

Eva Chiwaeze



EDITION **Leid**faden

Vom Eigenen und dem der anderen

Supervision in der Trauerbegleitung

V&R

Eva Chiwaeze: Vom Eigenen und dem der anderen

V&R

EDITION **Leid**faden

Hrsg. von Monika Müller

Die Buchreihe *Edition Leidfaden* ist Teil des Programmschwerpunkts »Trauerbegleitung« bei Vandenhoeck & Ruprecht, in dessen Zentrum seit 2012 die Zeitschrift »Leidfaden – Fachmagazin für Krisen, Leid, Trauer« steht. Die Edition bietet Grundlagen zu wichtigen Einzelthemen und Fragestellungen im (semi-)professionellen Umgang mit Trauernden.

Eva Chiwaeze: Vom Eigenen und dem der anderen

Eva Chiwaeze

Vom Eigenen und dem der anderen

Supervision in der Trauerbegleitung

Vandenhoeck & Ruprecht

In Erinnerung an Matthias Dölling (1956–2016)

Mit 2 Abbildungen

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind
im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-647-40262-8

Weitere Ausgaben und Online-Angebote sind erhältlich unter: www.v-r.de

Umschlagabbildung: Steffz/photocase.de

© 2017, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,
Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen /
Vandenhoeck & Ruprecht LLC, Bristol, CT, U.S.A.
www.v-r.de

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich
geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen
Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

Inhalt

Vorwort	7
Supervision Ehrenamtlicher – eine Einführung	11
Trauerbegleitung – ein kleiner Überblick	15
Supervision in der Trauerbegleitung	21
Interviews	29
Monika Müller	29
Erwin Richter	33
Hannelore Schmidt	37
Marianne Ridder	41
Gabriele Mariel Pauls-Reize	44
Praxisbeispiele	53
Teamsupervision der Leiterinnen einer Trauergruppe für Witwer und Witwen	53
Teamsupervision zur Krisenintervention	63
Teamsupervision von Begleiterinnen für Trauerreisen	69
Einzel-supervision – Koordinator Ambulanter Hospizdienst	76
Einzel-supervision einer ehrenamtlichen Trauerbegleiterin	79
Gruppensupervision für ehrenamtliche Begleiterinnen eines Trauercafés	82

Methoden	89
Methoden zu Beginn der Sitzung	90
Methoden zur Fallbearbeitung	93
Methoden zum Abschluss der Supervisionssitzung	102
Feldkompetenz für Supervision in der Trauerbegleitung	103
Literatur	109
Anhang: Ethische Leitlinien der DGSv (Deutsche Gesellschaft für Supervision e. V.)	111

Vorwort

*»Und sie setzten sich zu ihm auf die Erde sieben Tage und sieben Nächte lang, ohne dass einer ein Wort zu ihm redete; denn sie sahen, dass der Schmerz sehr groß war.«
(Hiob 2,13)*

Trauernde zu begleiten erfordert seelische und emotionale Kraft. Die Erfahrung von Ohnmacht angesichts der existenziellen Berührung durch die Offenbarung tiefen Schmerzes durch das Gegenüber und die damit oft verbundene Angst vor eigenen Verlusten – oder die Erinnerung an eigene Trauer – lösen persönliche Prozesse aus, die der Reflexion bedürfen, um die persönliche Sicherheit, den angemessenen Abstand und die achtsame Aufmerksamkeit für die Trauernden zu behalten. Supervision bietet sich als Format dazu an. Dies ist unbestritten. Supervision ist verpflichtender Bestandteil der durch den Bundesverband Trauerbegleitung (BVT) zertifizierten und anerkannten Ausbildungen zur Trauerbegleitung und wird aktiv Begleitenden regelmäßig empfohlen.

Trauerbegleitung wird inzwischen vielfältig angeboten. Der Begriff »Trauerbegleitung«, im Suchportal des Internets eingegeben, findet etwa 500.000 Treffer in einer halben Sekunde. Beim Begriff »Supervision für Trauerbegleiter« sind es circa 40.000 Verweise auf Angebote. Das ist eine Fülle, die dennoch nicht alle aktiv Begleitenden erreicht. Die Masse des Angebotes ist darüber hinaus nicht gleichzusetzen mit dem Maß seiner Qualität und Brauchbarkeit.

Trauernde werden oft durch Ehrenamtliche begleitet, die sich auf unterschiedliche Weise auf diese Aufgabe vorbereitet haben. Etliche begegnen Ausbildungsanforderungen, wie sie durch den

BVT formuliert wurden¹, und auch Supervisionsangeboten mit großer Skepsis.

Trauerbegleiterinnen und Trauerbegleiter, die aus therapeutischen und sozialpädagogischen, pflegerischen und seelsorglichen Arbeitsgebieten kommen, sind mit dem Format Supervision vertraut und nutzen es oftmals regelmäßig. Sie arbeiten im professionellen Kontext immer auch persönlich, mit ihren eigenen Erfahrungen und Geschichten, somit sind sie verwickelt. »Trauerbegleitende sollten bereit sein, sich einzulassen auf die Geschichte und das Schicksal eines trauernden Menschen mit dem je individuell erlittenen Verlust«, heißt es in der Beschreibung notwendiger Kompetenzen durch den Bundesverband Trauerbegleitung e. V. (Infobroschüre BVT e. V., 2015, S. 6). Wer verwickelt wird, braucht die Möglichkeit der regelmäßigen Distanzierung und des Verlassens der begleiteten Trauersituation durch Supervision. Für diejenigen, die Trauernde begleiten, ist Supervision notwendig. Die Kosten für die Supervision Ehrenamtlicher übernehmen in der Regel die Hospizvereine oder Kirchengemeinden. Selbstständige Beraterinnen und Berater beklagen allerdings die mit dem Angebot von Supervision verbundenen hohen Kosten. Da Trauerbegleitung durch die Krankenkassen nicht finanziell gefördert wird, fehlen manchen Freiberuflern die finanziellen Mittel für Supervisionseinheiten.

