



BISTUM AUGSBURG

I M P U L S E

für die Trauerpastoral
in der Pfarrgemeinde





Impulse für die Trauerpastoral in der Pfarrgemeinde

Einleitung

1. Bestandsaufnahme und Vernetzung
2. Trauerbegleitung vor dem Sterben
3. Im zeitlichen Umfeld des Sterbens
4. Rituale zwischen Tod und Beerdigung
5. Die Bedeutung des Pfarrbüros und der pastoralen Mitarbeiter*innen
6. Die Begräbnisfeier
7. Trauerbegleitung nach der Beerdigung
8. Besuchsdienste
9. Angebote im oder am Friedhof
10. Kinder und Jugendliche
11. Totengedenken
12. Bildungsarbeit
13. Best Practice
14. Unterstützung durch die Kontaktstelle
Trauerbegleitung der Diözese Augsburg

Impulse für die Trauerpastoral in der Pfarrgemeinde

„Und es geschah, während sie redeten und ihre Gedanken austauschten, kam Jesus selbst hinzu und ging mit ihnen.“ (Lk 24,15). Diese Begegnung auf dem trostlosen Weg nach Emmaus wird für die Freunde Jesu zum Trost schlechthin. Sie können ihr Herz ausschütten. Da hört jemand, was sie bewegt. Sie beginnen, den roten Faden ihres Lebens wieder zu finden. Und brechen neu auf.

Ebenso trostlos und niedergeschlagen können Menschen nach dem Tod einer nahestehenden Person sein. Wer kommt und geht mit ihnen ein Stück ihres für sie unbegreiflichen Weges? Wer hilft ihnen dabei, die erste Zeit überhaupt zu überleben? Wer hilft, das zu realisieren, was geschehen ist? Wer hält all ihre Emotionen aus? Wer macht sich mit auf die Suche, damit Trauernde sich in einem komplett neuen Leben zurechtfinden?

Wie kann eine neue Verbindung zum Verstorbenen gestaltet werden? Und wie können Trauernde „trotz allem“ schließlich so etwas wie einen roten Faden in ihrer Lebensgeschichte finden?

Die Pfarrgemeinde, Verbände oder kategorialen Einrichtungen¹ können in dieser Lebensphase wichtige Begleiterinnen sein und ihren Auftrag wahrnehmen, Trauernden beizustehen. Für dieses „Werk der Barmherzigkeit“ braucht es ein breites, nicht nur auf die Pfarrgemeinde begrenztes, unterstützendes „Trauernetz“ und das Bewusstsein: Die Trauernden sind uns ein Herzensanliegen! Wir begleiten sie aus einer inneren Haltung des Vertrauens auf den Immanuel, den Gott-mit-uns, der als Tröster in ihnen wirkt.

Die vorliegende Handreichung will durch Fragen und Impulse den Blick auf die

¹ z.B. Altenheim-, Polizei-, Ehe- und Familienseelsorge und alle anderen Fachbereiche der Seelsorge

Trauerpastoral lenken. Alle genannten Aktivitäten wurden bereits erprobt, sind aber nicht überall in gleicher Weise umsetzbar. Wählen Sie deshalb bewusst das aus, was im Rahmen ihrer (personellen) Möglichkeiten liegt und halten Sie Ausschau nach „Mitstreiter*innen“. Es gibt an allen Orten Menschen, die ihre Fähigkeiten für die Begleitung von Trauernden einsetzen möchten. Meist sind es Personen, die selbst durch den Schmerz der Trauer gegan-

gen sind und erfahren haben, wie wohltuend es ist, diesen Weg nicht alleine gehen zu müssen.

Die große Chance für die Pfarrgemeinde liegt in der Vernetzung: Mit den anderen christlichen Kirchen, mit den kategorialen Stellen der Seelsorge und anderen nicht-kirchlichen Organisationen und Personen.

Deshalb steht am Anfang allen Handelns die Bestandsaufnahme.

