

*werde Mutmacher ...
... und unterstütze Monjala*



monjala

TRAUERBEGLEITUNG
für Kinder und Jugendliche

Mut zum Leben

Wir geben deiner Trauer einen Raum

Standort: Itzehoe, Wilhelmstraße 4
(Durchgang rechts neben der Kirche)

Örtliches Einzugsgebiet: - Westliches Schleswig Holstein -

Beginn des Projektes: 1. Januar 2014

Für **Rückfragen** stehen Ihnen gerne zur Verfügung

Thorsten Sielk

Geschäftsführer

sielk@die-diakonie.org

(0 151) 42 65 67 42

Karina Brandenburg

Leitung

brandenburg@die-diakonie.org

(04121) 7 10 35

Sandra Köster

Trauerbegleiterin (ita)

koester@die-diakonie.org

(04121) 7 10 35

Dies ist ein Projekt der

gefördert von



Schwerpunktbeschreibung für die Trauerbegleitung für Kinder und Jugendliche

Kurzbeschreibung

Monjala bietet trauernden Kindern und Jugendlichen einen Raum, in dem sie, auch unter Einbeziehung ihrer Eltern und anderer naher Angehöriger, ihre Trauer ausdrücken und mit ihr umgehen lernen können. Monjala möchte den Heranwachsenden eine Insel sein, wo sie frei von den Anforderungen des Alltags, ihren eigenen Weg der Trauer gehen und ihre Gefühle in ihrer Vielfalt und Ambivalenz zeigen dürfen: Schwäche, Traurigkeit, Wut, Verzweiflung, aber auch Erleichterung oder Freude.

Mit individuellen Angeboten wie Einzel- und Gruppengesprächen, Malen, Töpfern, Werken, Musizieren, Entspannungsübungen und erlebnispädagogischen Aktivitäten will Monjala trauernde Kinder und Jugendliche unterstützen, weiter Kraft und Selbstbewusstsein aufzubauen, damit sie ihrem Schmerz begegnen und ihr Leben mit dem Verlust gestalten können.

Konkrete Angebote von Monjala

...Angebot: Trauergespräche / Trauerbegleitung

In Einzelgesprächen bekommen die Trauernden die volle Aufmerksamkeit, um unterschiedliche individuelle Themen zu bearbeiten: Ängste und Nöte, Fragen zur Organisation des Alltags, scheinbar unerlaubte Gefühle wie Erleichterung über den Tod, Wut auf den Verstorbenen, Erziehungsfragen in dieser veränderten Familiensituation, Gestaltung der Festtage, Verletzungen über die Reaktion der Mitmenschen.

Wenn Eltern gestärkt sind, kann es ihren Kindern auch besser gehen.

In Familiengesprächen bekommt die trauernde Familie ihren Raum, um Gefühle und Wünsche zu äußern und ein Wahrnehmen der anderen in ihrer Trauer geschieht, um so eventuelle Konflikte zu bearbeiten.

Auch die Neusortierung der Familienrollen ist ein wichtiges Thema, damit das Kind z. B. sich nicht ungeliebt fühlt, dann die eigene Identität ablegt, um sich in das verstorbene Geschwisterkind verwandelt und so dass es den Eltern besser geht. Oder dass ein Kind nach dem Tod nicht zum Partnerersatz und mit Sorgen der Erwachsenen belastet wird. Solche Entwicklungen werden betrachtet und behutsam bearbeitet, damit jeder seinen altersentsprechenden Weg der Trauer gehen kann.



Trauergespräche



Trauerbegleitung

...Angebot: Trauergruppen

Viele Trauernde äußern, dass sie sich unverstanden und alleine fühlen. Ebenso beklagen sie einen fehlenden Raum für ihre Trauer.

In altersspezifischen Gruppen geben wir Kindern, Jugendlichen, deren Angehörigen (Zielgruppe gemäß § 7 des SGB VIII) einen Raum, anderen Trauernden zu begegnen und sich auszutauschen.

In diesen Gruppen bekommt sowohl jeder Verstorbene, als auch jeder Lebende seinen Platz. Wir gedenken auf vielfältiger Weiser der Toten und



Trauergruppe

integrieren sie in das Leben

(z.B. auch durch die Musik-, Werkstatt- und weitere Angebote)

Durch die Unterschiedlichkeit der Trauer kann in der Gruppe der Blick für den anderen geweitet werden. Menschen lernen eine Vielfalt der Trauer ohne Bewertung kennen.

