

Bewerbung

Nutzen Sie alle Kanäle, die Sie kennen und die Ihnen zugänglich sind: Plakate, Pfarrbrief, Facebook, Gemeindenachrichten, lokale Zeitungsartikel.

Schlussbemerkung

Ein TrauerRaum kann ein Raum des Friedens, des Lösens, der Befreiung sein; er wird erfüllt von Erinnerungen, von Schmerz und Dankbarkeit. Nach den bisherigen Erfahrungen sind viele Menschen froh, wenn ihnen und ihrer Trauer ein solcher Raum mit großer Achtsamkeit eröffnet wird.

Daher: Trauen Sie sich, einen solchen Raum zu gestalten und zur Verfügung zu stellen!

Die Kompetenzstelle Trauer unterstützt Sie dabei gerne.

Finden Sie dabei nach Ihren Möglichkeiten passenden Formen. Unsere Ideen sind nur als Anregung gedacht. Wir freuen uns über Rückmeldungen von ihrem TrauerRaum und über Ihre neuen Ideen und Erfahrungen.

Wir wünschen ein gutes Gelingen zum Wohl vieler Trauernder!

Kontakt

Gerti Ziselsberger
M 0676 83 844 7373
trauer-info@caritas-stpoelten.at
www.trauer-info.at

Kompetenzstelle
Trauer

TrauerRaum

Informationen und Ideen zur
Gestaltung eines Trauerraumes

www.trauer-info.at

Den TrauerRaum gestalten

Ein TrauerRaum ist ein Angebot für trauernde Menschen, die an diesem Ort verweilen und ihrer Trauer durch kleine symbolische Handlungen Ausdruck verleihen und in guten Texten Trost und Verständnis für ihre Situation finden können.

In dieser Handreichung finden Sie Informationen und Ideen zur Gestaltung eines solchen Raumes in Ihrer Pfarre bzw. Gemeinde.

Die Kompetenzstelle Trauer gestaltet jährlich einen TrauerRaum als Aktion um Allerheiligen am städtischen Friedhof in St.Pölten und greift dabei auf die langjährigen Erfahrungen von Kolleg*innen aus Baden und Salzburg zurück.



Trauer braucht Raum

Wenn Lebensträume unerfüllt bleiben, Beziehung zerbrechen, der Arbeitsplatz verloren geht oder ein geliebter Mensch stirbt, trauern wir. Trauer ist eine natürliche Reaktion auf einen bedeutenden Verlust, der den Menschen in seiner Ganzheit betrifft. Dennoch ist in unserer Gesellschaft Trauer ein Tabuthema.

Viele Menschen fühlen sich unsicher, wie sie auf die Trauer anderer reagieren sollen, aber auch wie und wem und wo sie eigene Trauer zeigen können. **Trauer braucht einen Raum, an dem sie Ausdruck finden kann.** Oft werden Kummer und Tränen hinuntergeschluckt, weil Menschen glauben, stark sein zu müssen. Das hilft aber nicht: Die Trauer bleibt – sie ist eingeschlossen und die Seele leidet. Trauern, der Trauer Platz lassen, sie zulassen und sie ausdrücken, ist dagegen ein Weg, der wieder zu neuem Lebensmut führen kann.

Der TrauerRaum bietet Menschen einen Ort, an dem sie mit ihrer Trauer einfach SEIN dürfen.

Es gibt Möglichkeiten, Zeichen zu setzen und sich Zeit zum Erinnern zu nehmen. Ein Ort, an dem alles sein darf, was zum Trauern gehört:

*bitten – klagen – trauern –
verabschieden – lösen – weinen –
hoffen – lieben – leiden – wandeln ...*

All das hat in diesem Raum Platz. Der TrauerRaum ist offen dafür, der Trauer einen Raum, Zeit und Ausdruck zu geben, damit Trauernde Trost finden.

Die Trauerstationen

Um der Trauer Ausdruck zu verleihen, bietet der TrauerRaum verschiedene Stationen an. Jede*r Besucher*in kann diese selbsttätig und in Stille besuchen. Jede Station hat ein anderes Thema. Sie ist mit verschiedenen einfachen Materialien ansprechend gestaltet und kombiniert einen trostvollen Text mit der Einladung zu einer symbolischen bzw. rituellen Handlung. Die Stationen bauen nicht aufeinander auf und es muss keine Reihenfolge beachtet werden. Jede*r Besucher*in entscheidet für sich selbst, welchen, wievielen und in welcher Abfolge und Ausführlichkeit man sich den einzelnen Stationen widmet.

