

# 365

DAS MAGAZIN der  
HospizHILFEMEPPEN.

März 2025 / ZUM MITNEHMEN / GRATIS aber nicht umsonst



**ZUKUNFT.**  
Hospiz Hilfe  
und die Sterbe-  
und Trauer-  
begleitung  
von Kindern  
und  
Jugendlichen.



HOSPIZHILFEMEPPEN

Gemeinsam gehen. Seit 2000.

**25**



**EIN KLEINES VORWORT: Die Begleitung von Kindern und Jugendlichen, die mit schwerer Krankheit oder dem Verlust eines geliebten Menschen konfrontiert sind, erfordert ein hohes Maß an Empathie, Fachwissen und Sensibilität. Kinder und Jugendliche erleben Trauer anders – ihre Emotionen sind oft intensiver, aber auch verwirrend. Sie benötigen Räume, um ihre Gefühle zu äußern und Unterstützung, um mit ihrer Trauer umzugehen. Als Hospizverein möchten wir mit dieser Ausgabe Einblicke in unsere Arbeit geben, den Blick über den Tellerrand schaffen und Hilfestellungen anbieten, um jungen Menschen eine liebevolle, angemessene Begleitung zu bieten und ihnen so in schweren Zeiten zu helfen. Jeder junge Mensch hat das Recht, in seiner Trauer gehört und unterstützt zu werden. Passend dazu haben wir wieder Videos, Podcasts, Buchtips zusammengestellt. Freuen Sie sich auf diese neue Ausgabe 365. Ihre/eure Kathrin Schnieders**

Vorsitzende des Vorstandes

*Kathrin Schnieders*



Hospiz ist das  
beste Thema der welt

**Tom, Lena, Antonia und Jasper,  
6-7 Jahre, alle aus Meppen:**

*Am Ende einer „Hospiz-macht-Schule“-Projektwoche wurden die Kinder gefragt, welcher Teil in der Woche ihnen am besten gefallen hat. „Alles war gut und nichts war nicht gut“, hörten wir oft und ein Kind sagte „Am besten fand ich, dass wir über alles sprechen konnten und es so normal war, über das Sterben und den Tod zu reden.“ Sollte es nicht immer so sein?*

# INHALT

Seite

**02** Ein KLEINES Vorwort. Von *Kathrin Schnieders*.

**05** INHALT

**06** THEMA  
Elif ist 4 und schreibt (zusammen mit ihrer Mama) einen Brief an ihre verstorbene Oma.

**08** ÜBERBLICK  
Die Entwicklungsstufen der Trauer bei Kindern und Jugendlichen.

**10** THEMA  
Wenn Jugendliche trauern. Abschied will / muss gelernt sein.

**12** AKTUELLE THEMEN  
Unser jährliches Treffen an der Höltingmühle, über unsere Zusammenarbeit mit Löwenherz e.V, über unser Expertenforum „Selbst. Bestimmt. Gehen.“

**14 & 18** THEMA  
Irmgard & Monika: Zwischen Bagger, Eis und Alltagsthemen. Carolin Moß: Kinder auf der Beerdigung.

**16** HINGESCHAUT  
Dazwischen. Über eine ungewöhnliche Ausstellung des Museums für Sepulkralkultur in Kassel.

**22** LESEN, SEHEN, HÖREN. MEDIENTIPPS  
Wir stellen vor. Gutes zum Lesen, gute Links zu richtig guten Podcasts und Songs.

**26** POESIE  
Willemijn Verkaik: Lass jetzt los. (aus "Die Eiskönigin - Völlig Unverfroren")

**RÜ** AUSBLICKE  
Infos. Adressen. Und alle Angaben zu unserem Spendenkonto...







## Liebe Oma!

Elif hat ihre Oma verloren und ist 4 Jahre alt.  
Und sie hat zusammen mit ihrer Mama einen Brief  
an ihre Oma geschrieben:

Mama und Papa haben mir erzählt, dass du jetzt an einem ganz besonderen Ort bist und ich weiß genau, dass der Mond dieser Ort ist. Ich stelle mir vor, wie die Feen zu dir gekommen sind, leise und glitzernd, und sie dich ganz vorsichtig auf ihren Weg dorthin begleitet haben. Sie haben bestimmt wunderschöne Flügel und sind ganz, ganz sanft mit dir geflogen. Bis du sicher auf dem Mond gelandet bist.

Ich sehe dich jetzt oft, wenn ich abends nach draußen schaue. Du bist wie ein leuchtender Stern oder ein strahlender Punkt auf dem Mond. Ich winke dir zu und erzähle dir, wie sehr wir dich alle vermissen.

Ich stelle mir vor, dass du auf dem Mond in einem großen, weichen Sessel sitzt, mit all den Feen um dich herum. Du erzählst ihnen bestimmt von uns und passt auf uns auf, besonders auf mich. Das hast du schon immer getan, denn ich war dein ganzer Stolz.

Oma, ich vermisse dich, aber ich weiß, dass du bei den Feen gut aufgehoben bist und dass du mich vom Mond aus lieb hast. Und jeden Abend schaue ich zu dir hoch und schicke dir ein Küsschen in den Himmel. Ich verspreche dir, gut auf Opa aufzupassen!

Ich hab dich lieb, Oma! Deine Elif.



## Die Entwicklungsstufen der Trauer bei Kindern und Jugendlichen

...unterscheiden sich je nach Alter, kognitiver Entwicklung und emotionaler Reife. Diese fünf Stufen können anhand der Trauerreaktionen sowie am Verständnis abgeleitet werden.

### **0-2 Jahre (Säuglinge und Kleinkinder)**

#### **Verständnis:**

- o kein Verständnis von Tod
- o aber Kinder spüren Trennungen und emotionale Veränderungen

#### **Reaktionen:**

- o Schreien, Unruhe, Schlafstörungen
- o Rückschritte in der Entwicklung (z. B. Kind verlangt wieder das Fläschchen, Schnuller...)

