blick zu halten und sich nicht nur auf eine Person in der Begleitung zu konzentrieren.¹⁰ Gleichzeitig gilt es, die zeitliche Dimension des Trauerprozesses im Auge zu behalten. Der Tod eines nahestehenden Menschen ist in der Regel nicht nach ein bis zwei Wochen verarbeitet, sondern Trauer dauert an. Mit den Vorbereitungen zur Abdankungsfeier tritt der Seelsorgende zu Beginn der Trauer in das Leben der Angehörigen des Verstorbenen. Wichtig ist, dass diese Begleitung nach Möglichkeit nicht mit der Beerdigung aufhört, sondern wenn immer möglich sollten den Trauernden Angebote der Weiterbegleitung angeboten werden.¹¹ Dies kann ein Telefon vier bis sechs Wochen nach der Trauerfeier sein, es könnten aber auch offene Angebote der Pfarrei zum Thema Trauer sein. Zwei solcher Angebote sollen im Folgenden vorgestellt werden:

3. Impulse für die Pfarrei

Innerhalb der Pfarrei lassen sich eine Vielzahl von Angeboten für Trauernde realisieren. Einerseits kann im diakonischen Bereich zwischen freien und offenen Gesprächskreisen (sogenannten Trauercafés¹²), der strukturierten Arbeit mit Gruppen, in welchen beispielsweise an vier Abenden mit bestimmten thematischen Schwerpunkten gearbeitet wird, sowie Angeboten für spezielle Trauergruppen (z. B. Eltern, welche ein Kind verloren haben¹³ oder Gesprächsgruppen

TRAUER

Dr. Urs Winter-Pfändler ist promovierter Theologe und dipl. Psychologe. Er arbeitet als Geschäftsführer ForModula sowie als wissenschaftlicher Mitarbeiter am Schweizerischen Pastoralpsychologischen Institut (SPI), St. Gallen. Monika Winter-Pfändler ist dipl. Theologin und Sekundarlehrerin. Sie arbeitet als Fachlehrerin und Schulseelsorgerin an der Flade in St. Gallen und ist Dozentin an der PHSG in Rorschach.

¹ Isidor Baumgartner: Pastoralpsychologie. Einführung in die Praxis heilender Seelsorge. Düsseldorf 1990.

² Peter Wimpenny: A literature review on bereavement and bereavement care. Developing evidence-based practice in Scotland, in: Bereavement Care 26 (2007), 1–4, hier 3.

³ Kenneth Pargament: The psychology of religion and coping. Theory, Research, Practice. New York 1997. Urs Winter: «Wohin soll ich mich wenden in meiner Not?» Die Rolle der Religiosität bei der Bewältigung kritischer Lebensereignisse sowie Impulse für eine pastorale Krisenintervention – eine pastoralpsychologische Studie. Berlin 2006.

⁴ Franz-Xaver Kaufmann: Religion und Modernität. Sozialwissenschaftliche Perspektiven. Tübingen 1989.

⁵ C. Geertz: Religion as a cultural system, in M. Banton (ed.): Anthropological approaches to the study of religion. London 1966, 1–46.

⁶ D. N. McIntosh / R. C. Silver / C. B. Wortman: Religion's role in adjustment to negative life event: Coping with the loss of a child, in: Journal of Personality and Social Psychology 65 (1993), 812–821.

TRAUER

für trauernde Kinder¹⁴) unterschieden werden.¹⁵ Im liturgischen Bereich sind an dieser Stelle «Spezialgottesdienste» für Trauernde¹⁶ oder die Entwicklung neuer Rituale im Zusammenhang mit der Abdankefeier zu erwähnen. Drei solcher Angebote werden im Folgenden etwas näher erläutert:

