

Die Trauerbegleiter für junge Menschen

Für junge Menschen, die ein Elternteil oder ihren Partner verlieren, gibt es kaum Hilfsangebote. Die Nicolaidis YoungWings Stiftung fängt sie auf. Professionelle Trauerarbeit kostet aber viel Geld – und die Förderung scheitert manchmal an Bürokratie.

VON KATRIN WOITSCH

München – Als ihm endlich ein Arzt seine Frage beantwortet, zerbricht Erec Brehmers Welt. Seine Freundin Angi hat den Autounfall nicht überlebt. Brehmer saß neben ihr, als sie auf die Gegenfahrbahn geriet und der Wagen frontal mit einem anderen Auto zusammenprallte. Er selbst ist schwer verletzt – aber kein körperlicher Schmerz kommt an das ran, was er gerade fühlt. Er bricht im Krankbett zusammen.

Es sind so viele Emotionen, die er in den kommenden Monaten durchmacht. Schmerz, als er die gemeinsame Wohnung betritt, in der alles noch so ist, wie sie es vor ihrem Ski-Ausflug zurückgelassen hatten. Leere, als er mehr und mehr realisiert, dass er Angi nie wieder im Arm halten wird. Dankbarkeit dafür, dass er in ihren letzten Lebensmomenten an ihrer Seite war. Ein kurzer Augenblick des Glücks, als er merkt, dass ihr Kopfkissen noch nach ihr riecht – und es sich für einen Moment wieder so anfühlt, als würde sie gleich ins Zimmer kommen. „Wenn so etwas passiert, ist man danach nicht mehr der, der man war“, sagt der 36-Jährige heute.

Er erinnert sich noch gut daran, wie weit entfernt er sich damals vom Rest der Welt fühlte, erzählt er. Freunde wissen nicht, wie sie mit ihm umgehen sollen. Gespräche, in denen irgendwann der Satz „Das wird schon wieder“ fällt, hält er nicht aus. Irgendwann spricht er gar nicht mehr über seine Trauer – weil er merkt, dass er alle Menschen in seinem Umfeld damit überfordert. Und gleichzeitig merkt er, dass er Angis Tod ohne Gespräche nicht verarbeiten kann.

Erec Brehmer schreibt Traumatherapeuten an – doch er wird überall abgewiesen. Dann erfährt er zufällig von der Nicolaidis Young-



Die Stiftung half ihm, den Tod seiner Freundin Angi zu verarbeiten. Erec Brehmer machte aus seiner Trauer einen Dokumentarfilm. FOTOS: MARCUS SCHLAF



Die Anlaufstelle in München: Die Stiftungsvorsitzende Karin Neumeier steht im Rohbau des Sternenhauses am Nockherberg. Es soll 2024 eröffnen.

Wings Stiftung in München. Dort gibt es eine Trauergruppe für Menschen um die 30. Schon beim ersten Treffen spricht Brehmer eine Stunde lang über Angi – und über die Leere, die ihr Tod in seinem Leben hinterlassen hat. Einige andere in der Gruppe weinen mit ihm, manche nicken stumm. Als sie ihm berichten, wie sie sich langsam zurück in

den Alltagskämpfen, hat er das erste Mal Hoffnung, dass sich die Situation verändern wird. Dass er lernen wird, mit der Trauer zu leben.

Auch Lisa Auffenberg ging es vor zehn Jahren so, als ihr Freund an Krebs starb. Heute leitet die 35-Jährige eine Trauergruppe der Stiftung für Menschen in ihrem Alter. Dieses ehrenamtliche Engage-

ment neben ihrem Beruf als Journalistin ist für sie eine Herzenssache – weil sie weiß, dass die Gruppentreffen, die gemeinsamen Ausflüge oder die Einzelgespräche für viele Trauernde ein Anker sind. Selbst dann, wenn sie keine Worte für ihren Schmerz finden. Auffenberg erinnert sich an einen Mann Ende 40, der zu jedem Treffen kam, aber kaum etwas sagte. „Er hörte nur zu.“ Nach Monaten schenkte er allen Teilnehmern der Gruppe Engelkerzen und sagte: „Ihr habt mein Leben gerettet.“

Die Nicolaidis YoungWings Stiftung ist eine Anlaufstelle speziell für junge Trauernde – und damit einzigartig. Sie hilft Kindern und Jugendlichen nach dem Tod eines Elternteils und jungen Menschen bis zu 49 Jahren, die ihren Partner verloren haben. Gegründet wurde sie 1999 von Martina Münch-Nicolaidis, die damals selbst ihren Mann verloren hatte und merkte, dass es für junge Menschen in dieser Situation

kaum Anlaufstellen gibt. „In den ersten Tagen ist das Kriseninterventionsteam da – dann aber niemand mehr“, sagt Karin Neumeier. Seit Martina Münch-Nicolaidis vergangenes Jahr gestorben ist, leitet sie die Stiftung gemeinsam