#### **Bedürfnisse:**

- o Körperliche Nähe und Geborgenheit
- o verlässliche Routine

### **3-5 Jahre (Vorschulalter)**

#### **Verständnis:**

- o Tod wird als vorübergehend und umkehrbar wahrgenommen
- o magisches Denken (Sie glauben z.B., sie könnten den Tod verursacht haben)

#### **Reaktionen:**

- o Fragen, warum die Person nicht zurückkommt
- o Spielverhalten, das den Tod nachahmt
- o Wut, Schuldgefühle, Angst

#### **Bedürfnisse:**

- o einfache, ehrliche Erklärungen (z. B. „Der Körper funktioniert nicht mehr“, „Das Herz schlägt nicht mehr“)
- o Stabilität und Routine
- o ermutigen, Gefühle auszudrücken



# ÜBERBLICK



## 6-9 Jahre (Grundschulalter)

### Verständnis:

- o Tod wird zunehmend als endgültig erkannt, aber oft noch nicht universell verstanden (denken, es passiert nur anderen)

### Reaktionen:

- o Rückzug oder auffälliges Verhalten
- o Fragen zu körperlichen Details des Todes
- o Angst vor dem Verlust anderer Bezugspersonen

### Bedürfnisse:

- o Gespräche auf Augenhöhe über Tod und Trauer
- o Offenheit für Fragen und ehrliche Antworten
- o Rituale (z. B. Beerdigung, Gedenken)

## 10-12 Jahre (Präpubertät)

### Verständnis:

- o volles Verständnis von Endgültigkeit und Universalität des Todes

- o Beschäftigung mit philosophischen Fragen („Was passiert nach dem Tod?“)

### Reaktionen:

- o Angst, Ohnmacht, Trauer
- o Wut oder Schuldgefühle
- o Vermeidung von Gesprächen oder extrovertierte Trauer

### Bedürfnisse:

- o Raum für Gespräche und Schweigen
- o Unterstützung bei komplexen Gefühlen
- o Aktivitäten, die Sicherheit geben

## 13-18 Jahre (Jugendalter)

### Verständnis:

- o Tiefes Verständnis von Tod und dessen emotionaler Bedeutung
- o Reflexion über Sinn des Lebens und die eigene Sterblichkeit.

### Reaktionen:

- o Intensive, oft widersprüchliche Emotionen
- o Rückzug, Wut, rebellisches Verhalten
- o Suche nach Unterstützung bei Gleichaltrigen statt Familie.

### Bedürfnisse:

- o Anerkennung ihrer Trauer und Autonomie.
- o Zugang zu vertrauensvollen Gesprächspartnern (z. B. Psychologen)
- o Möglichkeiten, Gefühle kreativ auszudrücken (z. B. Schreiben, Musik)



## 12 Tipps für den Umgang mit trauernden Jugendlichen

### 1. Trauer und Ausdrucksformen akzeptieren:

Erkennen Sie an, dass Jugendliche ihre Trauer auf unterschiedliche Weise zeigen können – durch Schweigen, Wut, Rückzug oder Kreativität. Es gibt keine "richtige" oder "falsche" Art zu trauern.

### 2. Gesprächsbereitschaft anbieten, ohne zu drängen:

Lassen Sie die Jugendlichen wissen, dass Sie für sie da sind, wann immer sie reden möchten. Respektieren Sie es aber, wenn sie nicht sofort darüber sprechen wollen.

### 3. Mit praktischen Informationen unterstützen:

Erklären Sie ehrlich und klar die Umstände des Verlustes. Unklare oder verschwiegene Informationen können Trauer erschweren.

### 4. Geduldig und einfühlsam sein:

Jugendliche brauchen Zeit, um mit Verlust umzugehen. Zeigen Sie Verständnis und Geduld, auch wenn ihr Verhalten herausfordernd sein kann.

### 5. Zu kreativen Ausdrucksformen ermutigen:

Sie können Wege eröffnen, die es Jugendlichen ermöglichen, ihre Gefühle auszudrücken, z. B. durch Schreiben, Malen, Musik oder sportliche Aktivitäten.

### 6. Für Routine und Normalität sorgen:

Ein stabiler Alltag gibt Jugendlichen Halt. Helfen Sie ihnen, den schulischen oder sozialen Verpflichtungen nachzugehen, ohne sie dabei zu überfordern.

### 7. Schule und Umfeld informieren:

Lehrkräfte, Ausbildungsbetriebe oder Praktikumsstellen sollten über die Situation informiert sein, um Verständnis für mögliche Leistungseinbrüche aufzubringen.

### 8. Erinnerungsrituale schaffen:

Unterstützen Sie die Jugendlichen dabei, Erinnerungsstücke oder Rituale zu schaffen, wie das Schreiben eines Briefes an die verstorbene Person oder das Besuchen eines besonderen Ortes (z. B. das Grab, der Lieblingsort, ein Ort mit großer Verbundenheit...).

### 9. Hilfe von außen holen, wenn es nötig ist:

Manchmal fühlen sich Jugendliche bei einer neutralen Person wohler. Trauerbegleiter\*innen oder Psychotherapeut\*innen können professionelle Unterstützung bieten.

### 10. Warnsignale beobachten:

Wenn sich Jugendliche völlig zurückziehen, selbstverletzendes Verhalten zeigen oder über längere Zeit hinweg anhaltend depressiv wirken, ist es wichtig, professionelle Hilfe zuzuziehen.

### 11. Suizidgedanken ernst nehmen:

In der Trauer können Jugendliche den Tod als sinnlos empfinden und auch ihr eigenes Leben infrage stellen. Bleiben solche Gedanken bestehen oder machen sie dem Jugendlichen Angst, sollte psychologische Unterstützung gesucht werden.

### 12. Vorbild sein im Umgang mit Trauer:

Zeigen Sie, dass es in Ordnung ist, traurig zu sein, zu weinen oder Gefühle zu teilen. Jugendliche lernen auch durch das Verhalten Erwachsener, wie man mit Verlusten umgehen kann.