3.1. Ein Gesprächskreis für trauernde Erwachsene

Voll beschreibt einen Gesprächskreis für Trauernde, welcher von Pfarreien konzipiert und durchgeführt werden kann.¹⁷ Die Gesprächsgruppen sind inhaltlich strukturiert und werden von ein bis zwei Begleitpersonen moderiert. Jeder Abend nimmt sich einem bestimmten Thema an, wie z. B. «Um dich trauere ich ...» oder «Was bedeutet mir der Friedhof und andere Orte bzw. Zeiten des Gedenkens?». Im Mittelpunkt der Gruppe steht dabei der Austausch unter den Trauernden. Entsprechend schreibt die Autorin: «In der Begegnung und durch die Erfahrung, Teil einer Gemeinschaft zu sein, ereignet sich in wesentlichem Mass Hilfe zum Leben».¹⁸ Und mit dieser Hilfe zum Leben entwickelt sich gemäss der Autorin im gleichen Zug eine Hilfe im bzw. zum Glauben. Denn viele Trauernde erleben den Verlust nicht nur als Lebens-, sondern oft auch als Glaubenskrise. Ein Gesprächskreis für Trauernde birgt daher auch die Chance, neue Zugänge zum Glauben zu finden. Daher werden die Abende so gestaltet, dass eine kurze Meditation den Abschluss der Abende bildet. Der Abschluss am letzten Gruppenabend bildet zudem eine abschliessende liturgische Gedenkfeier. Insgesamt verfolgt der nach Voll entwickelte Gesprächskreis folgende Ziele: Mut machen, den eigenen Gefühlen Raum geben, Austausch ermöglichen, das Alleinesein durchbrechen und eventuell ein wenig Information vermitteln (z. B. wie Trauerprozesse «funktionieren»). Eine Vielzahl an Anregungen und Material für solche thematische Abende bieten auch Bödiker und Theobald in ihrem Werk «Trauer-Gesichter».¹⁹

3.2. Nacht der Trauer und des Trostes

Ein niederschwelligeres Angebot als thematisch geleitete und strukturierte Gesprächskreise ist ein Stationenweg zu Trauer und Trost. Ein solcher kann in der Kirche oder im Pfarreiheim während eines Abends oder einer Nacht durchgeführt werden. Im Kirchenjahr legt es nahe, einen solchen Stationenweg während der Fastenzeit oder um die Zeit von Allerseelen zu planen. Brunner beschreibt in ihrem Modell fünf Stationen, welche die Trauernden individuell bearbeiten können.²⁰ Die einzelnen Stationen werden mit Symbolen und biblischen Texten gestaltet, und Fragen und kreative Angebote laden die Trauernden ein, sich mit ihrer Trauer auseinander zu setzen. So lädt die Station «Erinnern» die Trauernden ein, sich mit Erinnerungen, welche weh tun, zu beschäftigen, oder an der Station

«Abschied» werden die Teilnehmenden eingeladen, einen Abschiedsbrief zu verfassen. Doch auch auf den ersten Augenblick zur Trauer nicht passende Emotionen wie Ärger, Zorn und Wut finden ihren Platz an der Station «verletzt, zornig, enttäuscht». Neben der Auseinandersetzung mit den eigenen Gefühlen, der Trauer und der Enttäuschung widmet sich eine Station bewusst auch der Hoffnung. Dazu wurde an der Station «Hoffen» eine Backsteinwand aufgebaut und die Trauernden wurden eingeladen, an der Osterkerze eine Fürbittkerze anzuzünden. Abgeschlossen wird die Veranstaltung mit einer Segensfeier.

Das Angebot wurde von dem Autor und der Autorin des vorliegenden Artikels vor rund zwei Jahren durchgeführt. Auffällig war, dass es Menschen angesprochen hatte, welche nicht zu den regelmässigen Kirchgängern zählen. Aussagen von Teilnehmern wie «Endlich fand ich einen Ort, wo ich meine Trauer leben durfte» stimmen zuversichtlich, dass solche Angebote «heilsam» sind.