1. Bestandsaufnahme und Vernetzung

Es gilt, alle Personen und Einrichtungen, die mit den Themen „Sterben, Tod, Abschied, Trauer“ zu tun haben, zu vernetzen und an einen runden Tisch zu bringen, um alle bereits vorhan-

denen Angebote zu sammeln. Erst dadurch wird deutlich, welche Angebote fehlen und welche Angebote in Zukunft neu auf den Weg gebracht werden könnten.

Anfragen

- Welche **Einzelpersonen** sind bereits in der Begleitung von Trauernden tätig und/oder haben sich darin bereits durch Kurse qualifiziert?
- Welche **Organisationen** sind mit dem Thema „Trauer“ im weitesten Sinn involviert: Verbände, andere christliche Kirchen, Bestattungsinstitute, Hospizvereine, Sozial-

stationen, SAPV, Caritas, das Team vom Trauercafé oder der Trauergruppe, Mitarbeitende der Notfallseelsorge (NFS) und der Krisenintervention im Schulbereich (KIS), Seelsorge in den Pflegeheimen, Kliniken und anderen kategorialen Fachbereichen, therapeutische Praxen etc.

2. Trauerbegleitung vor dem Sterben

Stirbt ein Mensch nach längerer Krankheit, so beginnt die Trauer nicht erst beim Tod, sondern bereits mit der Diagnose der (unheilbaren) Krankheit. Das Familiensystem wird es als Stärkung empfinden, wenn

die Pfarrgemeinde bereits in diesem Prozess des Abschieds durch Gespräch, Gebet und Rituale (Segnung, Krankenkommunion, Krankensalbung, Sterbesegen) begleitet.

3. Im zeitlichen Umfeld des Sterbens

Aussegnung und Abschied am Sarg

Die Aussegnung ist ein letzter Reisesegen für die Verstorbenen, den die An- und Zugehörigen als etwas sehr Berührendes erleben. Sie findet in der Regel am Sterbebett bzw. im Abschiedsraum einer Einrichtung statt. Jede/r kann und

soll dieses Ritual vollziehen. Deshalb ist es sinnvoll, Ehrenamtliche zu ermutigen und zu qualifizieren, diesen Dienst zu übernehmen.



Den Sterbesegen des Bistums Augsburg finden Sie unter www.sterbesegen.seelsorgeamt.de



Totenwache, Waschen und Ankleiden

Wer es sich nicht zutraut, die verstorbene Person alleine zu waschen oder anzuziehen, kann dies gemeinsam mit dem/der Bestatter*in tun. Das Waschen und Ankleiden ist auf mehreren Ebenen ein sehr heilsames Geschehen auf dem Trauerweg: Es ist ein letzter Liebesdienst und ein körperlich-zärtliches Spüren des/der Verstorbenen. Und dieses körperliche Tun hilft, die Realität

des Todes mehr und mehr zu begreifen; ein zentraler Schritt im Trauerprozess. Die Pfarrgemeinde kann ermutigen, die Verstorbenen zu Hause aufzubahren. Diese „Totenwache“ kann auch anderen Zugehörigen die Möglichkeit geben, sich zu verabschieden, gemeinsam zu beten und mit den Angehörigen zu trauern. Ein Trittstein und Trost auf dem Trauerweg.

4. Rituale zwischen Tod und Beerdigung

In ländlichen Gebieten existieren oftmals noch Bräuche, die das Sterben öffentlich machen und damit dem Tod Raum geben. Sie holen den Tod aus dem

Raum des Privaten heraus und bringen das Bewusstsein der Vergänglichkeit mitten in unseren Alltag hinein.

Anfragen

Welche Bräuche und Riten existieren in unserer Pfarrgemeinde, die es zu schützen oder neu zu beleben gilt:

- Läuten der Totenglocke
- Bekanntmachung und ein Gebet für den/die Verstorbene am Ende des Gottesdienstes
- Hinausbegleiten des Verstorbenen aus dem Trauerhaus, verbunden mit einem Gebet
- Totenwache

Abschieds- oder Sterbegebet, Sterberosenkranz

Im Abschiedsgebet zwischen Tod und Beerdigung legen wir den Verstorbenen vertrauensvoll in die Barmherzigkeit Gottes. Gleichzeitig stärkt dieses gemeinsame Gebet die An- und Zugehörigen und wird so zum gelebten Zeichen der Verbundenheit der christlichen Gemeinde mit dem Verstorbenen und den Ange-

hörigen. Neben dem Rosenkranz haben inzwischen andere Formen des Abschiedsgebets ihren festen Platz in den Gemeinden. Die Handreichung „Totengebet in der Gemeinde“ können Sie per Email bestellen unter „gemeindepastoral@bistum-augsburg.de“.

