

9. Netzwerktreffen Palliative Care Berner Oberland

Trauerbegleitung bei Familien, Kindern und Jugendlichen

Auf den letzten Freitag, 21. August 2026 hat Annerös Schneider, Geschäftsleiterin vom Verein Palliative Care Netzwerk Berner Oberland zum 9. Netzwerktreffen eingeladen. Im Kirchgemeindehaus Zweisimmen kamen wieder verschiedene Vertreterinnen und Vertreter von Organisationen im Bereich Alter, Gesundheit, Soziales und Palliative Care zusammen. An diesem Treffen stellte Trauerbegleiterin Kathrin Häberli ihre Arbeit vor und gab einen Einblick in die verschiedenen Ausprägungen des Trauerns bei Kindern und Jugendlichen.

Seit 2022 finden zweimal im Jahr Netzwerktreffen statt, mit dem Ziel die vielseitigen Angebote in der Region kennenzulernen und die Vernetzung zu fördern, um sich so in der täglichen Arbeit gegenseitig zu unterstützen. Organisiert wird das Treffen vom Verein Palliative Care Netzwerk Berner Oberland, welcher einen Leistungsvertrag für das gesamte Berner Oberland hat. Der Verein betreibt den Mobilen Palliativdienst Berner Oberland und bietet regelmässige Weiterbildungen und Vorträge an.

Am letzten Freitagvormittag konnten Geschäftsleiterin Annerös Schneider und Thomas Räder, Vorstand Palliative Care Netzwerk Berner Oberland, wieder zahlreiche Interessierte begrüßen. Einige kannten sich bereits, aber auch dieses Mal waren wieder neue Interessierte dabei. Das gegenseitige persönliche Kennenlernen macht das Treffen so wertvoll, da man sich so besser gegenseitig unterstützen kann. Als Input wird jedes Mal im Rahmen eines Vortrages eine Institution, ein Verein oder zum Beispiel wie an diesem Anlass die Arbeit einer Trauerbegleiterin vorgestellt.

«Es führt kein Weg an der Trauer vorbei, nur durch sie hindurch»

Ist ein Zitat von Jorgos Canacakis, mit dem Trauerbegleiterin Kathrin Häberli auf ihrer Internetseite auf ihre Arbeit hinweist. Sie schreibt: «Trauer ist die Reaktion auf einen Verlust und ein natürlicher, wichtiger und notwendiger Prozess, der durchlebt werden will. Einfühlsam, sorgfältig und mit bedürfnisgerechten Methoden begleite ich Kinder, Jugendliche, Familien und Erwachsene in den verschiedensten Verlustsituationen.» Anschaulich – immer wieder mit kleinen Beispielen aus ihren Beratungen – ging sie auf die verschiedenen Arten der Trauer ein, welche für jede Altersgruppe unterschiedlich sind.

Kathrin Häberli selber ist als Kind und als junge Frau von einem Verlust durch Tod betroffen gewesen und ist in ihrem Beruf als Pflegefachfrau u. a. im Bereich Onkologie im Inselspital immer wieder mit dem Tod und der Trauer konfrontiert worden. 20 Jahre, bis diesen Sommer, hat sie als Fachlehrerin für Gesundheit/Soziales/Krankenpflege an der IDM Spiez unterrichtet. Als Trauerbegleiterin unterstützt sie Kinder, Jugendliche, Familien, Erwachsene und auch Menschen mit Beeinträchtigungen. Zudem leitet sie seit mehr als zehn Jahren die Kindertrauergruppe Thunersee, welche



Kathrin Häberli erzählte von ihren Erfahrungen als Trauerbegleiterin für Kinder, Jugendliche, Familie, Erwachsene und auch Menschen mit Beeinträchtigungen.

einmal im Monat im Spiez stattfindet, ehrenamtlich und auch eine begleitete Gesprächsgruppe für trauernde Jugendliche und junge Erwachsene in Bern.

Der verstorbenen Person einen Platz im Herzen geben

Wenn ein Familienmitglied stirbt, ist dies eine fundamentale Erschütterung im Familienverbund. Es ist eine anforderungsreiche Zeit in jeglicher Hinsicht. Früher hiess es in der Trauerphase: «Du musst loslassen.» Heute wird den Trauernden gesagt, dass sie den Verstorbenen einen Platz in ihrem Herzen lassen dürfen. Trauer ist kein statischer Prozess, die Facetten ändern sich permanent und manchmal ist es wichtig, dass man auch Jahre später bereit ist, die Trauer um einen geliebten Menschen zu verarbeiten. Kathrin Häberli betonte immer wieder, wie wichtig es sei, auf trauernde Menschen zuzugehen und diese wahrzunehmen, die Trauer anzusprechen. Man darf auch sagen, dass man nicht weiss, was man sagen soll. Trauer kann sich über Reaktionen des Körpers zeigen, aber auch im Verhalten. Und nicht zu vergessen, Trauer macht müde und ist sehr erschöpfend, so die Trauerbegleiterin.

Trauer hat viele Gesichter und zeigt sich auch schon bei den Jüngsten

Kathrin Häberli selbst geht in die Familien. Sie spricht mit den Kindern und Jugendlichen, ist aber für alle Ansprechpartnerin. Gerade auch Kinder und Jugendliche brauchen Unterstützung. Ihnen fehlen häufig Vorbilder, denn die Erwachsenen zeigen ihre Trauer oft nicht. Kathrin Häberli ist dafür da, dass das Kind oder der Jugendliche all seine Fragen zu Sterben und Tod stellen kann und seine unterschiedlichsten Gefühle ausdrücken darf. Je nach Alter und Vorliebe des Kindes benutzt sie dafür auch verschiedene kreative Methoden.

