



## Kindertrauerbegleitung

# Die Gelassenheit der Alpakas

Auf den Weiden im Landschaftsschutzgebiet Wagenbruch in Castrop-Rauxel, direkt gegenüber dem Naturschutzgebiet Langeloh, treffen wir Nalu, King, Nelson, Hurricane, Gismo, Miles, Metti, Jackomo, Nepomuk und seit Neuestem auch Camillo und Graciano. So vielfältig und bunt wie die Natur an diesem ganz besonderen Ort ist, sind auch die Alpakas, die dort leben. Sowohl ihre Fellfarben, als auch ihre Wesen könnten unterschiedlicher nicht sein - ganz so wie bei uns Zweibeinern.

Von Martina Hosse-Dolega

Auf Daniels kleiner Farm begegnen wir sehr zurückhaltenden Charakteren, die sich gerne hinten anstellen und die den Trübel meiden und wir lernen auch ziemlich gelassene Alpakas kennen, die sich nicht schnell beeindrucken lassen, sondern eher selbst beeindrucken. Es gibt Vorangeher, mutige Anführer, die in sich selbst ruhen und nicht aus der Ruhe zu bringen sind. Auch da erkennen und finden wir Zweibeiner uns wieder. Es sind diese Alpakas, die mit ihren wunderbaren Fähigkeiten die Herzenstüren der Kinder (und der Erwachsenen) öffnen. Alpakas benötigen - wie alle Tiere (und auch wir Menschen) - eine artgerechte Haltung: Dazu zählen natür-

lich auch entsprechend große Weideflächen, wie wir sie hier bei den Wagenbruch-Alpakas vorfinden. White, Dark Fawn, Chocolate, Dark Champagne, Brown, Silver Grey, Dark Brown, Light Fawn - was sich liest wie in einem Fantasyroman, jedoch die Fellfarben der Neuweltkameliden beschreibt, kommt dem Zauber, den man beim Anblick und im Kontakt mit diesen wundervollen Tiere empfindet, sehr nahe. In unserer Kindertrauerbegleitung wird sichtbar, über welcher vielfältigen Kraftquellen Kinder verfügen: Ihr sehr gutes, stimmiges Bauchgefühl und ihr Herz zeigen ihnen ihren Weg. Da alle ihre Gefühle sehr nahe beieinander liegen, haben sie die wunderbare Fähigkeit

(und ist es ihr unbewusstes Bestreben) immer wieder in Balance zu kommen: Resilienz, die Kinder durch emotionale Beziehungen entwickeln, die auf Geborgenheit, Sicherheit und Verlässlichkeit basieren; Bezugspersonen, die vorleben, wie sie mit Krisen umgehen können, positive Erfahrungen, die sie in ihrer Lebenswelt sammeln, das Gefühl, so gut zu sein, wie sie sind; geschätzt, geachtet, akzeptiert und ernst genommen zu werden: all' das ist wesentlich, um ein Selbstwertgefühl zu entwickeln, all' das ist wichtig, um irgendwann selbst gestärkt in das Leben hinausgehen zu können (und zu wollen) und mit den Anforderungen, die das Leben an jeden von uns stellt, umgehen zu können. Und um auch schwierige Zeiten unbeschadet zu durchleben und weiterhin mit offenem Herzen und offenen Augen in die Welt hinausgehen zu können.

Zwischen 2010 und 2016 geboren, also noch jung, sind Daniels Alpakas zurückhaltende und dennoch freundlich-neugierige Wesen.

Alpakas sind Fluchttiere und daher bewahren sie dem Menschen gegenüber Distanz. Ihre so sanftmütigen, dunklen Augen und das sehr weiche Fell ("Noch viel weicher als mein Hase", erkannte ein kleines, siebenjähriges Mädchen während unseres Besuches), ihre ruhigen, langsamen Bewegungen und Körperhaltungen ermöglichen es uns während unserer Besuche zu beobachten, zu imitieren, zu erkennen. Gemeinsam mit den trauernden Kindern können wir hier den Lärm und die Hektik des Alltags hinter uns lassen, eintauchen in diese ruhige Welt. Fast immer, wenn die Außenwelt leiser wird, "hören" Kinder ihre Gefühle "lauter" und nehmen diese eindeutiger wahr. Hier, in dieser Ruhe