## Wenn Jugendliche trauern. Abschied ~~will~~ muss gelernt sein.

### **Trauer: Schmerzhaft, aber notwendig.**

Der Verlust eines geliebten Menschen ist ein tiefgreifendes, schmerzliches Erlebnis, das verarbeitet werden muss. Trauer ist dabei ein unverzichtbarer Prozess. Sie erlaubt es uns, den Verlust in unser Leben zu integrieren und irgendwann wieder Platz für Freude und positive Erlebnisse zu schaffen. Aber aus dem Wunsch heraus, Kinder und Jugendliche vor Leid zu bewahren, versuchen viele Erwachsene, sie vor den Erfahrungen von Tod und Trauer abzuschirmen. So gut diese Absicht gemeint ist, es führt dazu, dass der Tod tabuisiert wird. Dabei ist er ein natürlicher Bestandteil des Lebens. Kinder sowie Jugendliche brauchen die Möglichkeit, ihre Trauer zu erleben – mit entsprechender Unterstützung. Kinder, die Schmerz und Verlust erleben und dabei trauern dürfen, gehen häufig gestärkt aus dieser schwierigen Zeit hervor. Es ist also besser für sie, Trauer zu erfahren und zu erleben, als davor abgeschirmt zu werden.

### **Jugendliche trauern anders als Erwachsene.**

Die Pubertät bedeutet intensive Veränderungen: Neben körperlichen Entwicklungen markiert sie den Beginn eines Prozesses, in dem Jugendliche eigenständiger werden und ihre Identität formen. Während sich junge Menschen schrittweise von der elterlichen Obhut lösen, erleben sie oft ein emotionales Auf und Ab: Mal reagieren sie mit Ablehnung, mal suchen sie Nähe und Geborgenheit. Wenn inmitten dieses emotionalen Chaos ein nahestehender Mensch stirbt, wird die Trauer der Jugendlichen zusätzlich von den ohnehin schwer vorhersehbaren Reaktionen ihres Entwicklungsstadiums geprägt. Trauerbegleiter\*innen sind sich da einig, dass es kein universelles Regelwerk für den Umgang mit Trauer bei Jugendlichen gibt. Wie Jugendliche ihre Trauer ausdrücken, hängt stark von ihrer Persönlichkeit, ihrem Temperament, dem Ereignis, das den Tod verursacht hat und ihrer Beziehung zur verstorbenen Person ab. Trauer ist total individuell!

### **Unterschiedliche Trauerreaktionen.**

Jugendliche können auf einen Verlust extrem unterschiedlich reagieren. Einige ziehen sich zurück und schweigen. Andere werden wütend oder suchen den Dialog. Oder sie isolieren sich, ertränken ihre Trauer in Alkohol oder finden mit lauter Musik einen Weg, mit ihren Gefühlen umzugehen. Wichtig ist, dass sie geduldige Menschen an ihrer Seite haben, die zuhören, Unterstützung anbieten und Interesse an ihrem Alltag zeigen.

### **Reden über Trauer und Gefühle.**

Eltern und andere Bezugspersonen sollten Teenagern signalisieren, dass sie offen für Gespräche sind – oder alternative Gesprächspartner vorschlagen (z.B. Beratungsstellen, Jugendtreffs, Sozialarbeiter\*innen, Schulpsycholog\*innen...). Oft nehmen Jugendliche solche Angebote jedoch nicht direkt an, da sie gerade in der Pubertät zögern, emotionale Themen zu teilen. Oft sprechen sie lieber mit Gleichaltrigen, doch auch das fällt vielen schwer. Eltern haben häufig den Drang, Hilfe zu organisieren und selbst ein Vorgespräch bei Trauerbegleiter\*innen oder Beratungsstellen wahrzunehmen und dann die Jugendlichen hinzu-drängen. Das Ergebnis: „Ich bin nicht freiwillig hier. Ich mach das nur für meine Eltern! Eigentlich weiß ich gar nicht, was ich hier soll.“ Liebe Eltern: Lassen Sie sich nicht entmutigen, mancher Jugendlicher ist trotzdem in der Trauerbegleitung geblieben und hat heilsame Gespräche führen können.

### **Trauer braucht Zeit.**

Den Nachwuchs zu einem Gespräch bewegen können... Sofort? Fehlannonce! Geduld ist dabei entscheidend, denn Jugendliche brauchen Monate, manchmal sogar Jahre, um ihre Trauer vollständig zu verarbeiten oder um offen über Gefühle zu sprechen. Es kann hilfreich sein, wenn eine neutrale erwachsene Bezugsperson regelmäßig Kontakt hält, um Jugendlichen die Möglichkeit zu geben, Unterstützung anzunehmen – oder sie ohne Druck abzulehnen.

Quelle u.a.: 5. November 2021, Julia Schröder  
[www.revierkind.de/wenn-jugendliche-trauern/](http://www.revierkind.de/wenn-jugendliche-trauern/)

# Da dreht sich was!

## Unser Treffen an der Höltingmühle.

Beim diesjährigen Frühjahrsempfang durften wir gemeinsam mit vielen Ehrenamtlichen unseres Vereins die Zeit bei einem wunderbar vorbereiteten Frühstück im Landhaus Eppe genießen.

Der Frühjahrsempfang, inzwischen schon eine schöne Tradition, stand auch in diesem Jahr wieder ganz im Zeichen des Zusammenseins aller am Verein Beteiligten: Vorstand, Verwaltung, Koordination und Ehrenamt - eben alle jene, die sich in unserer Hospiz-Hilfe Meppen einbringen.

Beim Zusammensein wurde wieder gegessen, gelacht, gesprochen, man lernte sich näher kennen und wächst dadurch zusammen. Dabei war auch wieder unsere fleißige Handarbeitsgruppe, die Selbstgemachtes zum Verkauf anbot.

Schön ist es, zusammenzukommen und mit „alten“ und „neuen“ Ehrenamtlichen Zeit zu verbringen. Schön, dass ihr alle ein Teil des Vereins seid, uns mit euren Qualitäten bereichert und euch so vielfältig engagiert. Ein großes Dankeschön!



