

Trauer im geschützten Raum

„klartext!“ bietet Jugendlichen moderne Wege der Sorgenberatung



Fotos: © Kinder- und Jugendhospiz Balthasar

Teenager trauern anders. Ein Rückzug aus der Familie „ins stille Kämmerlein“ und das damit verbundene „geräuschlose“ Leiden kann nach außen hin den Eindruck erwecken, als trauerte der Jugendliche nicht. „klartext!“ ist ein bundesweites Angebot des Kinder- und Jugendhospizes Balthasar in Olpe. Unter www.klartext-trauer.de finden trauernde Teenager und junge Erwachsene neben der Rufnummer eines Sorgentelefon auch die Möglichkeiten des Austauschs über einen persönlichen Chat mit geschultem Seelsorger-Team. Auch ein vor der Öffentlichkeit geschütztes Forum für den Austausch unter Gleichgesinnten ist auf der Seite zu finden.

Jule ist 15 (Name geändert). Vor einem halben Jahr hat ihre Mutter ihr Leben bei einem schrecklichen Autounfall verloren. Jule lebt mit ihrem Vater und ihrem jüngeren Bruder in Süddeutschland. Sie waren eine glückliche Familie, schreibt Jule im Chat mit „klartext!“, bis der Tod ihrer Mutter dieses Glück zerstörte. Während sie sich in der Vergangenheit oft überbehütet gefühlt hatte, fühlt sie sich jetzt überhaupt nicht mehr behütet und versucht, für ihren Bruder die Mutterrolle zu übernehmen. Da ihr Vater beruflich sehr eingespannt ist und ihre Oma, die vorübergehend bei Jule und ihrer Familie eingezogen ist, selbst in tiefer Trauer steckt, hat sie niemanden, mit dem sie über ihren Verlust sprechen kann.

Trauer im geschützten Raum

Das durch Spenden finanzierte Projekt „klartext!“ ist für Jugendliche und junge Erwachsene wie Jule eine Anlaufstelle. Hier können sie anonym ihre Sorgen, Ängste und ihren Kummer loswerden – entweder bei einem geschulten Berater per Telefon, Chat sowie per E-Mail oder in einem Forum den Austausch mit anderen trauernden Jugendlichen suchen. „Viele Jugendliche und junge Erwachsene äußern, dass es ihnen leichter fällt, über ihre Trauer zu schreiben, als am Telefon darüber zu sprechen. Deswegen wird zurzeit bei „klartext!“ der Chat häufiger genutzt als die Telefonberatung“,

verrät Lisa-Marie Vetter*. Sie ist beim Kinder- und Jugendhospiz Balthasar in Olpe, dem Träger von „klartext!“ zuständig für die Bereiche Öffentlichkeitsarbeit und Fundraising.

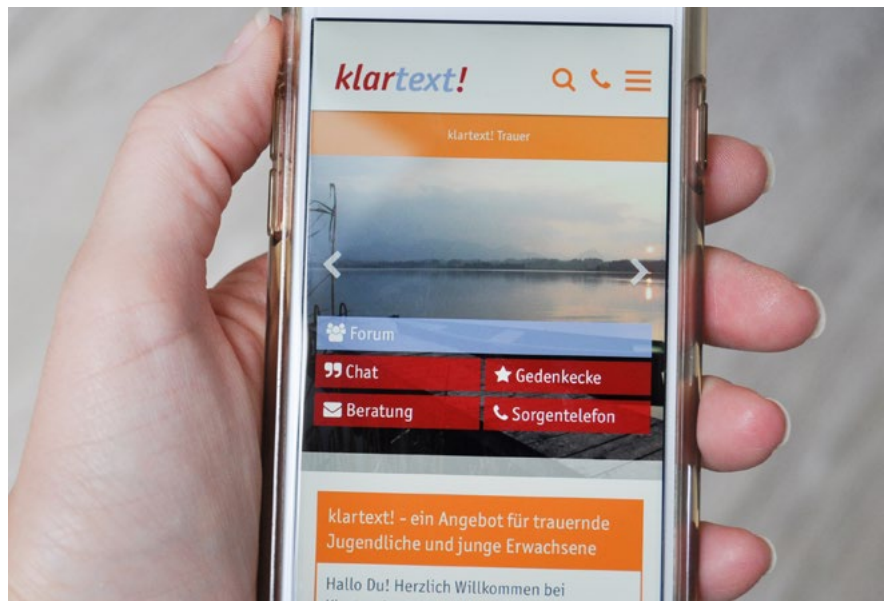
„Wir bieten unseren Usern einen geschützten Raum, in dem sie all ihre Gefühle und Ängste loswerden können. Dadurch, dass auch wir anonym bleiben, fällt es den Jugendlichen leichter, sich zu öffnen. In der Entstehung von „klartext!“ wurde dem Team geraten, dass sie anonym bleiben, damit die zum Teil sehr belastenden Gespräche ihnen nicht in ihr Privatleben folgen“, erklärt Vetter. Für das Team sei das ein enorm wichtiger Aspekt, um die Arbeit lange und gesund durchführen zu können. „Natürlich geben wir in längeren Gesprächen auch viel von uns selbst preis, nur eben nicht unseren Namen.“