3.3. Das kirchliche Ritual der Bestattung

Rituale, gerade im Zusammenhang mit Tod und Trauer, sind wichtige kulturelle Errungenschaften unserer Gesellschaft. Aus soziologischer Sicht helfen sie, die soziale Ordnung aufrechtzuerhalten, und liefern Verstehens- und Sinnhilfen, mit den komplexen und widersprüchlichen Aspekten menschlichen Lebens umzugehen. Rituale strukturieren und stabilisieren die Gemeinschaft, indem sie den Übergang von einem sozialen Status in einen anderen moderieren. Schliesslich sind Rituale Orte, an welchen starke Emotionen und deren Ausdruck ihren gesellschaftlich legitimierten Platz haben.²¹

Diese Aufgaben können Rituale nur dann erfüllen, wenn sie an den Erfahrungswelten und der Sprache heutiger Menschen anknüpfen. Dies ist angesichts der zunehmenden religiösen Individualisierung²² sowie Deinstitutionalisierung²³ in der Vergangenheit schwieriger geworden. So sind immer weniger Menschen mit der traditionellen religiösen Sprache sowie den Ritualen der christlichen Kirchen vertraut.²⁴

Die christlichen Kirchen sind gleichzeitig mit Veränderungen in der Art und Weise der Bestattung konfrontiert:²⁵ Die zunehmende Praxis der Kremation löst die Notwendigkeit einer raschen Bestattung kurz nach dem Tod auf. Angehörige können mit der Bestattung zuwarten, bis beispielsweise Verwandte oder nahestehende Menschen aus dem Ausland zur Abdankung anreisen können. Gleichzeitig wünschen manche Angehörige eine Bestattung ausserhalb des Friedhofs. Die Asche soll auf einem Berg verstreut oder an einem Ort beigesetzt werden, welche dem Verstorbenen besonders wichtig war (siehe auch die Gründung von sogenannten «Friedwäldern»). Schliesslich werden Verstorbene zunehmend in Ge-

⁷ Nigel P. Field: *Whether to relinquish or maintain a bond with the deceased*, in:

Margaret S. Stroebe / Robert O. Hansson / Henk Schut / Wolfgang Stroebe (Eds.): *Handbook of bereavement research and practice. Advances in Theory and Intervention*. Washington 2008, 113–132, hier 129.

⁸ Emile Durkheim: *The elementary forms of religious life*. New York 1915.

⁹ C. G. Ellison / L. E. George: *Religious involvement, social ties, and social support in a Southeastern community*, in: *Journal for the Scientific Study of Religion* 33 (1994), 46–61.

¹⁰ Wimpenny (wie Anm. 2), 2. Siehe auch Christoph Morgenthaler: *Systemische Seelsorge. Impulse der Familien- und Systemtherapie für die kirchliche Praxis*. Göttingen 2002.

¹¹ Wimpenny (wie Anm. 2), 2.

¹² Petra Schulze: *Trauercafé als offenes niederschwelliges Gesprächsangebot*, in: Erhard Domay / Annedore Methfessel (Hrsg.): *Arbeitsbuch Trauernde begleiten. Erfahrungen, Konzepte und Gottesdienste aus der Praxis der Trauerarbeit*. Gütersloh 2004, 67–70.

¹³ Annedore Methfessel: *Gesprächsgruppen mit verwaisten Eltern*, in: Domay-Methfessel (wie Anm. 12), 36–54.

¹⁴ Annette Wagner: *Aufbau und Begleitung einer Gruppe mit trauernden Kindern*, in: Domay-Methfessel (wie Anm. 12), 55–60.

¹⁵ Annedore Methfessel: *Ein struktureller Rahmen für die Trauerarbeit*, in: Domay-Methfessel (wie Anm. 12), 61–67.

meinschaftsgräbern beigesetzt. Als Konsequenz dieser Entwicklungen verschwinden die öffentlichen Orte des «memento mori» zunehmend.

Seelsorgende stehen in ihrer täglichen Arbeit vor der Herausforderung, die christlichen Rituale so zu vermitteln, dass Trauernde mit ihrer Erfahrung Anschluss an das Ritual finden können. Gleichzeitig gilt es, die christlichen Rituale nicht einer Beliebigkeit preiszugeben, sondern die Kernaussagen der christlichen Botschaft zu bewahren.