## Über die Kooperation mit Löwenherz e.V.



### 1. Was machen Sie da eigentlich?

Am Anfang steht oft diese Frage: „Was machen Sie nun mit meinem Mann?“ Die Antwort ist oft: „Ich schenke Zeit.“ Zuhören, miteinander sprechen und auch miteinander schweigen. Über Dinge reden, die man nicht mit der Familie besprechen kann, weil sie zu sehr weh tun könnten. Angst und Schmerzen rauslassen. Was man sonst nicht zeigt, was nicht mit IBU bekämpft werden kann. Aber auch spazieren gehen, Eis essen, angeln, Fußball gucken und „noch einmal Ebbe und Flut sehen“ gehören dazu, wenn die Menschen diesen Wunsch äußern. Hospizbegleiter\*innen bringen viel Menschlichkeit, Nähe und Ruhe mit. Sie stehen an der Seite, haben alle im Blick, halten schwere Zeiten mit den Betroffenen aus und sind da - bis zum letzten Atemzug... Hospizbegleiter\*innen können den Tod nicht aufhalten und das Leben um keine Minute verlängern, aber die Zeit bis dahin mit den Menschen teilen, sie stärken und vorbereiten.

### 2. Wollen Sie das auch machen?

Dann lassen Sie sich als HospizbegleiterIn ausbilden. Ganz einfach:

- Ein Kennenlerngespräch bei Kaffee und Keks.
- Es folgen dann 7 Module an 7 Wochenenden im Ludwig-Windthorst-Haus in Lingen. Über 6 Monate verteilt. Jeweils freitags von 14-18 Uhr und samstags von 9-16 Uhr.

Einige Themen sind: meine eigene Trauer, Aspekte des Sterbens, palliative Medizin und Pflege, Kommunikation, Selbstfürsorge, Spiritualität usw.

### 3. Wenn das was für Sie ist:

info@hospiz-meppen.de, T. 05931-845680

Wir freuen uns über viele neue Mit-Macher\*!

# AKTUELLE THEMEN

## Selbst. Bestimmt. Gehen. Über unsere Veranstaltung in Zusammenarbeit mit KiM.

Beim Expertenforum informierten wir über ethische, juristische, theologische und psychologische Fragen zur Sterbehilfe und boten viel Raum für Diskussionen. Die Gründe für und gegen die Sterbehilfe werden derzeit in Medien und Gesellschaft intensiv aus juristischer, medizinischer und ethischer Sicht diskutiert, ergänzt durch psychologische und theologische Perspektiven. Trotz der hohen Relevanz und öffentlichen Aufmerksamkeit fehlt es jedoch noch immer an einer politisch tragfähigen Lösung, die sowohl rechtliche als auch ethische Klarheit bietet und Betroffenen, Juristen, Ärzten und Angehörigen Orientierung ermöglicht. Die zuletzt 2023 im Bundestag eingebrachten Vorschläge zur Neuregelung der Suizidbeihilfe fanden keine Mehrheit.

Um Orientierung in diesem komplexen Themenfeld zu schaffen, luden die Hospiz-Hilfe Meppen und KiM (Kirche in Meppen) zur Veranstaltung ein. Zahlreiche Interessierte versammelten sich im Gemeindehaus der Propsteikirche St. Vitus in Meppen. Kathrin Schnieders, Vorsitzende der Hospiz-Hilfe, betonte zu Beginn, dass viele Aspekte berücksichtigt werden müssten: „Wir möchten hier einen Rahmen schaffen, um Fragen zu klären, Ideen auszutauschen und Diskussionen im respektvollen Miteinander zu ermöglichen“. Die Organisatoren hatten vier Experten eingeladen, die das Thema aus ihren Fachgebieten beleuchteten. Markus Wellmann, Ethiker und Theologe, der auch die anschließenden Diskussionen moderierte, stellte zunächst die Referenten vor. Die juristische Perspektive erläuterte Rechtsanwalt Erwin Köhler aus Meppen. Dr. Martin Splett beleuchtete die theologischen Aspekte. Dr. Christoph Hutter brachte psychologische Sichtweisen ein. Sandra Finke berichtete als Palliativmedizinerin über die Möglichkeiten der Palliativmedizin und den Umgang mit Sterbehilfe aus ärztlicher Sicht.

Wellmann eröffnete die Veranstaltung mit einem Zitat des ehemaligen Arztes und Autors Philip Nitschke: „Das Leben ist ein Geschenk. Aber ein Geschenk, das man nicht mehr zurückgeben kann, ist eine Bürde.“ Nitschke gründete die Sterbehilfe-Organisation Exit International und entwickelte die sogenannte „Sarco-Kapsel“, die Sterbewilligen ermöglicht, sich mittels Stickstoff das Leben zu nehmen. Laut Wellmann seien Nitschkes Positionen und Erfindung jedoch umstritten, ebenso wie die ethischen Standpunkte zur Sterbehilfe. Diese Vielfalt an Positionen und Ansätzen sollte im Verlauf der Veranstaltung erörtert werden. Rechtsanwalt Erwin Köhler machte deutlich, dass jeder Mensch das Recht habe, mit seinen Bedürfnissen ernst genommen zu werden – ein Grundrecht, das sich bereits



aus dem ersten Artikel des Grundgesetzes ableite. Er erläuterte, dass in Deutschland, anders als in den Niederlanden oder Belgien, keine Regelungen zur Selbsttötung existieren. „Eine rechtssichere Regelung gibt es daher bis heute nicht“, so Köhler. Martin Splett erklärte aus theologischer Perspektive, dass das Leben als Geschenk Gottes heilig sei. Es gehe nicht allein um das Überleben, sondern darum, das Leben als Aufgabe und Gabe anzusehen. Als Beispiel nannte er die Selbstaufgabe für Gott, wie sie Märtyrer vollziehen. Splett beschrieb die historische Haltung der Kirche gegenüber Suizidenten als ein dunkles Kapitel und kritisierte frühere Entscheidungen, bei denen Suizidenten außerhalb der Friedhofsmauern beerdigt wurden. „Die Kirche ist hier heute viel weiter“, so Splett. Er betonte die Wichtigkeit, Entscheidungen anderer zu respektieren, doch für Christen sei die Suizidassistenz problematisch. „Hinter einem Sterbewunsch steckt oft mehr als nur die Angst vor dem Tod oder Leiden, häufig sind es Einsamkeit oder Fragen zur Gestaltung des letzten Lebensabschnitts“, sagte Splett und ergänzte: „Gott gibt niemanden verloren, und das sollten auch wir nicht tun.“ Christoph Hutter stellte in seinem Vortrag die Begriffe „Freiheit“, „Zwang“ und „Beziehung“ gegenüber. „Niemand hält uns am Leben“, sagte Hutter. Für den Philosophen Albert Camus sei der Suizid sogar ein Garant für die menschliche Freiheit, erklärte Hutter. Ein freundlicher Blick auf das Thema sei notwendig, um sich damit auseinandersetzen zu können. Der Begriff „Zwang“ jedoch zeige die Komplexität der Freiheitsthematik auf. Laut Hutter zeigten Studien, dass bis zu 95% aller Suizide aus einer Ausnahmesituation aufgrund einer psychischen Erkrankung heraus begangen würden. „Wie kann man dann von Freiheit sprechen?“, fragte Hutter und empfahl einen kritischen Blick auf die Freiheitsdebatte. Familien und Angehörige von Suizidenten seien oft traumatisiert, „Familien vergessen so etwas nicht“, erklärte der Psychologe.