Bei den Alpakas haben die Kinder die Möglichkeit durch wohlthuende und schöne Erlebnisse, die alle Sinne ansprechen, langfristig gestärkt aus diesen hervorzugehen.

und in dieser so wohlthuenden Gesellschaft der Alpakas, öffnen sich Herzentüren und beginnen Gespräche. Die Natur miteinbeziehend können sich die Kinder frei bewegen, sich und ihre Gedanken und Bedürfnisse wahrnehmen und aussprechen. Hier wird gemalt, gelacht und geweint. Hier werden Briefe verfasst und manchmal sogar vorgelesen. Hier wird geklettert, geschaukelt, getobt, aber auch zur Ruhe gekommen. Hier werden Alpakas gestreichelt, versorgt und eventuell sogar Wanderungen mit ihnen gemacht. Hier werden Kraftorte entdeckt und Freundschaften geschlossen. Hier wird erkannt, wie gut es tut, solche Orte zu kennen. Hier wird durch Bewegung und schöne Erlebnisse eine emotionale Stabilisierung bewirkt. Hier lernen Kinder und Erwachsene, dass Körper und Gefühle in Wechselwirkung zueinander stehen. Hier entdecken und lernen Kinder, wie und dass sie durch ihre Körperhaltung ganz gezielt Einfluss auf ihre emotionale und mentale Haltung nehmen können. Bei den Alpakas haben die Kinder die Möglichkeit

durch wohlthuende und schöne Erlebnisse, die alle Sinne ansprechen, langfristig gestärkt aus diesen hervorzugehen (körperlich, emotional und kognitiv). Die Kinder fühlen sich an diesem Ort nicht ausgeliefert, von Kontrollverlust bedroht (wie es Krankheit, Sterben und Tod zuerst vermitteln), sondern die Kinder entdecken - auch und gerade an diesem Ort, auf Daniels kleiner Farm - ihre Handlungskompetenz, ihre Möglichkeiten, aktiv zu sein und damit etwas zum Positiven hin zu verändern. Mit Zuversicht und Hoffnung und einem gut gefüllten "Rucksack an Ideen" und Möglichkeiten können die trauernden Kinder mit "gutem Gepäck" jeden Besuch ausklingen lassen, um gestärkt in den Alltag zurückzukehren, wohl wissend, dass es diesen Kraftort gibt und auch viele weitere (die wir im Laufe der Begleitungen für Zuhause entdecken werden). Die Natur schenkt Lust auf Leben und ist ein Spiegel, in dem sich Kinder selbst als Teil des Ganzen erkennen: Hier wird geliebt, getrauert, gelacht und geweint - hier wird gelebt in allen

Facetten. Wir lieben "unsere" Alpakas und diesen ganz besonderen Ort. Wer kennt es nicht? Dieses Wohlgefühl, häufig sogar Herzensband, das zwischen Mensch und Tier besteht. Das intuitive Ver-

Wir wissen, dass Mensch-Tier-Beziehungen unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden ebenso fördern wie unsere sozialen Kontakte

ständnis, das wir füreinander empfinden. Wer hat sie nicht schon einmal gesehen und darüber geschmunzelt: ... die Comics, die unsere Beziehung zueinander irgendwie auf den Punkt bringen? Da werden zur Begrüßung Haustiere in allen möglichen Varianten laaaaaange begrüßt und dem Partner „schenkt“ man ein kurzes "Hallo" (manchmal,

wenn es die verbleibende Begrüßungszeit hergibt, die sich selbstverständlich durch die vorherige Begrüßungszeremonie mit dem Tier schon deutlich reduziert hat), vielleicht auch noch eine Umarmung und einen Kuss). "Na klar", werden jetzt vielleicht einige Leser denken, "wer freut sich schon so, mich zu sehen wie mein Hund (selbst, wenn ich nur für zwei Minuten im Keller war) und macht dieses wirklich auch jedes Mal unmissverständlich deutlich?" Oder Filme, die zu Kassenschlagern werden, einzig und alleine dadurch, dass Tiere darin die entscheidende Rolle spielen. Kinder und Erwachsene lassen sich gleichermaßen berühren und begeistern, leiden ggf. mit dem Tier mit, hoffen auf ein glückliches Ende.