Anfragen:

- Welche Formen des Abschiedsgebets gibt es bei uns?
- Werden sie so gestaltet, dass sie zum Trittstein/Trost auf dem Trauerweg werden?
- Wie kommunizieren wir die Einführung von „neuen Formen“ des Abschiedsgebets?
- Wer könnte die Leitung übernehmen?
Z.B. Beauftragte für Wort-Gottes-Feiern.



5. Die Bedeutung des Pfarrbüros und der pastoralen Mitarbeiter*innen

Jeder Kontakt der Trauernden mit der Pfarrgemeinde kann zu einer Stärkung oder einer zusätzlichen Belastung werden. Für die Trauernden geht es in den ersten Tagen oftmals ums „Überleben“.

Im Kopf und in den Gefühlen herrscht großes Chaos. In dieser Situation haben die Mitarbeitenden der Pfarrei und des Pfarrbüros eine besondere Verantwortung.

Anfragen

- Werden die formalen Abläufe klar kommuniziert?
- Werden Informationen und Details zur Beerdigung schriftlich mitgegeben?
- Gibt es auch „unkonventionelle“ Lösungen für die Anliegen der Trauernden?
- Gibt es einen Flyer für die Angehörigen über die Möglichkeiten der Trauerbegleitung?
- Wie wird mit Trauernden umgegangen, die in anderen christlichen Strukturen beheimatet sind?
- Was machen wir mit Trauernden, die der Kirche fern stehen, aber doch „etwas Religiöses“ zur Beerdigung haben wollen?

6. Die Begräbnisfeier

Das Gespräch vor der Beerdigung und die Art und Weise der Gestaltung der Begräbnisfeier wirkt sich auf den Trauerweg aus. Eine persönlich und einfühlsam gestaltete Beerdigung ist eine Stärkung für den weiteren Weg der Trauernden und gleichzeitig ein Aushängeschild für die Pfarrgemeinde.

Es kann ein Zeichen sein: Ich bin froh und dankbar, zu dieser christlichen Gemeinschaft zu gehören, weil ich in meiner Trauer wahrgenommen und unterstützt werde. Umgekehrt kann eine würdelos gestaltete Begräbnisfeier der Anlass sein, der Kirche den Rücken zu kehren.

Anfragen

- Wie kann das Leben und Sterben auf dem Hintergrund der christlichen Botschaft gedeutet werden **und** die individuelle, biographische Situation Raum bekommen?
- Wie individuell gehen wir auf die Wünsche der Angehörigen bei der Beerdigung ein?
- Wird den Angehörigen angeboten, sich in die Gestaltung der Feier einzubringen?

- Die Musik im Gottesdienst prägt die Feier wesentlich. Sie berührt die Menschen auf einer tieferen Ebene. Welche Art von Musik passt zur verstorbenen Person?
- Das Einsenken des Sarges in die Erde ist ein schmerzliches, aber für den Trauerprozess wesentliches Element. Erst dadurch kommt die verstorbene Person an „ihre letzte Ruhestätte“. Außerdem wird durch dieses Einsenken die „Wirklichkeit des Todes“ wieder ein Stück weit mehr mit allen Sinnen erlebbar. Wird dies besprochen?
- Ist für die Beerdigung genügend Zeit verfügbar und eingeplant?
- Für die Seelsorgerinnen und Seelsorger:
Gehört ein Gespräch, Besuch, Email, Karte o.ä. ein paar Wochen nach der Beerdigung als Zeichen der Anteilnahme selbstverständlich mit zur Trauerfeier?