Artikel von Heinrich Schepers.  
Mit freundlicher Genehmigung des EL-Kurier/NOZ.



Die Organisatoren und Experten der Veranstaltung (v.l.): Simone Paura, Stephan Wendt, Schwester Ulrike, Kathrin Schnieders, Sandra Finke, Erwin Köhler, Markus Wellmann, Martin Splett und Christoph Hutter.





Ingrid Meyer



Monika Müller

## Zwischen Bagger, Eis und Alltagsthemen. Ein Erfahrungsbericht aus der Familienhospizbegleitung.

So verschieden ihr beruflicher und hospizlicher Werdegang ist, so nah stehen sie sich heute in ihrem Ehrenamt.

Irmgard Meyer und Monika Müller sind Kinder-, Jugend- und Familienhospizbegleiterinnen.

So mancher hat sie schon angesprochen und gefragt, wie man es nur jeden Tag aushalten kann, mit sterbenden Kindern zu tun zu haben. Mit diesem Vorbehalt wollen die beiden Begleiterinnen aufräumen. „Natürlich ist das Thema Tod gerade bei Kindern angstbehaftet. Doch es geht nicht jeden Tag ums Sterben! Man kann sich nicht vorstellen, wie viel Leben in den Tagen bis dahin steckt; wie viel die Familien gemeinsam erleben, spielen, lachen und den Alltag miteinander gestalten.“ Darin ein zusätzliches Angebot für Abwechslung und Entlastung zu sein, ist das Ziel von Kinder-, Jugend- und Familienhospizbegleitung.

Die Begleitung ist vielfältiger und lebendiger als man denkt: Manchmal braucht es einfach nur ein Ohr für ein Gespräch oder Zeit für einen Kaffee mit den Eltern. Es kann ein spontaner Schwimmausflug ins Hallenbad sein oder der lang gehegte Wunsch des Geschwisterkindes, mal einen Bagger zu fahren.

„Wir versuchen, ein wenig Normalität mitzubringen, nichts überzustülpen und stets die Offenheit zu wahren, dass man mit uns über alles sprechen kann. Auch über das, was man in der Familie lieber nicht sagen möchte.“

Neben den Begleitungen zu Hause werden Monika und Irmgard auch in Akutsituationen im ZeitRaum im Ludmillerstift angefragt. „Ich werde nie den Tag vergessen, als ich eine werdende Mutter während der Geburt begleitet habe. Ihr Kind lebte noch, als es auf die Welt kam. Doch es war klar, es würde sterben. In der Geburt und im Sterbeprozess zu begleiten, war für mich das Emotionalste, was ich erlebt habe und berührt mich noch heute.“, beschreibt Irmgard.

Monika fügt hinzu: „Natürlich werden wir von den unterschiedlichen Begleitungssituationen berührt, aber das Gefühl, einen Beitrag leisten zu können, darin unterstützen zu können, dass Familien in schweren Situationen ihr Leben meistern können, hat mich immer wieder zur Fortsetzung der Hospizarbeit in Familien bestärkt.“

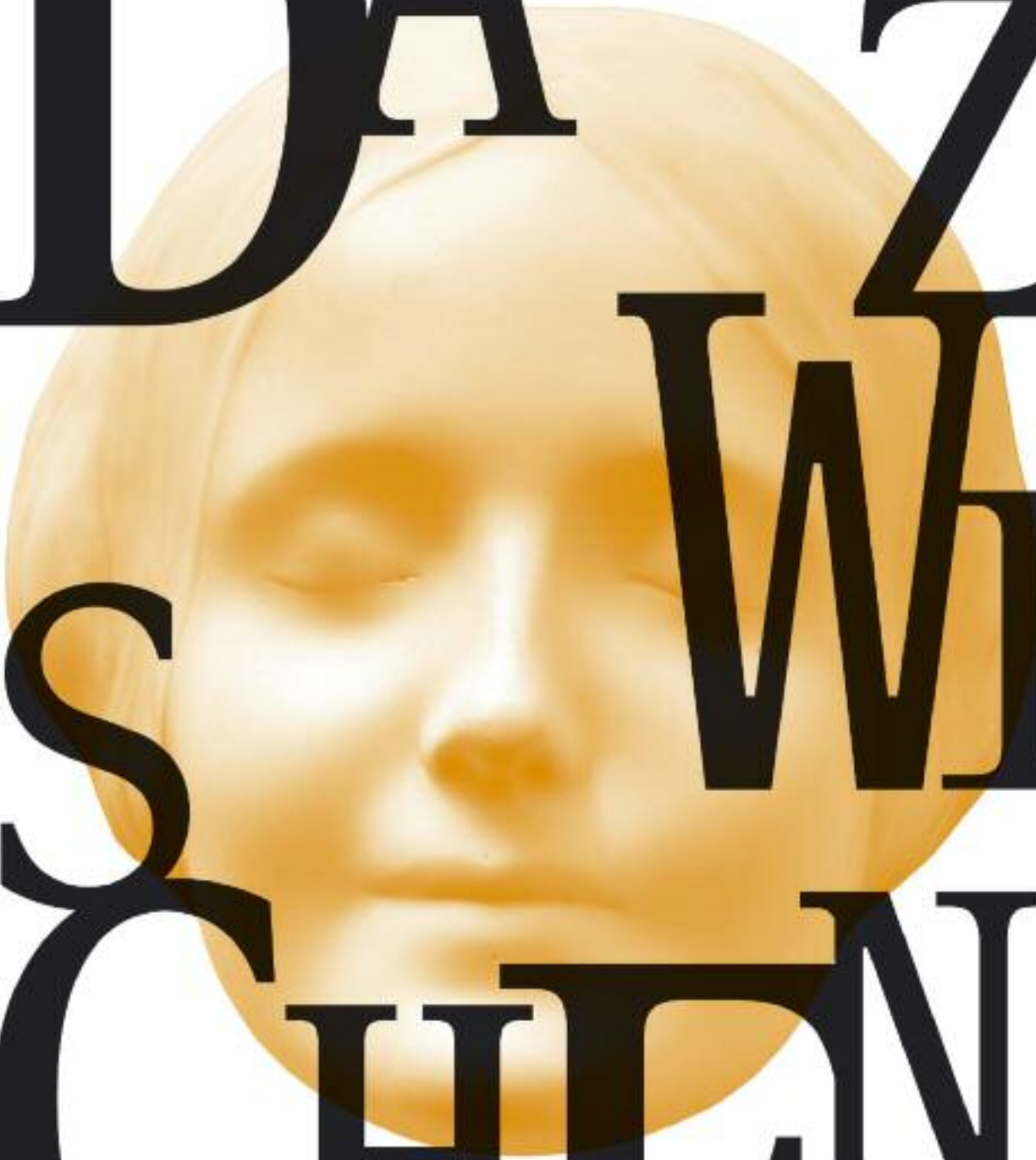
Danke Irmgard und Monika, für euer so wichtiges und wunderbares Ehrenamt!