Wir wissen, dass Mensch-Tier-Beziehungen unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden ebenso fördern wie unsere sozialen Kontakte und dass sie starken Einfluss auf unser psychisches Gleichgewicht haben (die Aufzählung ließe sich um etliche Punkte erweitern). Die Wissenschaft weiß, dass nicht nur



wir Menschen, sondern eben auch Tiere über Oxytocin (auch als "Kuschelhormon" oder Bindungshormon bekannt) verfügen und somit über ein essenzielles "Schmiermittel" für alle Arten unserer sozialen Beziehungen. Schon Virginia Satir sagte und erkannte: „Wir brauchen vier Umarmungen am Tag, um zu überleben, acht Umarmungen, um stabil zu bleiben und zwölf, um uns weiterentwickeln zu können.“

Liebevolle Berührungen, Zuwendung und Empathie unterstützen uns, um in Krisensituationen auf Ressourcen zurückgreifen zu können und zu unserer Balance zurückzufinden. Es ist bekannt, dass sich durch das Oxytocin die soziale Empathie verstärkt. Für unsere Kindertrauerbegleitung bedeutet das, dass wir durch die Unterstützung und Förderung von Nähe, durch den Einfluss der Natur, die Umgebung, in der wir uns aufhalten und bewegen, den Kontakt zu den Alpakas und durch deren bloße Anwesenheit und Nähe in die Balance zurückfinden können.

nen, Ruhe und Entspannung fördern und erlangen, Ängste und Sorgen betrachten und reduzieren können. Tiere erfüllen unsere Sehnsucht und unser Bedürfnis nach Nähe, sie schenken Trost und Wärme und akzeptieren uns so, wie wir sind. Das "Sich-kümmern-Können", die Mit-Versorgung der Tiere, das Achten auf deren Bedürfnisse schult auch das Einfühlungsvermögen und weckt nicht selten den Wunsch, Verantwortung (altersentsprechend) zu übernehmen. Die non-verbale Kommunikation rückt zeitweise in den Vordergrund und schafft eine gute Basis innerhalb der Begleitung. Begegnungen und Bewegungen fühlen sich heilsam und wohltuend an. Die Kinder erfahren sich ganzheitlich und entdecken durch die Wunder der Natur, dass auch sie ein Wunder sind. In diesem Artikel geht es nicht darum, wissenschaftliche Studien zur Wirksamkeit von Tierkontakten in der Krisenbewältigung aufzuzeigen (die es durchaus in zahlreicher Menge gibt), auch nicht um eine Einordnung in Tiergestützte Intervention (TGI),

Tiergestützte Therapie (TGT), Tiergestützte Pädagogik (oder Tiergestützte Erziehung), Tiergestützte Aktivitäten (TGA): (Wer sich diesbezüglich informieren möchte, dem sei www.esaat.org empfohlen.) Ich möchte, dass die Leser ein Gespür für das Thema bekommen, einen kleinen Einblick in die Kindertrauerbegleitung und in das wunderschöne, naturbelassene Umfeld, in dem diese Begleitung u.a. stattfindet. Mir ist ein achtsamer, tiergerechter und respektvoller Umgang mit allen Tieren ein Herzensanliegen. Genau das ist auch einer der Gründe, warum Alpakas in der Begleitung, Aktivität, Interaktion, Pädagogik und Therapie (meiner Auffassung nach) z.B. Delfinen vorzuziehen sind: Bedenken, die nicht nur seitens des Tierschutzers bestehen, der in Bezug auf Delfine in Aquarien und Delfinarien zu Recht eine klare Linie vertritt, ebenso die Wirksamkeit solcher Therapien, die Gefährdung von Mensch und Tier, die nicht artgerechte Tierhaltung, auch die Kosten, die für eine Delfintherapie aufgebracht werden müssen: All dies spricht eine