So wird es möglich, dass in Familien unterschiedliche Wege der Trauer anerkannt und gelebt werden und so eine gemeinsame Trauer entwickelt und gestaltet werden kann.

...Angebot: Aus- und Fortbildung Ehrenamtlicher

Bei Monjala arbeiten engagierte Ehrenamtliche, die ihre Zeit und ihr offenes Herz den Trauernden zur Verfügung stellen.

Damit diese Menschen auf die Begegnung mit Trauernden und ihren Bedürfnissen angemessen eingehen können, werden sie in Ehrenamtlichen-Schulungen aus- und fortgebildet.



**Aus- und Fortbildung
Ehrenamtlicher**

...Angebot: Fortbildungen

Hauptamtliche im sozialen Bereich (Jugendamt, Kindergarten, Schulen, Vereinen...) können immer wieder mit Familien, Kindern und Jugendlichen konfrontiert werden, die einen Angehörigen verloren haben. Monjala unterstützt soziale Einrichtungen dabei, für sich einen Handlungsleitfaden zu entwickeln, um diesen Situationen nicht unsicher und hilflos gegenüberzustehen.

Auch in akuten Situationen steht Monjala den Mitarbeitenden bei Bedarf unterstützend zur Seite.



Fortbildung

...Angebot: Informationsveranstaltungen

Monjala begegnet Fragen aus der Öffentlichkeit mit Informationsveranstaltungen rund um das Thema Trauer. Wir möchten für dieses Thema sensibilisieren und Mut machen, Trauer in das Leben zu integrieren und dem Leben damit eine Tiefe zu geben.

Wir möchten Menschen dazu ermutigen, ihre Fähigkeiten im Umgang mit Trauer und Trauernden zu erweitern.



**Informations-
veranstaltungen**

...Angebot: Trauercafé

In einem Café-Raum bekommen die Menschen die Möglichkeit, ins Gespräch zu kommen oder einfach beisammen zu sein.

Beispielsweise können Großeltern, die ihr Enkelkind zur Kinder-Trauer-Gruppe gebracht haben, hier warten und mit anderen ins Gespräch kommen.

Durch liebevolle Gestaltung und kleine Impulse wird auch dieses Café zu einer Insel für Trauernde.

Bei Bedarf können in einem separaten Raum Einzelgespräche stattfinden.



Trauercafé

...Angebot: Organisation von Feiern

Trauernden ist es manchmal nicht möglich, sich um die Organisation von Festen zu kümmern. Sie sind so sehr in ihrem Schmerz und ihrer Trauer gefangen, dass ihnen der Blick auf das Leben verschleiert ist.

Gerade in Familien, in denen ein Kind verstorben ist, sind der nächste Kindergeburtstag und große Feiertage wie Ostern und Weihnachten eine Herausforderung. Dennoch ist es gerade für die jüngeren lebenden



**Organisation
von Feiern**

Geschwisterkinder enorm wichtig, dass ihr Leben gewürdigt und gefeiert wird. Sie verstehen häufig nicht, warum das nicht gehen soll.

Es bedarf einer besonderen und bewussten Gestaltung für die Familien.

Monjala unterstützt bei der Vorbereitung, Gestaltung und Ausrichtung dieser Feierlichkeiten sowie für Erinnerungsfeiern für Verstorbene, solange Familien dies wünschen.

Die kreative Umsetzung

In der Trauer der Heranwachsenden steckt eine tiefe Not, der Monjala mit verschiedenen pädagogischen und praktischen Angeboten begegnen möchte.

Kinder und Jugendliche brauchen Ausdrucksformen für ihre Trauer.

Die Trauer mit Worten auszudrücken, ist eine Ausdruckform der Trauerbewältigung, die von anderen adäquaten kind- und jugendgerechten Ausdrucksformen ergänzt werden muss.

Im Nachfolgenden werden kreative pädagogische Instrumente beschrieben, die sowohl im Einzelkontakt, als auch in der Gruppe oder in einem Projekt ihren Platz haben können.

Beispielhafte Umsetzungsmethoden:

...Ausdrucksform des Malens:

Besonders jüngere Kinder bedienen sich häufig von sich aus dieses Mediums und bearbeiten ihre Trauer in Bildern und im Prozess des Malens. Beispiele: Kratzbilder, Lebensbaumbilder, Bildergeschichten, ein Malbuch der Familiengeschichte ...).