**Einfach diesen QR-Code anklicken und schon...**

sehen Sie unseren kleinen informativen Film über unsere Arbeit als Kinder-, Jugend- und Familienhospizbegleiterinnen. Oder Sie gehen direkt auf Instagram: [hospiz\\_hilfe\\_meppen](#)



Museum für  
Sepulkralkultur



# DA S W CHEN LE 1.0

Du, das Leben  
und die Endlichkeit



## Über eine ungewöhnliche Ausstellung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Das Museum für Sepulkralkultur in Kassel widmet sich seit über 30 Jahren den Themen Sterben, Tod, Bestatten, Trauern und Gedenken. Ab 2026 wird es temporär geschlossen, umgebaut und saniert. Das Ziel: eine neue Dauerausstellung. In dieser Zwischenzeit bis zur Neueröffnung lenkt das Museum mit der „Dazwischen-Ausstellung“ den Blick auf aktuelle Entwicklungen, Inhalte und Fragen – und bindet dafür die Besuchenden aktiv ein. Inspiriert von Exponaten aus der Bildenden und Angewandten Kunst sowie kulturhistorischen Objekten können sie ihre Wünsche für das Museum für Sepulkralkultur der Zukunft mitteilen, ihre Perspektiven auf die Endlichkeit und den Umgang damit verewigen und ihren Gefühlen kreativ Ausdruck verleihen. Die „Dazwischen-Ausstellung“ wird begleitet von Vorträgen, Diskussionen, Lesungen und künstlerischen Interventionen – für Kinder wie für Erwachsene.

So wird es viele Antworten geben auf die Frage „Wie zeigst du deine Trauer?“. Auch die Idee, aus Lego-Steinen Grabmale zu bauen, komme gut an. „Hier sind kreative Bauten entstanden – ein spielerischer Zugang, der zugleich die Beschäftigung mit Sterben und Tod auf niedrigschwellige Weise ermöglicht“, so Museumsleiter Pörschmann weiter.

Darüber gibt es eine neue künstlerische Intervention: Das Projekt Memento Mori 4.0 des Fotografen Andreas Teichmann wird gezeigt. Er hat 16 junge Bestatter\*innen mit Fotografien und Videoclips porträtiert. Ergänzend dazu kamen im Schaudepot im Erdgeschoss Utensilien aus dem Sammlungsbestand hinzu, die Bestatter\*innen im Alltag nutzen: Schaufeln, Urnen, Särge, aber auch Friedhofsordnungen. So ist das Schaudepot auch weiterhin als Ergänzung zu sehen zu den Themeninseln. Der Bereich ‚Körper‘, in dem weiterhin Trauerkleidung zu sehen ist, wurde in dieser Ausstellung ergänzt.



Mitmachbereich: Welche Musik zum Abschied?

## Das Museum für Sepulkralkultur in Kassel

besteht als Kultureinrichtung von bundesweiter Bedeutung seit 1992. Als weltweit einzige, ausschließlich kulturellen und wissenschaftlichen Maßstäben verpflichtete Institution befasst es sich mit dem Tod in all seinen Facetten.

Der Begriff „Sepulkralkultur“ leitet sich vom lateinischen „sepulcrum“ ab und bedeutet Grab, Grabstätte. Er umfasst alle Erscheinungsformen, die sich im Zusammenhang mit Sterben, Tod, Bestatten, Trauern und Gedenken entwickelt haben: Bestattungs- und Trauerriten und -bräuche, aber auch künstlerische Sichtweisen auf Sterben und Tod. Sterben, Bestatten, Trauern und Gedenken unterliegen seit zwei Jahrzehnten starken Veränderungen in der Praxis und ihrer öffentlichen Wahrnehmung. Um diese Prozesse zu erforschen, zu kontextualisieren und zu vermitteln, bietet das Museum besondere Möglichkeiten.

MUSEUM FÜR SEPULKRALKULTUR  
WEINBERGSTRASSE 25-27 | 34117 KASSEL  
www.sepulkralmuseum.de | T. +49 (0)561 91893 15





Carolin Mops

## Kinder auf der Beerdigung. So kann es gelingen.

Von Carolin Moß,  
Trauerbegleiterin,  
Notfallseelsorgerin,  
Beerdigungsleiterin  
in der Kirche.

