

Am Anfang steht, wie so häufig im Leben, eine persönliche Erfahrung. Romy Kohler begegnet dem Tod. Beruflich hat sie seit Jahren mit ihm zu tun. Romy Kohler arbeitet im Hospiz Bedburg-Bergheim. Sie hat schon häufig Menschen auf ihrem letzten Lebensweg begleitet.

Doch im August 2003 stirbt ihr Sohn Lars. Lars, der Leistungssportler, der Junge mit dem großen Freundeskreis. Lars, der erst 15 ist und noch am Abend vor seinem Tod eine Geburtstagsparty besuchte. Eine Meningokokken-Infektion hatte innerhalb weniger Stunden ihren tödlichen Tribut gefordert – Lars ist eines von rund 750 Opfern der Krankheit pro Jahr.

Romy Kohler trauert. Die ganze Familie trauert. Und auch die vielen Freunde von Lars trauern. Regelmäßig treffen sie sich am Grab oder im Zimmer des Verstorbenen. Zehn, 15, manchmal 20 Jugendliche. An manchen Tagen genießt Romy Kohler den Trubel im Haus. An anderen kann sie ihn kaum ertragen. „Von unten hörte es sich an, als sei alles wie immer“, erinnert sie sich an das Gemurmel, das gelegentliche Gelächter, das aus Lars' Zimmer drang. „Doch es war nichts wie immer.“

Damals, sagt die 59-Jährige, habe sie gespürt, dass diese jungen Menschen dringend Hilfe benötigten, um mit dem plötzlichen Tod von Lars umgehen zu können. „Die wollten sich nicht irgendwo in einen Trauerkreis setzen und über ihre Gefühle reden. Die brauchten etwas ganz anderes: Gleichaltrige, die ihre Sprache sprechen und die ihre Verluste teilen. Sonst können sie ja gleich mit ihren Eltern reden.“

Sechs Jahre später startet Romy Kohler ein bundesweit einmaliges Projekt: einen Trauer-Chat für Jugendliche und junge Erwachsene. Die Moderation übernehmen sechs junge Frauen und ein junger Mann, die selber jemanden, der ihnen nahestand, verloren haben.

Mehr als ein Jahr dauern die Vorbereitungen, ehe der Chat „Doch-etwas-bleibt“ im Juni 2009 online geht. Seitdem ist das Team immer montags zwischen 20 und

„Unser Prinzip ist, dass wir auf Augenhöhe mit dem anderen reden“

Anna Raisch

22 Uhr erreichbar. „Wir sind keine Therapeuten“, betont Romy Kohler, um Missverständnissen vorzubeugen. „Wir beraten unsere User, und wenn wir nicht weiterkommen, empfehlen wir ihnen professionelle Hilfsangebote.“

Die Idee zum Trauer-Chat sei ihr schon bald nach Lars' Tod gekommen, erinnert sie sich. „Anfangs hatte ich nicht die Kraft dazu, das Projekt zu verwirklichen. Außerdem fehlte mir das entsprechende Wissen. Die Kollegen fanden die Idee zwar toll, doch machen wollte es keiner.“ 2007 schreibt sie im Rahmen einer Weiterbildung schließlich ein erstes Konzept – und rennt bei ihrem Arbeitgeber, dem Hospizverein Bedburg-Bergheim, offene Türen ein.

Der Start ist dennoch nicht einfach. „Das war ja alles Neuland für mich.“ Lediglich in Freiburg gibt es ein vergleichbares Projekt, doch dort sind die Chat-Moderatoren professionelle Sterbebegleiter. „Meine Idee war, ausschließlich junge Menschen mit eigener Trauererfahrung zu finden und auszubilden.“

Auch das erweist sich als schwieriger als gedacht. Ihre ersten Mitstreiter findet Romy Kohler schließlich im Freundeskreis von Lars und unter den Geschwisterkindern junger, verstorbener Krebspatienten. Bis heute ist die Suche nach ehrenamtlichen Chat-Begleitern nicht einfach. „Wir hät-



