

Gegen die Sprachlosigkeit

Trauerbegleiter Thomas Achenbach im Interview – Wie Corona den Umgang mit dem Sterben verändert

Von Lothar Hausfeld

OSNABRÜCK Der Journalist, Blogger und Buchautor Thomas Achenbach arbeitet auch als Trauerbegleiter. Der Osnabrücker erläutert im Interview, wie sich die Trauerbegleitung in Zeiten einer weltweiten Pandemie ändert.

Erst einmal vorweg: Wie – und warum – wird man Trauerbegleiter?

Das Warum ist schnell gesagt: Ich war nach vielen Jahren und eigenen Erfahrungen mit Todesfällen – unter anderem der Krebstod meiner Mutter – meine eigene Sprachlosigkeit und die der anderen leid. Ich wollte gerne sprachfähig werden, was die Themen Tod, Trauer und Sterben angeht. Meine Qualifizierung habe ich dann im Haus Ohrbeck absolvieren dürfen. Das hat sich über rund ein Jahr erstreckt und war ein ungemein wertvoller Prozess. Seither darf ich mich zertifizierter Trauerbegleiter nach den Standards des Bundesverbands Trauerbegleitung nennen – ich habe die sogenannte Große Basisqualifikation und bin seit einigen Jahren aktiv.

Wer kann auf Ihre Unterstützung zurückgreifen?

Jeder, der das Bedürfnis hat – ganz egal, wann. Gelegentlich werde ich unmittelbar nach einem Trauerfall angefragt, manchmal erst Monate danach. Manchen reicht ein einzelnes Gespräch oder ein Telefonat als Intervention, andere brauchen ein paar Ge-

spräche mehr. Im Ehrenamt bin ich dazu noch in der Leitung der Trauergruppe für Junge Erwachsene bei Spes Viva aktiv. Und ich durfte zwei Bücher schreiben und veröffentlichen.

Gibt es gewisse Dinge, sozusagen „Standards“, die Sie in jedem Fall einer Trauerbegleitung anwenden, oder ist jeder Trauerfall in Gänze unterschiedlich und individuell zu betrachten?

Tatsächlich ist das immer ein ganz individueller Prozess und bei jedem Menschen anders. Dementsprechend ist auch meine Vorgehensweise immer anders. Zu mir kommen allerdings mehr Männer als Frauen. Und den meisten Männern tut es gut, wenn sie einfach nur reden können. Da arbeite ich so gut wie nie mit Methoden – die kommen bei Frauen dagegen besser an.

Hat sich Ihre Arbeit als Trauerbegleiter in Zeiten von Corona verändert?

Ja, massiv. Man kann von Trauerbegleitung nicht leben, deswegen mussten diese Aktivitäten in meinem Lebensentwurf immer die Begleitmusik sein. Dafür ist jetzt immer weniger Raum da, nicht bloß organisatorisch, weil meine Frau meinen Raum jetzt braucht für ihr Home Office, sondern auch, weil eine überhaupt nicht ausgelastete Sechsjährige von morgens halb sechs bis abends halb neun durchs ganze Haus wirbelt. Auch das Ehrenamt muss jetzt pausieren. Abends noch Trauer-

Der Osnabrücker Thomas Achenbach ist als Trauerbegleiter tätig. Kürzlich ist sein zweites Buch „Mitarbeiter in Ausnahmesituationen - Trauer, Pflege, Krise“ erschienen, das sich als Leitfaden für Führungskräfte, Personalverantwortliche und Betriebsräte versteht. Foto: Stefanie Hiekmann



Foto: Stefanie Hiekmann

gruppen anbieten, das geht derzeit einfach nicht, dafür ist keine Energie mehr für da – siehe oben unter „Sechsjährige“ (lacht). Und zwischen März und Mai waren umfangreichere Vortragsreisen geplant, die sind alle ausgefallen. Salzburg, Nürnberg, Oldenburg, Bremen – vielleicht wieder in 2021...

In vielen Berufen ist es wichtig, dass man nach getaner Arbeit Abstand von dem Erlebten gewinnt. Wie schaffen Sie es, dass Sie in Ihrer Trauerbegleitung die

Trauer nicht mit nach Hause nehmen?

Mir hilft enorm, dass ich schon während meiner Qualifizierung eine eigene Haltung entwickeln konnte über all solche und andere Fragen. Wie möchte ich begleiten, was wird mir selbst dabei helfen, wie kann ich anderen ein Halt sein, wie reagiere ich auf Fragen – auch die ganz großen Fragen wie „Warum“ und solche, all das und mehr. Und natürlich gilt immer der Leitsatz: Wenn es mir selbst zu viel werden sollte, muss ich selbst begleitet sein, um be-

gleiten zu können. Also Supervision und ähnliches.