7. Trauerbegleitung nach der Beerdigung

Die Individualität der Trauernden erfordert sehr unterschiedliche Formen der Begleitung. Eine Pfarrgemeinde kann dieser Herausforderung am ehesten in

ökumenischer Zusammenarbeit, in Vernetzung mit anderen Organisationen (sh. Punkt 1) und kategorialen Fachstellen des Bistums gerecht werden.

Anfragen

- Was kann auf der Ebene der Pfarrgemeinde und was auf Dekanats Ebene angeboten werden? Wo sind Vernetzungen möglich, sowohl vor Ort als auch mit kategorialen Stellen des Bistums? Wer ist für den Bereich der Trauerbegleitung in der Pfarrgemeinde bzw. auf Dekanats Ebene **Ansprechpartner*in**?
- **Einzelbegleitung für Trauernde**: Wer aus der Gemeinde kann aufgrund seiner Ausbildung eine Einzelbegleitung anbieten bzw. wer könnte dafür qualifiziert werden?²
- Welche **Räume** kann die Pfarrgemeinde für die Begegnung von Trauernden zur Verfügung stellen? Z.B. für einen Witwen/Witwertreff zu einem gemeinsamen Frühstück oder Nachmittagscafé. Gibt es dazu einen Fahrdienst?
- Wo haben die „**jüngeren**“ Trauernden ihren Platz in der Pfarrgemeinde?
- Sind die Eltern von **früh verstorbenen Kindern** (Sternenkindern) im Blick?
- Welche Angebote gibt es mit **körperlicher Bewegung**? Gemeinsames Wandern? Radfahren? Gerade diese Angebote sind sehr niederschwellig und bringen die Trauer in Bewegung. So kann sie sich verwandeln in neue Lebenskraft und Freude.
- **Trauer- oder „Lebenscafé“**: Diese Form schafft Raum zur Begegnung. Die Gestaltung hängt in erster Linie von dem ab, was die Trauernden an Themen mitbringen. Im gemeinsamen Austausch können neue Ideen für die Herausforderungen des Alltags und für einen guten Umgang mit der Trauer entstehen.
- **Trauergruppe**: Dieses Angebot ist zeitlich auf ca. acht Treffen begrenzt und inhaltlich strukturiert. Es erfordert eine entsprechend qualifizierte Leitung.
- Ein **Begegnungstag für Trauernde** schafft Raum für die Trauer und die Möglichkeit der Vernetzung der Trauernden untereinander.
- Sind bestimmte Angebote zeitlich so geplant, dass daran Berufstätige teilnehmen können?

- Eine besondere Aktion könnte eine „**Nacht der Trauer**“ sein mit unterschiedlichen kreativen Workshops wie Schreiben, Malen, Musik, Gespräch ... In einigen Gemeinden wurde dies bereits mit guter Resonanz praktiziert.

8. Besuchsdienste

Der Besuch bei den Angehörigen einer verstorbenen Person kann ein sichtbares und spürbares Zeichen der Verbundenheit der christlichen Gemeinde sein. Allerdings setzen diese Besuche klare Absprachen über das gesamte Prozedere (incl. Datenschutz) voraus, das je nach Pfarrgemeinde sehr unterschiedlich aussehen kann. Meist sind es Ehrenamtliche, die diesen Dienst versehen. Mit im „Gepäck“ kann ein kleines Zeichen der Verbundenheit sein und ein Infoblatt mit Adressen und

Angeboten zur Trauerbegleitung in der Gemeinde, im Dekanat und im Bistum.

Wo es keinen Besuchsdienst gibt, bietet es sich an, dass die Pfarrgemeinde einen möglichst persönlichen Brief (zusammen mit Angeboten und Kontakten) an die Trauernden schreibt und diesen Brief den Angehörigen über das Bestattungsinstitut mit der Mappe zukommen lässt, die sie ohnehin meist bekommen. Auch hier lohnt sich eine gute Vernetzung mit den Bestattungsinstituten.