Jeden Montag von 20 bis 22 Uhr offen für junge Trauernde, die Hilfe brauchen: der Trauer-Chat „Doch-etwas-bleibt“. Foto: Screenshot

Die Sprachlosigkeit überwinden

Romy Kohler hat ihren Sohn durch eine Krankheit verloren. Sie hat erlebt, wie intensiv sich seine Freunde nach dem Tod des 15-Jährigen ausgetauscht haben und wie hilfsbedürftig sie waren. Daraufhin hat sie ein einmaliges Projekt gestartet: einen Trauer-Chat für Jugendliche und junge Erwachsene

VON PETRA PLUWATSCH



Anna Raisch chattet in ihrer Küche in Köln. Fotos: Pluwatsch



Chat-Begründerin Romy Kohler (links) und Claudia Schneider

ten gern auch ein paar Männer im Team“, sagt Romy Kohler. Doch die, so scheint es, haben Berührungängste mit dem Tod. Der einzige junge Mann, der anfangs mitmachte, stieg nach eineinhalb Jahren aus.

Ein Wochenende lang werden die potenziellen Begleiterinnen geschult, mit dem Schmerz anderer Menschen umzugehen. Erst danach entscheiden sie, ob sie bei dem Projekt mitmachen wollen.

„Sie sollen erst einmal gucken, wo sie mit ihrer eigenen Trauererfahrung stehen und ob sie überhaupt schon in der Lage sind, andere Menschen zu begleiten“, sagt Romy Kohler. Und: Die jungen Frauen müssen lernen, sich selber zu schützen. Romy Kohler weiß, wie schwierig der Balanceakt zwischen Distanz und Nähe sein kann. „Zu sagen: Da bin ich, und da ist der andere. Ich wende mich ihm mit aller Offenheit und Herzlichkeit zu, aber um 22 Uhr gehe ich in mein eigenes Leben zurück.“

Inzwischen sind es 15 Frauen zwischen 20 und 30, die den Trauernden Montag für Montag zwei Stunden lang zur Seite stehen, ih-

nen zuhören und Tipps zur Trauerbewältigung geben. Wie geht es dir? Hast du jemanden, mit dem du reden kannst? Wie geht man mit dem ersten Jahrestag um?

Es habe noch keinen Abend gegeben, an dem sich niemand gemeldet habe, sagt Romy Kohler. „Viele junge Leute haben plötzlich

das Gefühl, nirgends mehr dazupassen und ein Spielverderber zu sein, weil sie trauern. Bei uns können sie darüber reden.“ Auch Katastrophen wie das Loveparade-Unglück schlugen sich im Chat nieder. „Damals haben sich einige gemeldet, die live dabei waren und sahen, wie ihre Freunde starben.“

Chat-Begleiter arbeiten ehrenamtlich

Der Trauer-Chat für Jugendliche und junge Erwachsene ist jeden Montag von 20 bis 22 Uhr offen. Er wird von vier Chat-Begleiterinnen moderiert, die selber schon einen ihnen nahestehenden Menschen verloren haben. Sie arbeiten ehrenamtlich.

Das Team sucht nach wie vor Verstärkung durch Männer und Frauen zwischen 18 und 30 mit eigener Trauererfahrung. Kontakt:

Romy Kohler
Klosterstraße 2
50126 Bergheim
Tel: 02271/45303
bergheim@hospiz-erft.de

Der Chat informiert über Tod und Trauer weltweit. Es finden sich dort Buch- und Musiktipps, Hinweise auf Fachliteratur und Beiträge von Usern. Erreichbar ist er – auch auf Facebook – unter: www.doch-etwas-bleibt.de

Die Trauer von Jugendlichen ist auch Thema der Wanderausstellung „#einteilvonmir“. Gezeigt werden Beiträge von Jugendlichen und jungen Erwachsenen rund um die Themen Tod und Trauer, Verlust und Trost: Fotos, Videos, Zeichnungen. Sie wird vom 7. bis zum 18. 11. im Geschwister-Scholl-Gymnasium in Pulheim zu sehen sein. (P.P.)