Durch die weltweite Corona-Pandemie ist der Tod für viele Menschen deutlich nähergekommen, viele Menschen haben Elternteile, den Partner, Freunde oder Arbeitskollegen verloren. Haben Sie das Gefühl, dass die Corona-Pandemie die Menschen in irgendeiner Weise hinsichtlich des Todes verändert? Haben sie sich vielleicht sogar mehr mit dem Tod beschäftigt?

Darin sehe ich tatsächlich bei aller Tragik auch eine der großen Chancen dieser Krise. Ich glaube ganz grundsätzlich, dass diese Erinnerung daran, wie zerbrechlich und sterblich wir Menschen doch sind, viel Gutes mit sich bringen kann. Meine Trauerbegleiterkollegin Iris Willecke aus dem Sauerland hat vergangenes Jahr erstmals den „Memento Mori“-Tag für Deutschland eingeführt, einen Tag, an dem wir uns einmal im Jahr ganz bewusst mit unserer Sterblichkeit auseinandersetzen sollten. Fand ich großartig. Ich glaube aber, dieses Jahr brauchen wir den nicht. Wir haben gerade jeden Tag Memento Mori. Solange wir nicht italienische Verhältnisse bekommen, liegen darin auch Chancen für uns.

Welche denn? Und was würde sich verändern, wenn sich die Krise doch noch verschärfen sollte?

Wenn wir uns unserer Endlichkeit bewusst werden – und vor allem der Tatsache, wie schnell wir aus dem Leben gerissen werden können, übrigens auch ganz ohne das Coronavirus – kann das dazu führen, dass wir bewusster leben. Wir nehmen dann nicht mehr so vieles als selbstverständlich hin. Ist es übrigens auch nicht, es ist in Wahrheit überhaupt nichts selbstverständlich, nicht einmal, dass wir atmen. Das könnte ein Weg sein zu mehr Dankbarkeit und Demut. Wenn diese Krise allerdings gesamtgesellschaftliche

Trauma kippt, wie in Italien geschehen, dann drohen uns auch seelisch gesehen als Gesellschaft wieder Verhältnisse wie nach den Weltkriegen.

In der derzeitigen Situation kommt noch hinzu, dass Beerdigungen nur im engen Familienkreis stattfinden können, was insbesondere auf dem Land, dort, wo eine Beerdigung ein wichtiges soziales und gesellschaftliches Ereignis ist, den Umgang mit dem Tod noch erschwert. Gab es für Sie zu diesem Thema schon einmal Handlungsbedarf?

Nur theoretisch, weil ich einen Artikel darüber für meinen Blog recherchiert und geschrieben habe. Was mir ehrlich gesagt noch viel mehr Kummer macht als die Beerdigungen ist die radikale Veränderung im Kontext des Sterbens. Wenn heute immer mehr Menschen dazu gezwungen sind, ganz einsam und ohne jeden Kontakt zu ihren Angehörigen, Sterbebegleitern oder irgendeinem anderen Menschen sterben zu müssen, ohne eine Hand, die hält, dann ist das eine Katastrophe und eine radikaler Abbruch all der Fortschritte, die Hospiz- und Palliativkultur in den vergangenen Jahrzehnten aufgebaut haben. Und auch für die Angehörigen ist das brutal – nicht da sein zu können, obwohl es ginge. Das wird uns in der Zukunft noch stark beschäftigen, vor allem im Kontext von Therapie und Begleitung.

MEIN BLICK NACH VORNE

Die Nichten und Neffen



Von Ulrich Ecksele

Als dreifacher Onkel vermisste ich natürlich, meine beiden Nichten und meinen Neffen zu besuchen, mit ihnen Spiele zu spielen, deren Regeln ich nicht verstehe und dabei einfach viel zu lachen. Außerdem fehlt es mir, mal wieder in einem netten Restaurant oder Café um die Ecke zu sitzen und zu genießen, sei es ein einfacher Kaffee, bei dem man wunderbar das Gewusel der Menschen beobachten kann, oder ein leckeres Essen.

Von Jürgen Wallenhorst

MELLE Kreischende und Wasser spritzende Youngster im Kinderbecken, spaßige Wasserschlachten und erste Tauchversuche im Nichtschwimmerbecken, Bahnen ziehende Kraulschwimmer im Trainingsmodus, sonnenhungrige Schönheiten, Adrenalin gesteuerte junge Draufgänger und Halbschatten genießende Leseratten oder gesellige Familien mit Picknickutensilien – was kann es schöneres geben als einen sommerlichen Besuch im Freibad?