Ein Beispiel, wie sich Individualisierung und öffentliche Rituale vereinen lassen, soll im Folgenden vorgestellt werden. Es wurde vom Spitalseelsorger Ludwig Hesse (Kantonsspital Liestal) entwickelt und wird im Folgenden kurz vorgestellt.

3.4. Das Sargschliessungsritual

Das Ritual entstand auf dem Hintergrund zweier Beobachtungen: Einerseits ist eine zunehmende Tendenz zur Bestattung «im engsten Familienkreis» festzustellen. Die trauernden Familienangehörigen erachten Trauer als etwas «Privates» oder «Intimes» und wünschen entsprechend, dass das Abschiednehmen vom Verstorbenen nur im engsten Familienkreis stattfindet. Diese Haltung führt zu ungunstiger Privatisierung des Trauergeschehens, nimmt dem Freundes- und Bekanntenkreis die Möglichkeit des gemeinsamen Abschiednehmens und nimmt die Beerdigung nicht mehr als Geschehen in der christlichen Gemeinde wahr. Andererseits fühlen sich die Mitglieder der Trauerfamilie überfordert, während der Abdankung in ihrer öffentlichen Rolle als «Trauernde» zu «funktionieren» (z. B. bei der Entgegennahme von Kondolenzbezeugungen) und zugleich ganz persönlich tief betroffen zu sein. Man fühlt sich in der Trauer ausgestellt, und die Mitfeiernden werden als störend empfunden.

Diese Beobachtungen führten den Spitalseelsorger zur Überzeugung, dass die öffentliche Abdankung mit einem privaten Ritual zu ergänzen ist. In Anlehnung an die Aussegnung der lutherischen Kirche entwickelte er ein Ritual für den engsten Familien- und Freundeskreis und nannte es «Sargschliessungsritual». Dieser enge Trauerkreis versammelt sich dabei vor der Kremation oder der Erdbestattung am offenen Sarg. Neben Gebeten (auch und gerade Kindergebete), eventuell einem Lied (*Dona nobis pacem*) und einem Segen sind die Teilnehmenden eingeladen, gegenüber dem Verstorbenen einen Wunsch (z. B. «vergiss uns nicht, wir vergessen dich auch nicht») oder einen Dank zu äussern. Gleichzeitig können sie – als zweites Element des Rituals – dem Verstorbenen ein Symbol (z. B. Brief, Bild, Gegenstand) «mitgeben». Schliesslich legen geeignete Familienangehörige den Sargdeckel auf und drehen die Schrauben zu.

Das Ritual ermöglicht es den Angehörigen, den Abschied persönlich, intim und aktiv mitzugestalten. Tränen und Berührungen des Toten werden möglich,

ohne dass es zu peinlichen Situationen kommt. Denn das Ritual findet unter Ausschluss der Öffentlichkeit, d. h. ohne Zuschauer statt, im Gegensatz zur öffentlichen Abdankung. Insbesondere Kindern kann eine ihrem Alter entsprechende Aufgabe und Rolle zugewiesen werden. Schliesslich können sich die Angehörigen mit Herz und Seele «vergewissern», dass ihr nahestehender Angehöriger tatsächlich im Sarg liegt und wirklich verstorben ist, was ein wichtiger Schritt in der Trauerverarbeitung darstellt. Das Ritual wird, wie der Seelsorger berichtet, sehr geschätzt, insbesondere von Familien, welche einen engen Zusammenhalt pflegen.

Nach dem Ritual der Sargschliessung erfolgt die Grablegung; diese kann ebenfalls im engsten Familienkreis stattfinden. Es ist aber auch möglich, diese dann im Rahmen der Abdankung für einen weiteren Personenkreis, für alle Betroffenen und Solidarität Bezeugenden zu öffnen.

Neben den christlichen Ritualen im öffentlichen Raum gilt es auch, die Alltagsrituale im Auge zu behalten. So berichteten Trauernde, dass nicht so sehr das einmalig stattfindende Ritual der Beerdigung ihnen bei ihrer Trauer geholfen habe. Viel wichtiger waren die individuell gestalteten und sich wiederholenden Alltagsrituale, wie beispielsweise eine Erinnerungskerze anzünden, zu dem Verstorbenen sprechen, ein Lieblingsmusikstück des Verstorbenen hören, mit Menschen Fotos des Verstorbenen anschauen.²⁶ Seelsorgende können in der Entwicklung solcher individuellen Alltagsrituale ebenfalls wichtige Stützen sein.