... Ausdrucksform des Töpfers:

Das Formen mit Ton ist in der Trauer eine weitere Möglichkeit, dass trauernde Kinder und Jugendliche sich spüren und dennoch die Trauer integrieren und bearbeiten. Beispiele: Bilderrahmen, Figuren, besondere Gegenstände...).

... Ausdrucksform des Schreibens:

Durch das kreative Schreiben können Kinder und Jugendliche ihrer Trauer Worte geben. Sie können ihr persönliches Trauergedicht oder -lied verfassen und nach Wunsch auch den anderen Gruppenmitgliedern vortragen.

Für die älteren Jugendlichen könnte ein Online-Trauertagebuch adäquat sein. Im Internet innerhalb eines internen und geschlossenen Blogs können sie sich dort Tag und Nacht nach ihrem Bedarf austauschen.

... Ausdrucksform des Werkens:

Durch das Werken kommen die Heranwachsenden auch körperlich in Bewegung. Sie spüren sich und können ihre Trauer nach außen leben. So könnten die Heranwachsenden z.B. ein Erinnerungsmobile bemalen und an einem besonderen Platz platzieren.

In diesem Angebot findet z.B. auch das Kreieren von Gipsmasken seinen Raum. Dort können verschiedene Gefühls- und Ausdrucksmasken den Heranwachsenden helfen, Differenzierungen der Gefühle und Ausdrucksformen von Trauer sichtbar zu machen.

... Ausdrucksform des Musizierens:

Eine weitere Ausdrucksform ist der Trauer einen Ton zu geben. Mit der eigenen Stimme, oder wenn diese keinen Ton mehr hat; Kinder und Jugendliche können sehr gut mit Trommeln und weiteren Orff-Instrumenten ihrer Trauer einen Klang geben, und sich dabei auch noch körperlich austoben und erleben.

... Ausdrucksform des Entspannens

Damit den Kindern und Jugendlichen auch ein Raum und eine Möglichkeit für Entspannung zur Verfügung stehen, gibt es einen Snoezelraum. Unter Snoezeln versteht man den Aufenthalt in einem gemütlichen, angenehm warmen Raum, in dem man bequem liegend oder sitzend, umgeben von leisen Klängen und Melodien, Lichteffekte betrachten kann. Hier können die Kinder und Jugendlichen in gemütlicher Atmosphäre die Gedanken schweifen lassen.

In diesem Raum gelten besondere Regeln, damit die Ruhe gewährleistet ist und die Kinder und Jugendlichen ihren Stresspegel runterfahren können.

...erlebnispädagogische Elemente:

Nachhaltige Erfahrungen machen die Kinder und Jugendlichen, wenn sie etwas selbst tun und erleben. Im Rahmen von erlebnispädagogischen Elementen können sie viel über Probleme und deren Lösung lernen.

Diese Bewältigungsstrategien lassen sich auf vielerlei Situationen im Leben übertragen. Hier geht es insbesondere um die Stärkung der Resilienz und Persönlichkeitsentwicklung. Sich fallen lassen können, anderen auch in schwierigen, scheinbar unlösbaren Aufgaben vertrauen können, wird hier spielerisch und reflektierend gelernt.

Wortbedeutung

Der Name „Monjala“ ist ein Kunstwort und eine eigene Wortkreation, in dem verschiedene Begriffen verschiedener Sprachen anklingen:

- monere (lateinisch) = erinnern
- Monia (arabisch) = Hoffnung
- Monja (russisch) = Koseform von Maria, als Name der Mutter Jesu Symbol für reine, tiefe Liebe
- La Monja (spanisch) = die Nonne
- nia (Suaheli) = Ziel, auch Harmonie
- Jala (arabisch) = Lichtgestalt
- Jala (persisch) = Glanz, Heiterkeit
- Jala (afrikanischer Name) = die Einzigartige
- Jala (suaheli) = etwas besonderes, die Besondere
- Jala (sanskrit) = Wasser
- ala (lateinisch) = Flügel

So unbekannt und unbestimmt der Begriff „Monjala“ im Deutschen erscheint, so einzigartig und unbestimmbar gestaltet sich auch die Trauer jeder und jedes Einzelnen.

Monjala steht für den eigenen, individuellen Weg jeder und jedes Trauernden, dem Schmerz zu begegnen und das Leben mit dem Verlust neu zu gestalten.