klare Sprache. Was nicht bedeuten soll, dass - bei artgerechter Tierhaltung und belegter Wirksamkeit - anfallende Kosten in Frage zu stellen sind! Ganz ohne Zweifel sollten bzw. müssen (!) Kosten, die zur Verbesserung und Stabilisierung der Gesundheit, des Wohlergehens und der physischen, psychischen und mentalen Stärkung von Kindern (und Erwachsenen) dienlich sind, finanziert werden. Nicht erst, wenn Erkrankungen sichtbar werden, sondern im Sinne aller Menschen (und der daraus resultierenden Gesellschaft) eben auch präventiv! Grundsätzlich sprechen wir in unserer Kindertrauerbegleitung (und nicht nur hier ist es nachvollziehbar) von der Schaffung einer tragfähigen Basis, die mehrere nachfolgende Generationen beeinflussen wird: Denn unser Erleben und Empfinden geben wir an unsere Kinder und Mitmenschen weiter und deren Erleben, ihre Prägungen sowie auch die unreflektierte Übernahme von Meinungen (eben weil es "schon immer so war" oder weil unsere Bezugspersonen es uns so und nicht anders

vermittelt haben) geben diese wiederum weiter. Wäre es da nicht wunderbar, gute und unterstützende Erfahrungen - die man in Akutsituationen (wie es Trauer, Sterben und Tod sind) sammelt - weitergeben zu können und somit die Zukunft positiv mitgestalten zu können!?

Trauerbegleitung finanziert sich zu 100% über Spenden. Grundsätzlich ist eine Verbesserung der Finanzierung jedoch unumgänglich, denn Trauerbegleitung muss bezahlt werden und sollte u.a. auch von den Krankenkassen finanziert werden. Die Unterstützung von Kindern, Eltern, Familien und ganz besonders der Geschwisterkinder ist von unschätzbarem Wert - nicht "nur" im Hinblick auf eine Akutsituation, sondern auch im Hinblick auf das weitere Leben. Der Aufbau und die Unterstützung von entsprechenden Angeboten sollte und muss weiter in den Fokus rücken! Einmal erkannt, lässt sich der Bedarf an trauerbegleitenden Angeboten nicht ausklammern, sondern weckt nicht selten den

Wunsch, sich selbst mehr zu engagieren. Auf diese Thematik aufmerksam zu machen, ist mir ein Herzensanliegen, denn es ist an der Zeit, dass qualifizierte Trauerbegleitung Förderung durch Politik und Krankenkassen erhält. Trauerbegleitung ist auf achtsame Menschen, Förderer und Unterstützer angewiesen. Ich freue mich, dass es Menschen gibt, die sich von Herzen engagieren, die sich Gedanken darüber machen, wie sie ihr Umfeld sensibilisieren können, die über ihre Erfahrungen sprechen und weitere Unterstützer begeistern. Ich bin dankbar, dass es Firmen gibt, die sich für Projekte einsetzen, die Kindern zugute kommen. Wir können Kindern durchaus viel zutrauen, ihnen Raum geben und wir können und sollten dafür Sorge tragen, dass Kinder und deren Familien in allen Lebenssituationen auf unsere Unterstützung zählen können - das gilt auch und insbesondere für die Kindertrauerbegleitung! ■



Martina Hosse-Dolega

[www.trauerbegleitung-vergissmeinnicht.de](http://www.trauerbegleitung-vergissmeinnicht.de)

Durch die Kindertrauerbegleitung des Palliativnetz Bochum e.V. ist es möglich, dass die Kinder mutig und gestärkt - mit Zuversicht und Hoffnung - in ihre Zukunft gehen. Und es sind genau diese Kinder, die "morgen" die Erwachsenen unserer Gesellschaft sind.



Wir freuen uns über eine Spende  
Stichwort: Kindertrauerbegleitung

Palliativnetz Bochum e.V.  
National-Bank AG  
BLZ 360 200 30  
IBAN: DE71 3602 0030 0006 4266 62  
BIC: NBAGDE3E

Palliativnetz Bochum e.V.  
Sparkasse Bochum  
BLZ 430 500 01  
IBAN: DE84 4305 0001 0020 4161 11  
BIC: WELADED1BOC