

3. „Wildunger Gespräche über Leben und Tod“  
**„Meine Trauer – meine Regeln“: Trauersprache erkennen,  
Trauernde verstehen**





**Bad Wildungen, 08.03.2024.** Am Mittwoch, 6. März fanden in der evangelischen Stadtkirche die 3. „Wildunger Gespräche über Leben und Tod“ statt. Der Veranstalter, das Deutsche Institut für Bestattungskultur hatte die bekannte Trauerbegleiterin, Dozentin und Therapeutin Maria Förster nach Bad Wildungen eingeladen; unter dem Titel „Meine Trauer – meine Regeln – unsere Verantwortung“ sprach die aus Leipzig angereiste Expertin über moderne Ansätze der Trauerbegleitung.

Die Dozentin und Bestatterin verfolgt bei ihrer Arbeit ein menschenzentriertes Modell der Trauerbewältigung, das sich wesentlich von anderen trauerpsychologischen Ansätzen unterscheidet. In ihrem etwa einstündigen Vortrag, dem kurze Begrüßungsworte der Hausherrin, Pfarrerin Andrea Hose-Opfer und Bad Wildungens Bürgermeister Ralf Gutheil vorangingen, beschrieb die Therapeutin die unterschiedlichen Herangehensweisen an die Trauerbewältigung und die damit einhergehenden Persönlichkeitstypen und Verhaltensweisen.

Förster benutzt in diesem Zusammenhang den Begriff der individuellen „Trauersprachen“. Diese gelte es zunächst zu verstehen. Besonders deutlich wurde dies am Beispiel eines Elternpaares, das sich über den Tod des gemeinsamen Kindes entzweit. Ein Elternteil hat den Wunsch, möglichst viele Erinnerungen zu bewahren, dem anderen trauernden Elternteil hilft hingegen, sich mit neuen Dingen zu beschäftigen. Das Unverständnis über das Verhalten des anderen führt zu Konflikten. „Die zentrale Frage ist stets ‚Wie trauern wir?‘. Nur mit diesem Wissen können wir auch in der passenden ‚Trauersprache‘ antworten und auf die trauernde Person eingehen“, so die Therapeutin.

Auf Grundlage persönlichkeitspsychologischer Merkmale hat Förster einen „Trauerkompass“ mit den „Himmelsrichtungen“ „loslassen“, „festhalten“, „tun“ und „fühlen“ entwickelt. Dieser soll helfen, die unterschiedlichen Ausdrucksformen der Trauer bei sich selbst und anderen erkennen. Nur so kann nach Ansicht der Trauerbegleiterin wirksam darauf reagiert werden. Zumal nach Auffassung Försters im Trauerprozess viele der unterschiedlichen Formen der Trauer durchlebt werden.

Den Abschluss der Veranstaltung bildete eine lebendige Gesprächsrunde mit den Gästen, die von Hermann Hubing, dem Geschäftsführer des Deutschen Institut für Bestattungskultur moderiert wurde.

Das DIB – die Dienstleistungs- und Servicegesellschaft der Landesinnungsverbände für das hessische und rheinland-pfälzische Bestatterhandwerk – möchte mit den „Wildunger Gesprächen“ in der Öffentlichkeit mit überkommenen Vorurteilen zum Thema Tod aufräumen, Schwellenängste vor dem vermeintlichen Tabuthema abbauen und

Menschen ohne persönliche Betroffenheit einen Einblick in das Bestatterhandwerk und die vielfältige Bestattungskultur in Deutschland und Europa ermöglichen.

Die Gesprächsrunde in der Stadtkirche wurde, wie viele DIB-Veranstaltungen auch, live im Internet übertragen. Die nächsten „Wildunger Gespräche“ sind für den Sommer geplant. Dann wird sich alles um das Thema Seebestattungen drehen.