

# Eine Trauerbegleiterin berichtet von ihrer Arbeit

Wenn ein Mensch stirbt, begleitet Käthe Stempin Hinterbliebene ehrenamtlich durch eine schwere Lebensphase.

Stephan Querfurth

**Wolfenbüttel.** Trauer begleiten. Da-  
beisein, wenn das Leben einen  
Riss erhält. Wenn die Welt, so wie  
sie war, nicht mehr ist. Trauer an-  
nehmen, sich ihr stellen. Käthe  
Stempin ist Trauerbegleiterin. Sie  
hat sich dieser Aufgabe im Ehren-  
amt angenommen. Seit etwa drei  
Jahren ist sie dabei und damit in  
einem Team von etwa 60 Ehren-  
amtlichen rund um den Hospiz-  
verein Wolfenbüttel und das Hos-  
pizzentrum Wendessen, das  
schwerstkranke und sterbende  
Menschen und Menschen in ihrer  
Trauer begleitet.

Käthe Stempin war lange in der  
Schulleitung eines Gymnasiums  
tätig. Später absolvierte sie bei der  
Landeskirche eine dreijährige  
Ausbildung als ehrenamtliche  
Seelsorgerin. Die hat sie auf den  
Weg zur Trauerbegleiterin ge-  
bracht. Es folgten Weiterbildun-  
gen zur Trauerbegleiterin und zur  
Kindertrauerbegleiterin. In der  
Trauerarbeit sei es wichtig, eine  
Ausbildung zu machen, in der  
Biografiearbeit im Vordergrund  
stehe.

„Man muss gelernt haben, sich  
selbst zu reflektieren. Und man  
muss zuhören können.“ Viel ar-  
beitet sie heute mit trauernden  
Kindern. Käthe Stempin zeigt ein  
großes Glas, in der eine farbige  
Gemeinschaftskerze steht: „Die  
haben Kinder im Rahmen einer  
Trauerbegleitung selber gestaltet.“  
Kinder also, die beispielsweise  
den Verlust eines Elternteils tra-  
gen, ertragen müssen. „Kinder  
trauern anders“, ist die Erfahrung  
von Stempin. „Sie sind genau so  
verunsichert, wie auch Erwachse-  
ne, aber sie sind nicht dauerhaft  
bedrückt. Mal sind sie spontan

Sie sind genau so  
verunsichert, wie auch  
Erwachsene, aber sie  
sind nicht dauerhaft  
bedrückt.

**Trauerbegleiterin Käthe Stempin**  
über trauernde Kinder



Käthe Stempin vor dem Hospizzentrum in Wendessen. Ihr ist es wichtig, dass Trauernde Ziele entwickeln.

Stephan Querfurth / FMN

traurig, weil ihnen gerade das La-  
chen des verstorbenen Elternteils  
fehlt, dann wieder sind sie in fröh-  
liches, ausgelassenes Spiel ver-  
tieft.“ In der Gruppe zünden sie  
beispielsweise eine Kerze für den  
Verstorbenen an und erzählen, für  
wen sie selber in der vergangenen  
Woche ein Sonnenstrahl gewesen  
sind. „Das Positive ist wichtig.“  
Kinder, so sagt die Trauerbeglei-  
terin, wollen in der Schule ganz  
normal behandelt werden, nicht  
als Außenseiter, der Mutter oder  
Vater verloren hat. Zu Hause ge-  
linge das oft schwer, erläutert  
Stempin, weil das Elternteil dann  
sofort traurig werde oder die Kin-  
der es nicht belasten wollten.

Erwachsene trauern ganz an-  
ders, sagt Käthe Stempin. Diese  
Trauer sei durch verschiedene

Phasen geprägt, laufe zyklisch ab.

Was bedeutet Ehrenamt für sie?