„In den ersten Tagen sind die Krisenhelfer da – aber dann niemand mehr.“

Karin Neumeier

mit Lana Reb. „Wer jung den Partner verliert, ist oft in einer prekären Situation erklärt sie. „Plötzlich ist die gemeinsame Zukunft ausgelöscht.“ Oft sind kleine Kinder da, die auf einmal allein versorgt werden müssen. Und viele junge Eltern geraten nach so einem schweren Schicksalsschlag auch finanziell in eine Notlage. Die Trauerbegleiter stehen ihnen zur Seite und beraten sie professionell. Mittlerweile gehören zur Stiftung 43 fest-

angestellte und 86 ehrenamtliche Mitarbeiter. „Wir haben inzwischen einen Jahresetat von rund zwei Millionen Euro“, berichtet Neumeier. Nur mit Spenden sei das nicht mehr zu stemmen. Die Stiftung ist auf Fördergelder angewiesen.

Doch das ist schwierig – nicht nur, weil es um Millionen geht. Sondern vor allem, weil es von staatlicher Seite keine Möglichkeit für eine Regelförderung gibt, wie Sozialministerin Ulrike Scharf (CSU) auf Anfrage von Karin Neumeier erklärte. Das Beratungsangebot der Stiftung falle in den Bereich der Kinder- und Jugendhilfe, die Finanzierungspflicht dafür liege bei den Landkreisen und kreisfreien Städten. Scharf hatte zwar immer wieder betont, wie wertvoll die Arbeit der Stiftung sei. Auch für einzelne Projekte gab es Fördergelder vom Ministerium. Für den Bau des Sternenhauses, das gerade als Anlaufstelle in München entsteht, gibt es vom Staat eine halbe Million.

Eine Regelförderung sei aber unzulässig.

Auch mit dem Münchner OB Dieter Reiter ist Karin Neumeier im Gespräch. „Ich halte die Arbeit der Stiftung für außerordentlich wichtig“, betont er. Das Engagement verdiene allerhöchsten Respekt. Reiter will dem Münchner Stadtrat noch in diesem Jahr vorschlagen, das Projekt mit einem höheren sechsstelligen Betrag zu unterstützen, damit die Stiftung auch künftig jungen Menschen in deren Trauer beistehen könne. Er habe bereits Signale von den größeren Fraktionen, dass der Stadtrat das unterstützen werde. Über den Freistaat ärgert sich Reiter. „Er hat ursprünglich Signale der Unterstützung gesendet, sieht sich nun aber leider aus vermeintlich bürokratischen Erwägungen nicht in der Lage, das auch umzusetzen. Es wäre schade, wenn es hier kein Umdenken geben sollte.“

Auch Karin Neumeier kann die Absage vom Sozialministerium nicht nachvollziehen. „Wir können nicht verstehen, dass diese Arbeit, die dazu beiträgt, dass Menschen nach einem Schicksalsschlag wieder in der Gesellschaft ihre Rolle einnehmen können, nicht förderfähig sein soll“, betont sie. Für die Trauerbegleitung brauche die Stiftung ausgebildetes Personal. Und das koste viel Geld, betont Neumeier. Die Personalkosten würden den Großteil des Jahresetats der Stiftung ausmachen. Ohne die Regelförderung könne das Hilfsangebot nicht in vollem Umfang aufrechterhalten werden.

Erec Brehmer besucht die Trauergruppe der Stiftung inzwischen nicht mehr. Er hat es geschafft, Angis Tod zu verarbeiten. Und er hat mittlerweile eine neue Freundin. Auch das ist ein Thema bei den Gruppentreffen, sagt er. Durch die Gespräche hat er gelernt, dass man mehr als einen Menschen lieben kann. Aus seiner Trauer hat der 36-Jährige einen Film gemacht. Er heißt „Wer wir gewesen sein werden“. Er hat dafür Fotos und Videos von Angi zusammengeschnitten – und dokumentiert, wie er mit seiner Trauer umgegangen ist. „Ich habe gelernt, dass ich die Liebe zu Angi nicht loslassen muss“, sagt er heute. „Ich musste einen neuen Platz dafür schaffen.“

„Mir hat es den Boden unter den Füßen weggezogen“

Skirennfahrer Thomas Dreßen verlor seinen Vater als er elf war – Heute sagt er: Ich hätte damals professionelle Trauerhilfe gebraucht

Der Skirennläufer Thomas Dreßen hat seinen Vater verloren, als er elf Jahre alt war. Dirk Dreßen starb bei einem Unfall in Sölden. Er war in einer Seilbahn, über der ein Hubschrauber einen schweren Betonbehälter verlor. Thomas Dreßen (29) ist seit Kurzem Botschafter der Nicolaidis YoungWings Stiftung. Er musste den Tod seines Vaters als Kind allein verarbeiten – erst viel später merkte er, wie dringend er Hilfe gebraucht hätte.

Sie waren erst elf, als ihr Vater bei dem Seilbahn-Unfall in Sölden ums Leben kam. Wer stand Ihnen damals zur Seite?

