

**SOPHIE MONO**

Das Letzte, was der kleine Junge von seinen Eltern mitbekam, war der Aufprall ihrer Körper durch den Unfall. Brutal, gewaltsam, unvorstellbar. Wenn Stephanie Witt-Loers von dem Fall berichtet, ist ihr die Betroffenheit anzumerken. Dabei besteht ihr Arbeitsalltag mehrheitlich aus Extremfällen. Sie ist Trauerbegleiterin, betreut Menschen, die ihnen nahestehende Personen verloren haben. Durch Suizide, Gewaltverbrechen oder eben Unfälle. Aber auch durch unheilbare Krankheiten, die das Leben der Betroffenen viel zu früh beenden – und das der Hinterbliebenen auf den Kopf stellen. „Manchmal denke ich, ich habe schon das Schlimmste gehört, und dann kommen doch immer wieder Fälle, die mich faszinoslos machen“, sagt Witt-Loers.

Sie ist eine empathische Frau, das merkt man im persönlichen Gespräch sofort. Aufmerksam, ruhig, interessiert. Und lebensbejahend. „Anders könnte ich diese Arbeit auch nicht machen“, sagt sie. Witt-Loers ist eine Koryphäe auf ihrem Gebiet. Neun Bücher und zwei Trauertools hat sie bislang rund um das Thema Trauer veröffentlicht, sie gehörte zu den Ersten, die sich dem Thema praxisnah und wissenschaftlich fundiert näherten. Abgeklärt wirkt sie dennoch nicht. In ihrem hellen Ferienhaus in Colònia de Sant Pere, direkt am Meer, lädt sie ihre Batterien wieder auf. Es ist neben dem familiären Rückhalt und den Supervisionsitzungen, die sie regelmäßig besucht, eine ihrer Hauptenergiequellen. Sie ermöglichen es ihr, sich tagtäglich beruflich mit den Lebenskrisen anderer Menschen auseinanderzusetzen.

**FRÜH MIT DEM TOD KONFRONTIERT**  
Auch privat zieht sich der Tod durch ihr Leben. Als Witt-Loers sieben Jahre alt war, diagnostizierten die Ärzte bei einem ihrer Geschwister Leukämie. Fünf Jahre lang bangte die Familie um das Kind. Letztlich überlebte es – anders als viele der jungen Mitpatienten. „Man hat mit mir damals kaum über das gesprochen, was geschah. Es gab keine Kinderhospize, keine Strategien, das Thema angemessen zu erörtern. Erst recht nicht gegenüber Kindern. Ich hätte mir mehr Unterstützung gewünscht“, reflektiert die 58-jährige heute.

Ähnlich ging es Witt-Loers, als sie mit 18 Jahren plötzlich alleine dafür verantwortlich war, die Trauerfeier ihrer Tante zu organisieren. „Ich hatte einfach zu wenig Wissen, war überfordert.“ Als vor 22 Jahren ihr Schwiegervater starb, hatte sie den Eindruck, dass sich dahingehend noch immer nicht viel verändert hatte. 2005, nachdem sie selbst einen Sohn in der Schwangerschaft verloren und gegen eine eigene schwere Erkrankung gekämpft hatte, begann sie zunächst ehrenamtlich mit der Hospizarbeit. Sie begleitete einen 18-jährigen in den Tod – und kümmerte sich auch um seine zwei jüngeren Geschwister.

Ausschlaggebend dafür, sich auch beruflich mit der Trauer- und Sterbegleitung zu befassen, war aber wenige Monate später der plötzliche Unfalltod eines Freundes ihres sechsjährigen Sohnes. „Sowohl seine Eltern als auch die Lehrer und die Schulleitung waren vollkommen überfordert mit der Situation, und auch ich fand kaum fundierte Informationen darüber, angemessen mit dem Thema umzugehen.“

Die ehemalige Eventmanagerin begann eine Ausbildung zur Trauerbegleiterin und fokussierte sich auf eben jene Wissenslücken in



Stephanie Witt-Loers mit einigen ihrer Bücher und Trauerkarten in ihrem Ferienhaus auf Mallorca. FOTO: SOPHIE MONO