Urs und Monika Winter-Pfändler

Bibliolog – gemeinsam die Bibel entdecken

Im Studienprogramm TKP (Theologie – Kultur – Praxis) bietet die Theologische Hochschule Chur zum Thema «Bibliolog – Gemeinsam die Bibel entdecken: Im Gottesdienst – in der Gemeinde – in der Schule» eine viertägige Weiterbildung an. In den letzten Jahren hat sich in der Bibeldidaktik der Bibliolog als interessante neue Methode etabliert. Es handelt sich um eine Form der Auslegung biblischer Texte in Gruppen, die im Gegensatz zum Bibliodrama Geschichten nicht durch Rollenspiel-Elemente nacherlebt, sondern ganz mit Imagination arbeitet. Dadurch eignet sich der Bibliolog sowohl für den Einsatz im Gottesdienst als auch für Katechese und Religionsunterricht.

Referent: Prof. Dr. Christian Cebulj, THC.

Kursdaten: Montag, 11. Oktober 2010, 10.15 bis 17.30 Uhr; Dienstag, 12. Oktober 2010, 8.30 bis 16.45 Uhr; Montag, 18. Oktober 2010, 10.15 bis 17.30 Uhr; Dienstag, 19. Oktober 2010, 8.30 bis 16.45 Uhr.

Ort: Theologische Hochschule Chur, Alte Schanfiggerstrasse 7, 7000 Chur.

Anmeldung: bis 1. Oktober 2010 unter Tel. 081 254 99 94 oder E-Mail pastoralinstitut@thchur.ch.

¹⁶ Jürgen Kaufmann / Alexandra Vökl: Mein gebrochenes Herz machst du wieder heil. Offene Trauerandachten für Fernstehende. Stuttgart 2006.

¹⁷ Kristiane Voll: Trauergruppen in Gemeinden. Konzeption und Erfahrungen, in: Domay-Methfessel (wie Anm. 12), 76–90.

¹⁸ Ebd., 76.

¹⁹ Marie-Luise Bödiker / Monika Theobald: Trauer-Gesichter. Hilfen für Trauernde – Arbeitsmaterialien für die Trauerbegleitung. Wuppertal 2007. Siehe auch Konrad Baumgartner (Hrsg.): Trauer und Hoffnung feiern. Impulse und Modelle. Stuttgart 2005.

²⁰ Christina Brunner: Nacht der Trauer und des Todes. Elemente für eine «offene Kirchennacht», in: Liturgie für Wochentage und besondere Anlässe 3 (2007), 45–48.

²¹ Bronna D. Romanoff / Marion Terenzio: Rituals and the grieving process, in: Death Studies 22 (1998), 698–711, 698 f.

²² Michael Krüggeler: Religiöse Individualisierung in der Schweiz. Konzepte und Ergebnisse der «Sonderfall»-Studie, in: Michael Krüggeler / Fritz Stolz (Hrsg.): «Ein jedes Herz in seiner Sprache ...» Religiöse Individualisierung als Herausforderung für die Kirchen. Zürich-Basel 1996, 13–36.

²³ Michael Krüggeler: Deinstitutionalisierung der Kirchenreligion. Religiöse Orientierungen in der Schweiz, in: SPI (Hrsg.): Lebenswerte. Religion und Lebensführung in der Schweiz. Zürich 2001, 19–52.

²⁴ Herbert Anderson: Common Grief, Complex Grieving, in: Pastoral Psychology 59 (2010), 127–136, 131.

²⁵ Ebd., 132.

²⁶ Palm Vale-Taylor: «We will remember them»: a mixed-method study to explore which post-funeral remembrance activities are most significant and important to bereaved people living with loss, and why those particular activities are chosen, in: Palliative Medicine 23 (2009), 537–544.