In erster Linie meine Familie. Auf so etwas ist man nie vorbereitet, als Kind schon gar nicht. Das Unglück ist an meinem ersten Schultag im Tiroler Ski-Internat passiert. Am Vortag hatten mich meine Eltern noch dorthin gebracht, dann sind sie mit meinem Bruder weitergefahren zum Skifahren. Am nächsten Tag kam meine Mutter mit dem

Auto, um mir zu sagen, was passiert war. Das hat mir damals den Boden unter den Füßen weggezogen. Als wir nach Sölden gefahren sind, wo es einen kleinen Gottesdienst gab, war das Kriseninterventionsteam für uns da – aber danach waren wir auf uns allein gestellt.

Wie haben Sie zurück in den Alltag gefunden?

Das ging bei mir zwangsläufig relativ schnell. Ich war ja im Internat und weit weg von meiner Mutter und meinem Bruder. Deshalb habe ich nicht mitbekommen, wie sie mit dem Tod meines Vaters umgehen. Und ich musste allein damit fertig werden. Das war eine doppelt schwere Situation. Diese Zeit damals hat Spuren hinterlassen. Als Kind hat man kein Gefühl dafür, ob man Hilfe braucht. Man fragt sich nicht, ob es guttun würde, mit einem Psychologen darüber zu reden. Es ist eine Riesenhilfe, wenn es dieses Angebot gibt und wenn das ganz normal ist, diese Hilfe anzunehmen.



Der siebenjährige Thomas Dreßen (l.) beim Skifahren mit Bruder Michael und Vater Dirk, der 2005 starb. REPRO: MAYR

Haben Sie diese Hilfe später bekommen?

Ja, ich hatte beim DSV einen Mentaltrainer, der auch Psychologe war. In Gesprächen sind wir draufgekommen, dass ich etwas noch nicht ganz verarbeitet habe. Weil ich als Kind so auf mich gestellt war mit der ganzen Trauer und funktionieren musste, habe ich mir offenbar eine Art Schutzpanzer zuge-

legt. Durch meinen Mentaltrainer habe ich gelernt, wie wichtig es ist, dass wir alle das Kind in uns bewahren.

Wie wichtig war es rückblickend, mit einem Außenstehenden über den Tod Ihres Vaters zu reden?

Sehr wichtig. Man braucht die Hilfe von Profis, um so etwas richtig zu verarbeiten. Obwohl wir das natürlich auch in



Thomas Dreßen ist deutscher Skirennläufer. FOTO: IMAGO

der Familie verarbeitet haben – aber anders. Es hat jeden von uns anders getroffen. Mein Bruder war damals beim Skifahren dabei, meine Mutter musste mir die schlimme Nachricht überbringen. Jeder musste mit der Situation individuell umgehen.

Wie kamen Sie mit der Nicolaidis YoungWings Stiftung in Kontakt?

Durch Zufall. Ich bin gefragt worden, ob ich bei dem Benefiz-Golfturnier der Stiftung im Juli mitmachen würde. Als ich gehört habe, um was es geht, habe ich sofort zugesagt. Als ich mehr über die Arbeit der Stiftung und die Gründerin erfahren habe, war das sehr emotional für mich. Ich wollte mehr tun – weil ich aus Erfahrung weiß, wie sehr man auf diese Hilfe von außen angewiesen ist.

Seit Kurzem sind Sie Botschafter der Stiftung. Wie können Sie in dieser Rolle helfen?

In erster Linie möchte ich die Nicolaidis YoungWings Stiftung bekannter machen und sie in der Öffentlichkeit vertreten. Um Trauernden helfen zu können, braucht man professionelles und ausgebildetes Fachpersonal. Das kostet viel Geld und kann nicht nur ehrenamtlich abgedeckt werden. Ich kann nicht verstehen, warum es von der Politik so wenig Unterstützung für junge Trauernde gibt.

Kann man besser Trost spenden und Halt geben, wenn man einmal eine ähnliche Situation erlebt hat?

Wer solche Situationen nicht selbst erlebt hat, kann sich nicht vorstellen, womit man in diesem Momenten umgehen muss. Deshalb ist es eine große Hilfe, sich mit anderen Betroffenen austauschen zu können. Das ist die große Stärke dieser Stiftung. Wichtig ist mir aber zu sagen: Jeder trauert anders. Auch darauf muss man eingehen. Gerade Kinder oder Jugendliche versuchen, stark zu sein, wenn sie sehen, wie schlecht es dem hinterbliebenen Elternteil geht. Sie müssen unbedingt eine Plattform außerhalb der Familie haben, die es ihnen ermöglicht zu trauern. Das gilt natürlich auch für Erwachsene. Man versucht in einer Familie immer, sich gegenseitig zu schonen. Deshalb ist es manchmal einfacher, einem Außenstehenden zu sagen, wie es einem geht.

Interview: Katrin Woitsch