Wenn ein naher Freund oder ein Familienmitglied stirbt, dann stehen Eltern vor der Frage, ob das Kind sie zur Beerdigung begleiten soll. Auf der einen Seite wollen alle Eltern ihre Kinder vor belastenden Situationen schützen und auf der anderen Seite wollen sie dem eigenen Kind ebenfalls die Möglichkeit geben, sich zu verabschieden.

Meine Erfahrung zeigt, dass Kinder mit guter Vorbereitung und Begleitung in jedem Alter an einer Beerdigung teilnehmen können, ohne einen seelischen Schaden zu erleiden. Im Gegenteil: Es kann Kindern sehr helfen, wenn sie sich vom Verstorbenen verabschieden können und die Beerdigung miterleben statt nur davon berichtet zu bekommen.

Es gibt aber ein paar „Gebote“, die in jedem Fall beachtet werden sollten. Ein Kind, das nicht an einer Beerdigung teilnehmen möchte, sollte nicht gezwungen werden. Genauso sollten Kinder aber auch nicht zum Fernbleiben gezwungen werden, wenn sie den Wunsch der Teilnahme äußern. Kinder können im Rahmen ihrer Möglichkeiten in die Entscheidung einbezogen werden. Es empfiehlt sich, im Vorfeld mit dem Kind zu besprechen, was es erwartet. Im besten Fall sind die Themen Tod und Beerdigung bereits – ohne persönlichen Bezug – mit dem Kind besprochen worden und das Kind hatte die Möglichkeit, Fragen zu stellen.

Es gibt eine Vielzahl an Kinderbüchern, die den Ablauf einer Beerdigung beschreiben. Die Leitung des Trauergottesdienstes, der Trauerredner, das Bestattungsinstitut, Büchereien und natürlich die Hospizhilfen sind da gerne behilflich.

Wenn Kinder an der Beerdigung teilnehmen, ist es wichtig, dass sie ernst genommen werden und einen Platz in der Trauerfeier finden. Aus meiner Erfahrung im Bestattungsdienst (so heißt die kirchliche Beauftragung für haupt- und ehrenamtliche Leitungen von Beerdigungen) kann ich sagen: Es gibt zahlreiche Möglichkeiten, Kinder in eine Beerdigung einzubeziehen.



Im Vorfeld können Kinder z. B. im Trauergespräch ihre eigenen Erinnerungen an den Verstorbenen teilen. Was haben sie mit dem Verstorbenen erlebt? Woran erinnern sie sich? Die Sicht der Kinder ist auch für die Trauergemeinde eine spannende Perspektive.


Darüber hinaus sind verschiedene kreative Angebote denkbar. Kinder können beispielsweise eine (Grab-) Kerze gestalten, die bei der Trauerfeier vor der Urne/dem Sarg steht und später als Gedenkerze mit nach Hause genommen werden kann. Kinder, die gerne malen, können dem Verstorbenen ein Bild malen und dieses mit ins Grab geben. Sowohl die Kerze als auch das Bild können in einer Ansprache thematisiert werden. So finden sich die Kinder auch dort wieder.

Während der Trauerfeier können Kinder ebenfalls einbezogen werden, indem sie Kerzen entzünden, Erinnerungsstücke nach vorne bringen, oder Ministrant\*innendienste übernehmen. Je nach Alter und Wunsch der Kinder können sie auch einzelne Texte wie beispielsweise Fürbitten vorlesen. Ihnen fällt das oft sogar leichter als ihren Eltern.

In jedem Fall ist wichtig, dass es einen Plan B gibt. Dieser sollte vorher mit allen Beteiligten besprochen sein. Das gibt Sicherheit. Die Eltern sind oft mit ihrer eigenen Trauer beschäftigt und sind froh, wenn eine Bezugsperson für das Kind da sein kann. Diese Person ist nur für das Kind da und kann jederzeit mit dem Kind gemeinsam rausgehen oder für Ablenkung sorgen. Es spricht auch nichts gegen einen Mal-/Büchertisch für Kinder, an den sie sich zurückziehen können. Denn seien wir mal ehrlich: So eine Trauerfeier kann für Kinder mitunter langweilig werden.

Wir dürfen bei allen Überlegungen nicht vergessen, dass Kinder sehr neugierig sind und aus kindlichem Interesse auf die Beerdigung schauen. Ein ruhiger und offener Umgang hilft ihnen, einen eigenen Umgang mit Tod und Trauer zu finden.



A close-up, profile view of a man's face, focusing on his forehead, closed eyes, and nose. He has light brown hair and numerous freckles. The background is a soft, out-of-focus outdoor setting.

Wer einen Fluss  
überquert, muss  
die eine Seite  
verlassen.

*Mahatma Gandhi*

**Gut zu lesen, gut zu wissen,  
gut gemacht. Klick.**





**Reinhard Mey,  
Drachenblut**

In diesem wunderbaren Lied verarbeitet Reinhard Mey den Tod seines Sohnes Max, der mit 27 nach 5 Jahren Wachkoma an einer verschleppten Lungenentzündung starb.  
[www.youtube.com/watch?v=u2ZkzgbigYE](http://www.youtube.com/watch?v=u2ZkzgbigYE)

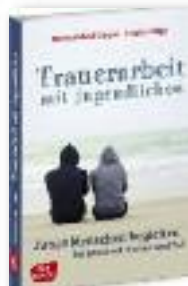
**Prof. Dr. Gernot Brauchle,  
Hall in Tirol:  
Wie man mit Kindern über  
den Tod spricht**

Eine gute Ausarbeitung zum Umgang mit Kindern und Jugendlichen zum Thema Tod. Im Video enthalten eine 8 min. Diskussion. Vorsitz: PD Dr. Thomas Möslers, Dr. Sandra Poppek  
[www.youtube.com/watch?v=6Avsoe6VeLE&t=54s](http://www.youtube.com/watch?v=6Avsoe6VeLE&t=54s)



**Eugen Drewermann:  
Tod und Auferstehung  
im Märchen**

Veröffentlicht am 10. Nov. 1991 in der Reihe Tele-Akademie, Südwestfunk Baden-Baden.  
[www.youtube.com/watch?v=Xh6kf9HktEc](http://www.youtube.com/watch?v=Xh6kf9HktEc)



**Beate Alefeld-Gerges,  
Stephan Sigg  
Trauerarbeit mit  
Jugendlichen: Junge  
Menschen begleiten**

In ihrem Handbuch beschreiben die Autoren, wie sich Trauer bei jungen Menschen in der Pubertät äußert, welche psychischen und körperlichen Reaktionen auftreten und wie Trauer und Trauma voneinander abzugrenzen sind.