Doch halt. Da war doch etwas? Die Corona-Krise macht natürlich auch nicht vor der Freibadsaison halt. Viele Wasserratten sehnen sich danach, nach den langen, dunklen Wintermonaten endlich wieder unter freiem Himmel zu schwimmen, die Seele



Auch das Freibad in Melle-Riemsloh bleibt noch bis zum 25. Mai geschlossen. Foto: Westdörp

baumeln zu lassen und die freie Zeit mit Freunden im Freibad zu verbringen.

Normalerweise starten die Freibäder in der Region Anfang Mai in den Sommerbetrieb. Noch vor etwas mehr als einer Woche stellte der

Sprecher des Landkreises, Burkhard Riepenhoff, unmissverständlich fest: „Schwimmbäder jeglicher Art zählen nach der Landesverordnung zum Schutz vor Neuinfektionen mit dem Coronavirus zu den für den Pub-

likumsverkehr geschlossenen Einrichtungen. Die Regelungen gelten bis zum 6. Mai.“

Am Mittwoch dieser Woche traf sich Kanzlerin Angela Merkel zu Beratungen mit den Ministerpräsidenten, um

eventuelle Lockerungen zu diskutieren. Nach dem 7. Mai werden Bund und Länder die Lage neu bewerten – unter Berücksichtigung des Infektionsgeschehens und des bestehenden Risikos für die Menschen – und aller Voraussicht nach eine Verlängerung von Verboten oder Lockerungen aussprechen. Ab dem 25. Mai sollen die Freibäder dann wieder – unter Berücksichtigung entsprechender Schutzmaßnahmen – wieder öffnen dürfen.

Allen Unsicherheiten zum Trotz haben viele Betreiber von Freibädern in Stadt und Landkreis Osnabrück mit den üblichen und notwendigen Reinigungs- und Instandsetzungsarbeiten in den Anlagen begonnen. „Wir haben mit den Saisonvorbereitungen in den drei großen Freibädern mit halber Kraft, also mit reduzierter Mitar-

beiterzahl begonnen“, bestätigt zum Beispiel der Sprecher der Stadt Melle, Jürgen Krämer. Die drei großen Bäder – das Wellenbad in Melle-Mitte, das Freibad in Riemsloh sowie die „Batze“ in Wellingholzhausen – seien schon gut für den Start gerüstet und alle Vorbereitungen liefen nach Plan.

In den kleineren Freibädern in Oldendorf und Neuenkirchen waren vor einer Woche die Startarbeiten noch nicht begonnen. „Hier warten wir derzeit noch die weitere Entwicklung ab“, so Krämer. Alle warten auf ein erlösendes Signal der Bundespolitik. „Wenn wir grünes Licht von oben kriegen, können wir jedenfalls schnell reagieren“, weiß Schwimmmeister Jan Rogan, der zurzeit noch mit den Vorarbeiten im Meller Wellenfreibad beschäftigt ist.

Warten auf den Startschuss

Betreiber, Mitarbeiter und Besucher von Freibädern sehnen eine baldige Öffnung der Bäder herbei



Wir sind für Sie vor Ort!
Montag bis Samstag 9-15 Uhr

 Einweg Gesichtsmaske für Kinder 3lagig je 0,99€	 Einweg Gesichtsmaske Mundschutz 3lagig je 0,99€	 FFP2 KN95 Atemschutzmaske je 4,99€
 Waschbare Atemschutzmaske 3lagig je 7,99€	 Flüssige Handdesinfektion 200ml (1l: 24,95€) je 4,99€	 Flüssige Handdesinfektion 500ml (1l: 19,98 €) je 9,99€
	 Anti Bacter Desinfektion Handgel 100ml (100ml: 3,49€) je 3,49€	

Besuchen Sie uns in unserer Parfümerie:
Osnabrücker Straße 12
49134 Wallenhorst
Bild: Freepik

Öffnungszeiten:
Mo. - Sa. 9:00 - 15:00 Uhr
Angebote ausgenommen Online-shop.
Gültig bis 09.05.2020 | Solange Vorrat reicht

Küchen in ihrer schönsten Form. Maßgefertigt.

glänzend stark individuell

Miele SPEZIALIST kerber. kompetenz in küchen seit 1986

Kerber GmbH & Co. KG
Osterberger Reihe 2-8
49074 Osnabrück
www.kerber-kuechen.de

Tel. 0541 24553
Fax 0541 27615

Miele IMMER BESSER