Für folgende mögliche Stationen stehen Texte und Gestaltungsideen bereit:

- Ich komme bei mir selber an – Labyrinth
- Spuren im Sand – Tonspuren
- Scherben – Tonscherben im Herz
- Übergang – Brücke
- So war das nicht ausgemacht – Klagemauer
- Wandlung – Weihrauch
- Wasser des Lebens – Steine im Wasser
- Versöhnung – Weiße Bänder im Olivenbaum
- Ich zünde eine Kerze an – Kerzenständer
- Dankstelle – Erinnerungsschatz
- Zeit nehmen – Eine Bank
- Familientisch – Ein Stern für dich, ein Stern für mich
- Unter Schutz und Schirm –
Segen für Trauernde und Segenstexte zum Pflücken

Bilder und die Texte zu den Stationen finden Sie auf der Homepage der Kompetenzstelle Trauer: www.trauer-info.at

Station Brücke – Übergang – es war eine Brücke zum Hin- und Hergehen



**Station Klagemauer –
„So war das nicht ausgemacht“**



**Station Spuren im Sand –
„Dort wo du nur eine Spur gesehen hast,
habe ich dich getragen“**

Hinweise zur Durchführung

Vorbereitung:

- Bilden Sie ein Team! Gemeinsam wird die Aktion besser und reichhaltiger!
- Ein guter Zeitraum für das Öffnen eines TrauerRaumes sind die Tage um Allerheiligen/Allerseelen bzw. auch die Fastenzeit. Grundsätzlich ist es aber immer möglich, einen TrauerRaum zu öffnen z.B. jeden ersten Freitag im Monat. Hier liegt es am Team einzuschätzen, was innerhalb der Rahmenbedingungen vor Ort am sinnvollsten erscheint.
- Passen Sie die Anzahl der Stationen Ihren Raummöglichkeiten an. Zwischen den einzelnen Stationen sollte genug Platz sein, damit sich niemand durch Besucher*innen an der nächstliegenden Station gestört fühlt.
- Der Raum sollte leicht zugänglich sein bzw. der Weg zum Eingang des TrauerRaumes gut ausgeschildert werden. Besonders bewährt haben sich bislang Räume eines Friedhofs, z.B. Aufbahnhallen. Es kann auch eine Kapelle am Friedhof oder eine Seitenkapelle in einer Pfarrkirche genützt werden.
- Sprechen Sie Ihr Projekt mit der Friedhofsleitung bzw. den Verantwortlichen für den Raum gut ab.
- Machen Sie sich eine Liste aller Materialien, die Sie verwenden wollen, und stellen Sie sicher, dass genug davon da ist.
- Achten Sie darauf, dass Sie von den Materialien, die mitgenommen werden können bzw. sich verbrauchen, genügend „Nachschub“ auf Lager haben.
- Die Texte sollten bei der jeweiligen Station auf einem Plakatständer, einem Notenständer o.ä. gut lesbar sein. Zudem ist es gut, sie auch als Karten dazuzulegen.
- Besucher*innen nehmen sich die Texte gerne mit, für sich selbst oder auch zum Verschenken. Auf einem Tisch beim Ausgang können von allen Texten nochmals Exemplare zum Mitnehmen aufliegen.
- Alle Texte können als Billets, auch in größerer Stückzahl, über die Kompetenzstelle Trauer bezogen werden.

Während der Öffnungszeiten:

- Der TrauerRaum sollte durchgehend, am besten von zwei Personen, vor Ort betreut werden. Die Mitarbeiter*innen beantworten Fragen und stehen bei Bedarf als Gesprächspartner*in zur Verfügung. Sie achten darauf, dass die Stationen in Ordnung sind und ggf. Material nachgelegt wird.
- Es hat sich bewährt im Raum leise Musik spielen zu lassen. Wenn es möglich ist, die Musik auch in den Bereich vor dem Eingang zu übertragen, macht sie dort zusätzlich auf den Raum aufmerksam.



Station Ich zünde eine Kerze an – und denk an dich