

## Begleitung in der Trauer – Unser Verständnis

Zu einer umfassenden palliativen Grundhaltung gehört für die CS Caritas Socialis auch die Trauerbegleitung im Rahmen der Angehörigenbetreuung.

Trauer beginnt bereits vor dem Versterben des begleiteten Menschen, und diese antizipierende Trauer kann Angehörigen helfen, sich auf den Tod und die Zeit danach vorzubereiten. Trotzdem stellt der endgültige Verlust eines Menschen immer eine tiefe Zäsur im Leben der ihm Nahestehenden dar.

Die CS Caritas Socialis ist der Ansicht, dass es im Trauerprozess wesentlich darum geht, den **Verlust zu begreifen**, die damit verbundenen **Gefühle zuzulassen**, sich an das Leben ohne die Verstorbene/den Verstorbenen **anzupassen** und zu der/dem Verstorbenen eine **innere Beziehung aufzubauen**, während man im eigenen Leben weitergeht (so beschreibt William Worden die vier Traueraufgaben).

### Trauerbegleitung als integraler Bestandteil des CS Hospiz Rennweg

Kurz nach der Neuorganisation des CS Hospiz Rennweg wurde 2013 ein erstes Bereichsprojekt gestartet: Begleitung in der Trauer. Ziel des Projekts war, Trauerbegleitung als integralen Bestandteil einer umfassenden palliativen Betreuung von schwer kranken Menschen und ihren Angehörigen zu verankern, bestehende Angebote zusammenzuführen und neue Angebote zu entwickeln. Somit ist Begleitung in der Trauer jetzt der sechste Bereich des CS Hospiz Rennweg.

### In der Trauerbegleitung geht die CS Caritas Socialis von einigen Grundannahmen aus:

- Jeder Mensch, der nicht in extrem erschwerten Bedingungen lebt, ist fähig, schwere Verluste, die ihm zustoßen, im Verlauf des Trauerprozesses selbständig zu integrieren.
- Jeder Mensch trauert individuell – ebenso wie jeder Mensch individuell liebt – und braucht seine eigene Zeit, Form und Intensität der Trauer.
- Trauer ist keine Krankheit, sondern ein normaler Prozess der Anpassung an einen Verlust.

- Trauer kann nicht abgearbeitet, sondern nur integriert werden. Sie ist nie zu Ende und bleibt – ebenso wie Freude – ein Teil der Geschichte des trauernden Menschen.
- Trauer hat viele Gesichter und Überlebensstrategien. Man kann also nicht „richtig“ oder „falsch“ trauern.

Es gibt allerdings Risikofaktoren für erschwerte Trauerverläufe wie traumatisierende Art oder Begleitumstände des Todes, schwierige Beziehungen, besondere Anforderungen der Lebenssituation, Belastungen psychischer oder sozialer Art; davon betroffene Menschen sollen besonders aufmerksam in ihrer Trauer begleitet werden.

### Offenes Angebot

Die Trauerbegleitung versteht sich grundsätzlich als offenes Angebot: Angehörige von Menschen, die im CS Hospiz Rennweg betreut wurden, in anderen Einrichtungen der CS Caritas Socialis, in anderen Institutionen oder privat, sollen sich angesprochen fühlen, ebenso haupt- und ehrenamtliche MitarbeiterInnen.

In der Begleitung ergänzen einander hauptamtliche MitarbeiterInnen verschiedener Professionen (Seelsorge, Psychotherapie, Sozialarbeit) und Ehrenamtliche. Aktuelle Angebote sind Grußkarte und Folder, Trauerhelpline, Gedenkgottesdienst, Begleitete Angehörigengruppe und Einzelgespräche.

### Kontakt:

Begleitung in der Trauer – CS Hospiz Rennweg  
Oberzellergasse 1, 1030 Wien  
Tel.: 0664/60753783  
Mail: [begleitungindertrauer@cs.at](mailto:begleitungindertrauer@cs.at)