Thematisiert werden die Bedeutung von Ritualen, die Grundhaltung gegenüber dem Trauernden und welche Rechte trauernde Jugendliche haben. Im umfangreichen Praxisteil finden sich vielfältige Gesprächseröffnungen, Impulstexte, tröstende Rituale, Übungen sowie Anregungen zur Arbeit mit Musikvideoclips und anderen neuen Medien. Unterstützungsangebote im Fall von Suizid komplettieren das Handbuch. Taschenbuch **20 €**



**Ayse Bosse  
Einfach so weg: Dein  
Buch zum Abschied-  
nehmen, Loslassen  
und Festhalten.**

Jeder darf traurig sein. Viele erleben einen Verlust und werden konfrontiert mit intensivsten Gefühlen von Leere, Angst, Vermissen, Einsamkeit und Wut. Viele haben niemanden, um dies zu teilen.

Dieses Buch wurde extra mit Jugendlichen für Jugendliche konzipiert. Mit Kurzgeschichten, Liedtexten, Gedichten, Comics, Kreativ-Seiten und viel Platz für eigene Gedanken.

Mit einem extra dafür geschriebenen Song von BOSSE, Prinz Pi und Stefanie Kloß (Silbermond) zum Download im Buch.

Ayse Bosse arbeitet als Autorin und Trauerbegleiterin. Ihre Bücher für Kinder und Jugendliche (»Weil du mir so fehlst«) wurden viel beachtete, große Erfolge.

**Gebundenes Buch 15 €**



**Melanie Garantin  
Was bleibt, ist Licht:  
Ein Trostbuch**

Nach dem Tod ihres kleinen Sohnes findet Melanie Garantin ihren ganz eigenen Weg, um mit ihrer Trauer, Wut und Verzweiflung umzugehen: Sie beginnt, die sogenannten „Kerzentiere“ zu zeichnen.

Diese Tiere haben eines gemeinsam: Sie alle tragen eine Kerze. Eine Auswahl ist in diesem Buch versammelt, das mit wenigen Worten, aber umso berührenderen Bildern Licht ins Dunkel bringt und gleichzeitig Raum lässt für die eigene Trauer. Ein magisch-poetisches Trauerbuch, das nichts beschönigt und dennoch Trost und Mut spendet.

**Gebundenes Buch 15 €**







*Dieses Bild hat Lia-Sophie (10 Jahre)  
nach dem Tod ihrer Oma gemalt.*





# Lass jetzt los

Der Schnee glänzt weiß auf dem Bergen heut' Nacht  
Keine Spuren sind zu sehen  
Ein einsames Königreich  
Und ich bin die Königin  
Der Wind, er heult so wie der Sturm ganz tief in mir  
Mich zu kontrollieren, ich hab' es versucht  
Lass sie nicht rein! Lass sie nicht sehen  
Wie du bist, nein! Das darf niemals geschehen  
Du darfst nichts fühlen, zeig ihnen nicht  
Dein wahres ich!

Ich lass' los, lass' jetzt los  
Die Kraft, sie ist grenzenlos  
Ich lass' los, lass' jetzt los  
Und ich schlag' die Türen zu

Es ist Zeit, nun bin ich bereit!  
Und ein Sturm zieht auf  
Die Kälte, sie ist nun ein Teil von mir

Es ist schon eigenartig, wie klein jetzt alles scheint  
Und die Ängste, die in mir waren  
Kommen nicht mehr an mich ran  
Was ich wohl alles machen kann  
Die Kraft in mir treibt mich voran  
Was hinter mir liegt ist vorbei, endlich frei!

Hier bin ich, und bleibe hier!  
Und ein Sturm zieht auf

Ich spüre diese Kraft, sie ist ein Teil von mir  
Sie fließt in meine Seele und in all die Schönheit hier  
Nur ein Gedanke und die Welt wird ganz aus Eis  
Ich geh' nie mehr zurück, das ist Vergangenheit!

Ich bin frei, endlich frei  
Und ich fühl' mich wie neu geboren  
Ich bin frei, endlich frei  
Was war, ist jetzt vorbei  
Hier bin ich, in dem hellen Licht  
Und ein Sturm zieht auf

Die Kälte sie ist nun ein Teil von mir

**Willemijn Verkaik -  
Lass jetzt los**  
(aus "Die Eiskönigin -  
Völlig Unverfroren")

Songwriter:  
Kristen Jane Anderson  
Robert Joseph Lopez  
Tommy Amper  
Songtext: © Universal  
Music Publishing  
Group



# zde

DAS MAGAZIN der  
HospizHILFEMEPPEN.



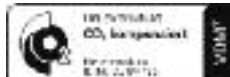
DE13 2666 0060 0145 2002 00

Hospiz-Hilfe Meppen e.V.  
Ludmillenstraße 4-6  
49716 Meppen  
05931- 84 56 80  
info@hospiz-meppen.de



**Büro offen:**  
Montag,  
Mittwoch,  
Donnerstag  
10-13 Uhr  
und nach  
Vereinbarung

Danke für die Unterstützung:



 **25**  
**HOSPIZHILFEMEPPEN**  
Gemeinsam gehen. Seit 2000.

## Fragen, Anregungen, Mitmachen:

Kathrin Schnieders  
schnieders@hospiz-meppen.de



Tim Liese  
liese@hospiz-meppen.de



Andreas Schütte  
schuette@hospiz-meppen.de



Jessica Kötter  
koetter@hospiz-meppen.de



## Koordination, Verwaltung

Maria Borgmann  
info@hospiz-meppen.de



Elke Kemper  
kemper@hospiz-meppen.de



Ursula Rothkötter  
rothkoetter@hospiz-meppen.de



Stephan Wendt  
wendt@hospiz-meppen.de



## Redaktion

Matthias David



Andrea Hornung



Kathrin Schnieders



Stephan Wendt