Anfragen

- Gibt es bei uns Menschen, die diesen Dienst bereits übernehmen? Werden sie fachlich begleitet?
- Möchten wir Ehrenamtliche dazu qualifizieren?³
- Gehen wir in der Zeit um den 1. Jahrestag zu den Angehörigen oder wird ein Brief geschickt?
- Sind diejenigen Trauernden im Blick, deren Situation extrem belastend war bzw. immer noch sehr belastend ist? Z.B. Tod eines Kindes, Jugendlichen, jungen Erwachsenen, Eltern mit kleinen Kindern, Suizid, Gewalterfahrung ...

³ Infos zur Schulung von Ehrenamtlichen bei der Kontaktstelle Trauerbegleitung



9. Angebote im oder am Friedhof

Es lohnt sich, dorthin zu gehen, wo Trauernde ohnehin sind: Am Friedhof. Zwei erprobte Beispiele:

- **Ein mobiles Café** bietet am Samstag- oder Sonntagnachmittag die Möglichkeit zur Begegnung. Die Erfahrung zeigt, dass Trauernde selbst aktiv werden und sich einbringen, Kaffee kochen oder Kuchen backen.
- **Ökumenisches Projekt „Heute tragen wir Ihre Gießkanne ... und was Sie sonst noch loswerden wollen!“** Ein „Kundenstopper“ verweist auf das Angebot, daneben steht eine Bank zum Gespräch und Getränke. Zu festgelegten Zeiten sind Mitarbeitende der Pfarrgemeinde zur konkreten Hilfe anwesend und kommen dabei ins Gespräch mit den Trauernden.⁴

10. Kinder und Jugendliche

Kinder sind auf mehreren Ebenen „Leidtragende“ und „Verlierer“ nach einem Todesfall in der Familie: Sie verlieren nicht nur eine nahe Bezugsperson wie die Oma oder den Opa, sondern auch die Aufmerksamkeit der Eltern, die mit ihrer eigenen Trauer und den Erledigungen beschäftigt sind. Zudem fehlen den Kindern adäquate Bewältigungsstrategien und sie erleben oft eine Sprachlosigkeit der Erwachsenen gegenüber dem Tod. Das verunsichert sie zusätzlich. Sehr unterschiedliche Reaktionen können auftreten: Verlustängste, aus denen heraus sie ein starkes Nähe- und Sicherheitsbedürfnis haben; emotionale Ausbrüche (Wut...), Rückzug,

Schlafstörungen, körperliche Reaktionen (Bauchweh...), Rückschritte in frühere Entwicklungsstufen, Schuldgefühle, (irrationale) Phantasien uvm.

In dieser Situation brauchen Kinder und Jugendliche in erster Linie Aufmerksamkeit, eine klare, wahrhaftige Sprache und einen möglichst gewohnten Alltag mit all den bisherigen Ritualen. Das schafft Sicherheit in einem Umfeld, in dem vieles unsicher erscheint. Für Jugendliche sind Freund*innen im ähnlichen Alter hilfreicher als Erwachsene. Sie suchen sich selbst ihren Raum, ihre Zeit und ihre Gesprächspartner*innen für ihre Trauer.



Die Pfarrgemeinde kann hier unterstützen

- Werden die Kinder und Jugendlichen von Anfang an mit einbezogen, z.B. in die Verabschiedung der Verstorbenen?
- Wer kann bei der Trauerfeier als „stabile Vertrauensperson“ bei den Kindern sein, wenn dies den Eltern schwerfällt?
- Die Kinder und Jugendlichen können altersgemäß in die Trauerfeier einbezogen werden: Blume, Kerze gestalten, Fürbitte sprechen, Bild oder Urne tragen.
- Wer aus der Pfarrgemeinde nimmt Kontakt mit der Familie auf, um konkrete Hilfe anzubieten oder zu organisieren?
- Werden zur Unterstützung diözesane Einrichtungen wie die „Krisenseelsorge im Schulbereich“⁵ (KiS) oder die Kita-Pastoral involviert?
- Gibt es Jugendgruppenleiter*innen aus den Verbänden oder der kirchlichen Jugendarbeit, die „auf Augenhöhe“ unterstützen können?