Gefahren, Schuldgefühle und Trauer im stillen Kämmerlein

Jugendliche haben eine ganz eigene Art zu trauern, die von Erwachsenen häufig nicht als Trauer erkannt wird. „Jugend-

Kurz & bündig

„klartext!“ ist ein Angebot unter der Trägerschaft des Kinder- und Jugendhospizes in Olpe für trauernde Teenager und junge Erwachsene. Auf der Webseite www.klartext-trauer.de finden Jugendliche neben einem Sorgentelefon auch die Möglichkeit, über einen Chat oder per E-Mail eine Trauerberatung in Anspruch zu nehmen. In einem geschützten Forum finden Sie den Austausch mit Gleichgesinnten und können in der Gedenckecke mit Texten und Bildern an die Verstorbenen erinnern.



liche sind sehr gut darin, ihre Trauer zu verstecken, um nicht schwach oder uncool zu wirken. Gerade wenn ein Elternteil verstorben ist, neigen junge Menschen dazu, ihre Trauer zu verschieben, um für das verbleibende Elternteil und die Familie stark zu sein“, betont Vetter.

Auch Jule schlüpft nach dem Tod ihrer Mutter in die Rolle des weiblichen Familienoberhauptes. Eine noch schlimmere Last für sie sind aber die Schuldgefühle. Der Unfall passierte, als die Mutter sie von einer Geburtstagsparty einer Freundin abholen wollte. Jule hatte gebettelt und diskutiert und durfte schließlich noch eine Stunde länger bleiben. „Hätte ich nicht diskutiert, hätte meine Mutter mich früher abgeholt, hätte ich die Einladung abgelehnt, meine Mutter würde noch leben“, schreibt das junge Mädchen im Chat.

In der Trauer können Teenager auch durch ein erhöhtes Risikoverhalten aufpassen. „Häufiges Trinken alkoholischer Getränke oder der Konsum von unerlaubten Substanzen kann für Jugendliche ein Weg sein, sich von der Trauer abzulenken. Ebenso ein bewusstes Eingehen von Gefahren, etwa rasantes Autofahren oder extrem gefährliche sportliche Aktivitäten, können ein Ausdruck von Kummer und tiefer Trauer sein“, erklärt Vetter.

Die Bereitschaft, für junge Menschen da zu sein

Die Mitarbeiter von „klartext!“ befinden sich selbst in ganz unterschiedlichen Lebensphasen, in einem Alter zwischen 20 und 40 Jahren. Sie versetzen sich zum Teil in die Phase der Ratsuchenden, teils in die Rolle der möglichen Eltern. Als langjährige Mitarbeiter des Kinder- und Jugendhospizes mit den Schwerpunkten in den Bereichen Palliativpflege und Pädagogik verfügt das „klartext!“-Team über wichtige Kernkompetenzen für die Sorgenberatung. Das Wichtigste sei aber vor allem die Bereitschaft, sich auf die jungen Menschen und ihre Gefühle, die die Trauer mit sich bringt, einzulassen, so Vetter.

Auch wenn es für Trauer und Schuldgefühle kein Allheilmittel gibt, können die Mitarbeiter von „klartext!“ doch Jules Gefühlschaos mit ihr gemeinsam aushalten. Durch immer wiederkehrende Gespräche wächst das Vertrauen und dem Team ist es möglich, Jule zu entlasten und sie auf ihrem Weg zu begleiten, solange sie das möchte. ■

Verena Hohmann

*Da auch die Mitarbeiter der Telefon- und Chatberatung anonym bleiben möchten, stehen die Antworten von Frau Vetter stellvertretend für alle Mitarbeiter.