Für sie selber, sagt Anna Raisch, sei die Mitarbeit an dem Projekt das Beste gewesen, was ihr passieren konnte. Auch sie wurde schon früh mit dem Tod konfrontiert: Ihr Vater starb an Krebs, als sie 23 war, Zwei Jahre später bewarb sie sich bei Romy Kohler, als die eine Hilfe zum Aufbau des Chats suchte. „Ein Jahr nach seinem Tod wäre es noch zu früh gewesen, mich der Trauer anderer Menschen zu stellen.“ Heute sei ihre Einstellung zum Tod eine völlig andere als damals. Auch mit dem Verlust des Vaters hat sie inzwischen ihren Frieden gemacht. „Wenn man ständig mit anderen Menschen über den Tod spricht, bekommt er

Das Schöne ist zu sehen, wie die Menschen aus ihrer tiefen Trauer ins Leben zurückfinden

Claudia Schneider

einen ganz anderen Stellenwert, und man akzeptiert ihn als einen Teil unseres Lebens.“ Und genau deswegen, sagt Anna Raisch, liege ihr der Chat so sehr am Herzen: „Ich wünsche mir, dass auch andere Menschen den Tod als etwas Normales betrachten. Als etwas, über das man reden darf, genauso wie über diese vielen wirren Gefühle, die einen überrollen, wenn jemand stirbt.“

Dass das leider noch keine Realität ist, weiß sie selber. „Wir sehen ja, wie sehr die User unter der Reaktion der Umwelt leiden. Spätestens nach einem Jahr heißt es: »Jetzt reiß dich mal zusammen, du kannst doch nicht immer noch traurig sein. Das ist doch nicht normal.« Wer selber schon einmal einen Menschen verloren hat, der weiß, dass man nach einem Jahr gerade erst anfängt zu begreifen, dass derjenige nicht mehr da ist.“

Auch Claudia Schneider gehörte viele Jahre zum Begleiter-Team des Chats. Der Tod ihrer Großmutter, als sie ein Teenager war, hat sie sensibel gemacht für die Trauer anderer Menschen. „Meine Omas sind kurz hintereinander gestorben. Mit einer von ihnen bin ich aufgewachsen. Damals hatte ich das Gefühl, mir hat jemand den Boden unter den Füßen weggezogen“, erinnert sie sich.

Dennoch ist die 32-Jährige Anfang Oktober ausgetrieben und arbeitet seitdem gemeinsam mit Romy Kohler für den Hospiz-Verein Bedburg-Bergheim. „Irgendwie passte es nicht mehr“, sagt die zweifache Mutter. „Ich hatte zunehmend das Gefühl, dass ich zu alt bin für den Chat und nicht mehr die gleiche Sprache spreche wie die Leute dort. Als Mutter von zwei Kindern habe ich ganz andere Probleme als die Jugendlichen heute“ – ein Erfahrung, die auch andere über 30-jährige Chat-Begleiterinnen schon machten.

Claudia Schneider bedauert es. Der Chat, sagt sie, habe ihr viel gegeben. „Es war superspannend und hat ganz viel Spaß gemacht, bei aller Sensibilität für das Thema.“ Manche User hat sie über Jahre begleitet, andere nur während einiger Wochen und Monate. Eine junge Frau, deren Freund vor vielen Jahren Selbstmord beging, ist seit 2009 dabei. „Manchmal schaut sie nur kurz vor bei und sagt »Hallo, mir geht es gut.«“

„Irgendwann bekommt man eine Vorstellung von diesen Menschen, auch wenn man sie nie gesehen hat“, sagt Claudia Schneider. „Man fragt sich, wie sie wohl aussehen und wie es wäre, wenn man sie treffen würde.“ Das Schöne sei zu spüren, wie sie aus ihrer tiefen Trauer allmählich ins Leben zurückfinden und wieder ein normales Leben führen können. „Das mitzubekommen und zu wissen, dass man einen Teil dazu beigetragen hat, ist einfach ein wunderschönes Gefühl.“