11. Totengedenken

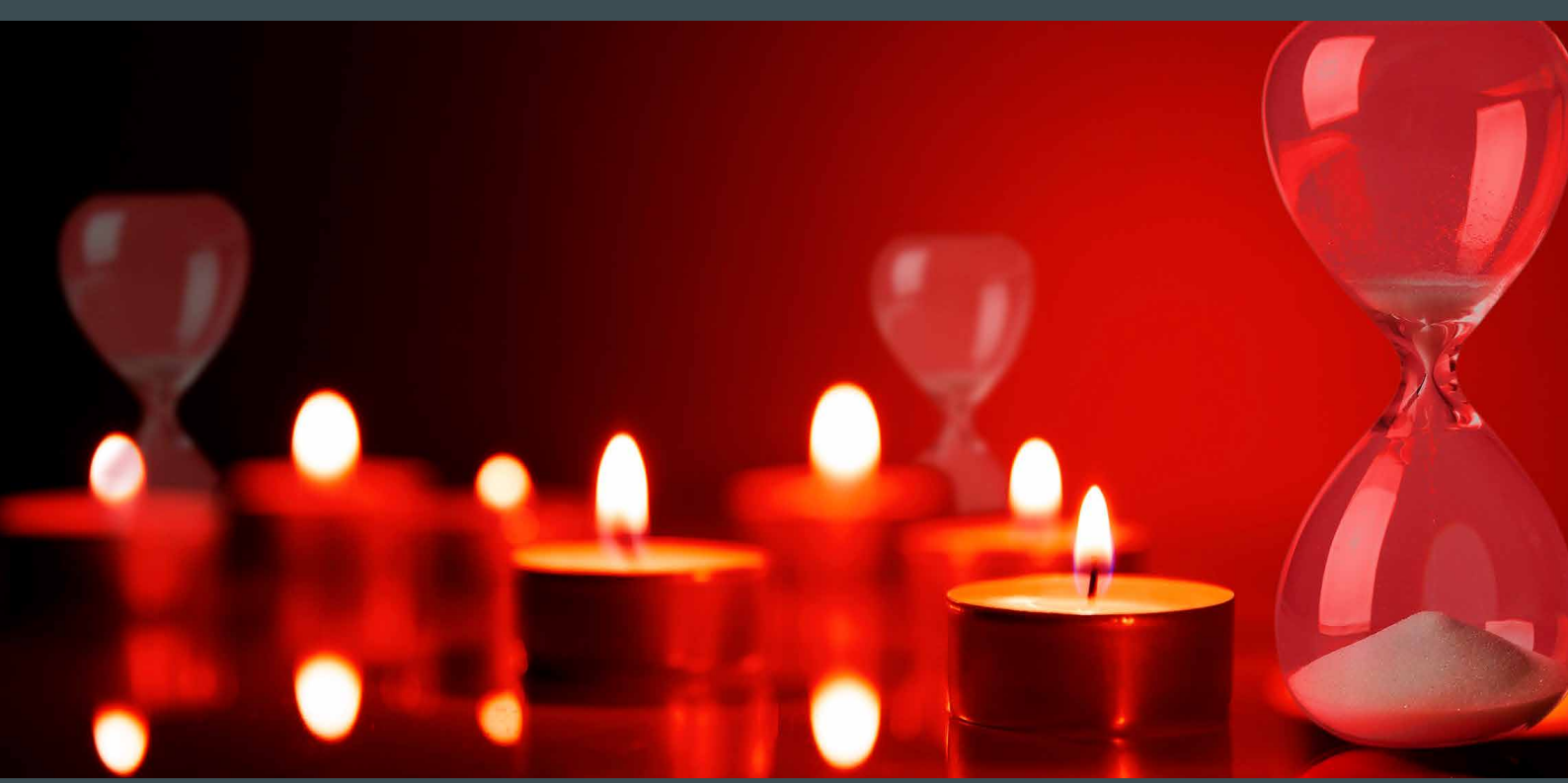
In der jüdisch-christlichen Tradition steht die Kultur der Erinnerung im Zentrum unseres Glaubens. „Christen gedenken der Toten, weil sie leben, nicht damit sie leben.“⁶ Nicht die Verstorbenen brauchen unser Gedenken, sondern wir, die Lebenden. Wir

sind es, die den Verstorbenen durch unsere Rituale einen neuen Platz in unserem Leben geben.