„Das, was ich gelernt habe, was  
ich vermag, anderen Menschen

anzubieten, ohne dafür Geld zu  
nehmen“, sagt sie. „Das Gefühl,  
helfen zu können, bekomme ich  
dann zurück. Das ist eine Berei-  
cherung. Und, man lernt immer  
noch etwas dazu.“

## Kontakt

Fragen zu Angeboten be-  
antwortet Tatiana Döring  
(Koordinatorin für Trauerar-  
beit): Telefon (05331)  
7106714 (montags bis frei-  
tags 10 bis 12 Uhr) oder E-  
Mail an [doering@hospiz-  
zentrum-wf.de](mailto:doering@hospiz-<br/>zentrum-wf.de)  
Weitere Infos gibt es auf  
der Homepage des Hospiz-  
zentrums Wolfenbüttel un-  
ter: [https://hospizzentrum-  
wf.de](https://hospizzentrum-<br/>wf.de)

## Wenn Freunde sich abenden: Trauernde fühlen sich oft allein

Der Bedarf, Begleitung in der  
Trauer zu bekommen, sei immens,  
weiß Käthe Stempin. „Trauerbe-  
gleitung heißt, Menschen in einer  
schwierigen Phase zu begleiten, in  
der sie Halt verlieren, orientie-  
rungslos sind, sich oft durch den  
Alltag überfordert fühlen.“ Oft be-  
richteten Trauernde, dass die Um-  
welt damit nicht umgehen könne.  
Sie seien empört über Äußerun-  
gen wie „Hast du dich denn schon  
ans Alleinsein gewöhnt?“ oder

„Zeit heilt alle Wunden“. „Das  
macht Trauernde einfach wü-  
tend.“ Man könne es den Men-  
schen, die so etwas sagten, nicht  
übelnehmen, sagt die Trauerbe-  
gleiterin. „Sie kennen und kön-  
nen es nicht anders. Aber trauern-  
de Menschen leiden sehr darun-  
ter. Auch dass Freunde sich ab-  
wenden und selber nichts mit der  
Trauer zu tun haben wollen.“ Die  
Trauernden zerbrächen oft daran,  
dass der Mensch, um den sie traue-  
ren, plötzlich weg sei.

## Zeiträumen zwischen drei und neun Monaten

Es gebe individuelle Trauerbeglei-  
tung oder Bewältigung von Trauer  
in der Gruppe, erläutert Käthe  
Stempin. Gut sei es, sich einmal  
pro Woche zu treffen, aber das sei  
nicht zwingend. Wichtig sei, dass  
mit der trauernden Person mög-  
lichst frühzeitig besprochen wer-  
de, was das Ziel sei und wie es er-  
reicht werden könne. Ziel müsse  
sein, erläutere die Trauerbeglei-  
terin, wieder lebensfähig zu sein.  
„Im Kleinen wird das ja schon bei  
der Beerdigung zelebriert: Man  
verabschiedet sich und isst und  
trinkt dann miteinander.“ Ein  
Symbol dafür, dass das Leben wei-  
tergehe, auch wenn dies in der Si-  
tuation für Trauernde ein kaum zu  
bewältigender Gedanke sei.

Der Zeiträumen einer Trauerbe-  
gleitung erstrecke sich von etwa  
drei bis neun Monaten. „Das ist  
individuell ganz unterschiedlich.  
Wenn die Menschen sagen, sie  
sind einen deutlichen Schritt wei-  
ter, können die Situation jetzt bes-  
ser aushalten, dann hat man sich  
dem Ziel genähert.“

Die meisten würden sich mit ih-  
rem Bedarf nach Trauerbegleitung  
ans Hospiz, den Hospizverein  
wenden und nicht an die örtliche  
Kirchengemeinde. Mit Kirche hät-  
ten sie nicht viel am Hut, würden  
viele ihr sagen, so Käthe Stempin.  
Sie wendeten sich dann ans Hos-  
piz, da das Haus offen für alle sei.  
„Für alle Glaubensrichtungen und  
für alle Menschen, die nicht glau-  
ben. Und auch ich bin da völlig of-  
fen.“

Ihre Arbeit, so sagt die Beglei-  
terin, ist bereichernd. „Es gibt Mo-  
mente, in denen ein Kind etwas  
sagt, da stehen uns Erwachsenen  
die Tränen in den Augen.“

Wolfenbütteler Zeitung, 05.12.2025