# Leben mit der Trauer

Stephanie Witt-Loers hilft dabei, Abschied zu nehmen. An ihren Büchern schreibt die bekannte Trauerbegleiterin in Colònia de Sant Pere

“

Trauer ist eine gesunde Reaktion, die notwendig ist, um mit dem Tod klarzukommen.“

STEPHANIE WITT-LOERS  
Trauerbegleiterin

der praktischen Arbeit mit Trauernden – insbesondere Kindern –, die ihr immer wieder aufgefallen waren. Ihre Abschlussarbeit diente als Grundlage für ihr erstes Buch. 2008 gründete sie das Institut Dellanima, in dem sie sich ganzheitlich und systemisch der psychologischen Beratung und Begleitung Trauernder widmet. Seit 2012 leitet sie zudem das von ihr zusammen mit dem Roten Kreuz ins Leben gerufene Projekt „Leben mit dem Tod – trauernde Familien begleiten“. Witt-Loers ist auch im Opferschutz der Polizei und als gefragte Dozentin tätig. Als Fachfrau auf dem Gebiet der Trauerbegleitung hält sie Vorträge in ganz Deutschland und im Ausland.

## ENERGIE TANKEN AUF MALLORCA

„Mein Kalender ist voll, meist bin ich dann mit meinem Wohnmobil unterwegs zu den Terminen“, berichtet die Bergisch Gladbacherin. Mallorca ist seit 28 Jahren ihre Auszeit – wenn auch durchs Homeoffice nicht mehr ganz so wie früher. „Aber ich nutze die Ruhe und Distanz hier, um an meinen Büchern zu schreiben.“ Zwar könne sie sich vorstellen, auf der Insel Kurse oder Einzelbegleitungen anzubieten. „Trauernde können sich gerne bei mir melden“, sagt sie. Konkrete Berufspläne habe sie auf Mallorca aber noch nicht.

Aktuell arbeitet sie an einem Set für Trauerbegleiter und Psychotherapeuten für kreative Trauerarbeit mit Kindern und Jugendlichen. „Trauer ist eine natürliche Reaktion auf einen Verlust, eine gesunde Reaktion, die notwendig ist, mit dem Tod klarzukommen“, sagt sie. Wichtig sei es, dass die Betroffenen handlungsfähig und selbstwirksam bleiben. Unabhängig von Umständen und Alter.

„Sehr hilfreich ist bei Todesfällen, dass die Hinterbliebenen sich ihren Bedürfnissen entsprechend verabschieden können“, sagt die Expertin. Etwas, das in Spanien, wo die Bestattung oft schon ein oder zwei Tage nach dem Tod ansteht, schwierig ist. Witt-Loers rät dazu, auch die Kinder einzubeziehen, sie Abschiedsgeschenke basteln zu lassen – und ihnen den Anblick des aufgebahrten Körpers nicht zu verwehren. „Für den Jungen, der seine Eltern beim Autounfall verlor, war es heilsam, seine Eltern so noch einmal friedlich zu sehen.“

## BESTATTUNGEN ERKLÄREN

Zudem sei es hilfreich, Kindern die Grundlagen der Bestattungsorganisation zu erklären. „Ein Junge, dessen Vater starb, weigerte sich, zur Einäscherung zu gehen. Als ich ihn fragte, warum, sagte er mir, er wolle seinen Vater nicht nackt auf einem brennenden Scheiterhaufen sehen. Er wusste schlichtweg nicht, was ihn in einem Krematorium wirklich erwartet – woher auch?“ Zwei von Witt-Loers entwickelte und im Beltz-Verlag erschienene Kartensets helfen dabei, den Kindern Informationen zu vermitteln und das Schweigen zu brechen, das in Lebenskrisen bei vielen Familien dominiert. Wie ist eine Urne aufgebaut? Wie ist Suizid zu erklären? Kann man auch ohne Tränen trauern? Fakten, die auch Erwachsene bereichern. „Gleichzeitig darf man nicht vergessen, dass Trauer etwas sehr Individuelles ist“, sagt Witt-Loers. Das Modell feststehender Trauerphasen sei längst überholt. „Trauer kann ein Leben lang anhalten, es gibt kein Richtig oder Falsch. Aber man kann lernen, damit zu leben.“