In dieser neuen Verbundenheit können die Verstorbenen zu einer stärkenden Kraft im Alltag der Lebenden werden.

Möglichkeiten, der Toten zu gedenken

- Ein monatliches Gedenken in einem Gottesdienst mit Nennung der Namen der in diesem Monat Verstorbenen.
- Gottesdienste mit den Angehörigen der Verstorbenen des aktuellen Jahres mit anschließender Möglichkeit zur Begegnung (viertel-, halbjährlich, jährlich). Idealerweise



werden die Angehörigen dazu individuell eingeladen.

- Gottesdienste zum „Dreißigsten“ oder Jahrestag.
- Tafel oder Totengedenkbuch.
- „Trauerecke“ in der Kirche in Verbindung mit einem Fürbittbuch.
- Gedenkgottesdienste im Seniorenheim und in der Klinik.
- Im Fürbittgebet des Sonntagsgottesdienstes.

12. Bildungsarbeit

Leid, Tod, Trauer und Auferstehung haben in unserer Gesellschaft wenig Platz. Umso mehr ist es der Auftrag der christlichen Gemeinde, der Verbände und kategorialen Stellen, diese Themen in die Mitte unseres Lebens zu bringen, weil sie die Mitte unseres Glaubens bilden. Regelmäßige Artikel im Pfarrbrief oder ein Vortrag (z.B. gemeinsam mit

der Katholischen Erwachsenenbildung) können das Bewusstsein für diese Themen wachhalten und eine stärkere Sensibilität im Umgang mit Trauernden schaffen. Dann werden die Menschen den Trauernden nicht mehr aus dem Weg gehen, sondern mit ihnen ins Gespräch kommen und ihnen offen und ehrlich begegnen. Das ist Trost.

13. Best Practice

... wenn ein Gespräch mit den Angehörigen einige Wochen nach der Beerdigung ganz selbstverständlich mit dazu gehört.

... wenn nach einem Gedenkgottesdienst zusätzlich die Möglichkeit zur Begegnung im Pfarrheim gegeben ist.

... wenn jedes Jahr ein bestimmter Akzent in der Seelsorge gesetzt wird, bei dem Menschen mit ihrer Trauer ihren Platz finden. Dann wird der Trauerweg zum Emmausweg.

14. Unterstützung durch die Kontaktstelle Trauerbegleitung der Diözese Augsburg

Wir

- **begleiten** Trauernde und beraten Familien, unabhängig von Kirchen- oder Religionszugehörigkeit
- **gehen** die Wege der Trauernden **mit** durch **vielfältige Angebote** wie Wochenenden, Wandern, Kunst, Radfahren, Exerzitien im Alltag, Onlineangeboten
- **qualifizieren** Angehörige aller Berufsgruppen und Ehrenamtliche
- veranstalten vor Ort **Begegnungstage** für Trauernde
- kommen in Ihre Pfarrgemeinde zu einem **Vortrag**

Besuchen Sie unsere Internetseite:

www.kontaktstelle-trauerbegleitung.de

www.facebook.com/KontaktstelleTrauerbegleitung

www.instagram.com/kontaktstelle_trauerbegleitung



BISCHÖFLICHES ORDINARIAT
HAUPTABTEILUNG II – SEELSORGE
Kontaktstelle Trauerbegleitung
Kornhausgasse 8, 86152 Augsburg
Tel: 0821 3166-2611

Herausgeber: Bischöfliches Ordinariat, Hauptabteilung II - Seelsorge

Verantwortlich für den Inhalt: Benno Driendl, Leiter der Kontaktstelle Trauerbegleitung der Diözese Augsburg

Redaktion: Peggy Gottfried, Kontaktstelle Trauerbegleitung der Diözese Augsburg

Gestaltung: Brigitte Marquart, Pastorale Grunddienste und Sakramentenpastoral