«Die Kinder und Jugendlichen brauchen aufmerksame Begleiter, die ihre Gefühle aushalten und nicht wegtrösten», so Kathrin Häberli, «und vor allem Ehrlichkeit, damit nicht diffuse Unsicherheit entsteht.» Bereits die Kleinen spüren, dass zum Beispiel der Papi nicht in den Ferien ist. Sie brauchen Erklärung durch die Erwachsenen, was gerade passiert. Als Hilfe gibt

es zum Beispiel sehr gute Bilderbücher.

Der Umgang mit dem Tod ändert sich mit dem Alter

In ihrem Vortrag zeigte die Trauerbegleiterin wie sich Trauerempfinden und -ausdruck je nach Entwicklungsstand des Kindes verändert. Bis zum dritten Lebensjahr zum Beispiel haben Kinder keinen Bezug zum Tod, sondern empfinden diesen als Abwesenheit/Getrenntsein ihres Eltern- oder Geschwisterteils. In der Zeit bis zum sechsten Lebensjahr befinden sie sich im magischen Denken. Sie sehen sich als Mittelpunkt der Welt. Der Tod wird als vorübergehendes Ereignis angesehen, was rückgängig gemacht werden kann: «Ich zaubere meinen Bruder lebendig.»

Im sechsten bis achten Lebensjahr beginnen sie zu verstehen, dass der Tod endgültig ist, was auch zu Ängsten

führen kann. Ein aggressives, wütendes Kind kann in sich auch Trauer tragen. Dies muss nicht unbedingt der Tod eines Angehörigen sein, sondern kann auch einen anderen Verlust zum Ausdruck bringen. Manchmal merkt man den Kindern oder Jugendlichen die Trauer im Kindergarten oder in der Schule nicht an. Auch das ist normal. Trauerfreie Orte sind sehr wichtig.

Jugendliche hingegen verstehen Sterben und Tod ähnlich wie Erwachsene, befinden sich aber in einer anderen Lebensphase. Sie sind im Aufbruch. Der Tod eines Elternteils geht komplett quer in diesem Prozess des Ablösens und der Sinnfragen. Für sie ist es wichtig, dass man sie in verzweifelte Momente immer wieder abholt und erinnert, dass das Leben im Vordergrund steht und nicht der Tod. Jugendlichen, die ein Verlust sehr schwer trifft, kann vielleicht auch der Besuch der Gesprächsgruppe für trauernde Jugendliche in Bern helfen.

Vorstellung und Austausch

Im Anschluss des Vortrages konnte sich in der Kaffeepause vernetzt werden, bevor in der abschliessenden Runde Erfahrungen und Aktuelles ausgetauscht wurden. So stellte Alena Perren zum Beispiel die neue Fachstelle Gemeinschaft für die Gemeinden Saanen, Gsteig und Lauenen vor. Die Fachstelle ist eine niederschwellige Anlaufstelle, welche in den Bereichen Familie, Alter, Integration, Inklusion und Freiwilligenarbeit koordiniert, vernetzt und informiert sowie dabei unterstützt, den Sozialraum im Saanenland zu gestalten. Dabei hilft sie mit, Projekte für die Gemeinschaft zu fördern und zu entwickeln.

KERSTIN KOPP

Wenn Mozart auf Jodel trifft:

«Die Fee von Evolène»

Wie klingt eine alte Walliser Sage, wenn Mozart, Volkslieder, Jodel und französische Chansons aufeinandertreffen? Das Trio Alp Opus lädt mit seinem Programm «Die Fee von Evolène» am 6. September zu einem aussergewöhnlichen Konzert in der katholischen Kirche Zweisimmen ein.

Im Mittelpunkt des musikalischen Märchens steht eine geheimnisvolle Fee, die einsam in den Bergen oberhalb von Evolène lebt und sich eines Tages in einen Menschen verliebt. Ihre Geschichte erzählt von Liebe und Vertrauen, von einem gebrochenen Versprechen und vom Mut, einen Fehler wiedergutzumachen. Alp Opus lässt diese überlieferte Sage aus dem Wallis mit Musik, Gesang und erzählerischen Elementen lebendig werden. Dabei begegnen sich Klangwelten, die auf den ersten Blick weit auseinanderliegen: Bezaubernde Opernarien stehen neben vertrauten Volksliedern, klassische Melodien verbinden sich mit Jodelklängen, und französische

Chansons verleihen dem Programm Leichtigkeit und Eleganz. Die Musik begleitet nicht nur die Handlung, sondern gibt den Figuren, Stimmungen und Wendungen des Märchens eine eigene Stimme.

Gestaltet wird das Programm von Beatrice Villiger und Tobias König, Gesang, sowie Gyorgi Spassov am Akkordeon. Das mit einem Kulturpreis ausgezeichnete Trio ist dafür bekannt, musikalische Grenzen mit Spielfreude, Feingefühl und einer Prise Überraschung zu überwinden. Statt die unterschiedlichen Stilrichtungen bloss nebeneinanderzustellen, lässt Alp Opus daraus eine neue, farbenreiche Klangsprache entstehen.

«Die Fee von Evolène» verspricht ein Konzerterlebnis, das berührt, unterhält und zum Träumen einlädt – ein musikalisches Feuerwerk zwischen Opernbühne und Bergwelt, zwischen vertrauten Klängen und überraschenden Entdeckungen.

Die Angaben zu den beiden Aufführungen sind dem Inserat in der nächsten Ausgabe zu entnehmen. PD