»Je mehr ich als Trauerbegleiter über mich selbst und meine eigene Trauer weiß, desto mehr kann ich Trauerbegleiter sein, der in der Lage ist, den individuellen Weg des Trauernden im konstruktiven Umgang mit seiner Trauer zu unterstützen. Demnach ist die Selbsterfahrung, also das Wissen um eigene psychische Mechanismen, ein unverzichtbarer Bestandteil in der Qualität in der Ausbildung von Trauerbegleitern«, postuliert bereits im Juni 2002 anlässlich der Zweiten NRW-Trauerkonferenz der

1 <http://bv-trauerbegleitung.de/standards/qualitaetsstandards/>

Psychotherapeut Thorsten Adelt in einem Vortrag (in: Trauer-Institut Deutschland e. V., 2003, S. 15).

Dieser Anspruch ist auch an die Supervisorinnen und Supervisoren in diesem Arbeitsbereich zu stellen. Das Wissen um das Eigene, um die persönlichen Prägungen durch Abschied und Trauer, ist Voraussetzung für die Reflexion des Umgangs mit dem der anderen. Methodische Sicherheit und Vielfalt allein genügen nicht, wenn die Selbsterfahrung und bewusste Entdeckung und Entwicklung der persönlichen Haltung zum Thema fehlen. Profunde Kenntnis von aktuellen Ansätzen und Methoden in der Trauerbegleitung und der Ergebnisse wissenschaftlichen Forschens bedeuten Kompetenz, die sicheres Arbeiten ermöglicht und Klärungsprozesse trägt.

Dieses Buch will zur Supervision ermutigen – die Begleitenden ebenso wie die Supervidierenden. Vor mehr als zwanzig Jahren habe ich als Koordinatorin eines ambulanten Hospizdienstes die Einführung von Supervision für die Ehrenamtlichen miterlebt. Was ist eigentlich Supervision? Diese Frage stellten alle. Sie wollten »sowas« eher nicht, waren verunsichert und hatten Befürchtungen: dass sie nicht gut genug wären; dass sie sich entblößen, vielleicht blamieren würden; dass Dinge, die verborgen sind, ans Licht kämen; dass sie verstört und verwirrt würden, während sie doch intuitiv, aus dem Herzen oder dem Bauch heraus, schon wüssten, was zu tun sei. Weil sie sich dennoch die Supervision zugemutet hatten, standen diese Frauen und der eine Mann gemeinsam mit ihrer Supervisorin am Beginn einer Entwicklung, die Supervision in diesem Hospizdienst heute selbstverständlich und gewünscht sein lässt.

Ich möchte die Frage, was Supervision eigentlich ist, kurz und verständlich für die ehrenamtlich engagierten Leserinnen und Leser beantworten. Für die Supervisorinnen und Supervisoren in diesem Feld werde ich darüber hinaus darstellen, welche spezifischen Notwendigkeiten die Supervision in der Trauer-

begleitung vor allem bei Ehrenamtlichen hat. Durch ein Interview mit Monika Müller wird lebendig, wie das Angebot von Trauerbegleitung in Deutschland sich entwickelt hat – schon von Anfang an war den Initiierenden bewusst, welche Notwendigkeit und Qualität die Supervision für Trauerbegleiter hat bzw. haben muss. Alsdann kommen Ehrenamtliche und hauptberufliche Begleiter zu Wort, um zu beschreiben, warum sie keine Supervision in Anspruch nehmen oder aber, warum sie ihnen so wichtig ist.

Im Praxisteil werden eine Auswahl möglicher Methoden sowie Fallbeispiele vorgestellt. Dazu gehören zwei Beispiele von Supervisionsprozessen als Elemente von Trauerbegleitung.

Die im Anhang abgedruckten ethischen Leitlinien der Deutschen Gesellschaft für Supervision e. V. enthalten die spezifischen Anforderungen an die Supervision/Supervisoren und sind Rahmen und Hintergrund meiner Ausführungen.

So hoffe ich, Supervisorinnen und Supervisoren zur persönlichen und methodischen Vertiefung des Arbeitsfeldes Trauerbegleitung einzuladen und Begleitende zu inspirieren, Supervision wahrzunehmen.

Supervision Ehrenamtlicher – eine Einführung

Supervision als Beratungsform geht zurück auf die Entstehung der Sozialarbeit in den USA vor mehr als hundertfünfzig Jahren. Ehrenamtliche sollten dabei unterstützt werden, ihre Betreuungsarbeit für ankommende Einwanderinnen und Einwanderer sachlich angemessen und persönlich gut erträglich tun zu können. Sie wurden fachlich durch die – meist hauptberuflich arbeitenden – Leitungskräfte beraten. Die englische Vokabel für Leitungskraft ist »Supervisor«. In den 1950er Jahren wurde Supervision zunehmend relevant für psychotherapeutisch ausgerichtete Arbeit. Selbstreflexion und Wahrnehmung der eigenen emotionalen Beteiligung in Beratungsprozessen zur Klärung und Entwicklung des professionellen Umgangs mit den Klientinnen und Klienten waren Thema. Es ging nicht mehr ausschließlich um die Vermittlung solider Arbeitsgrundlagen durch am konkreten Fall orientierte, auch fachlich (be-)lehrende Beratung, sondern um die Wahrnehmung eigener emotionaler Prozesse und die Betrachtung der ihnen folgenden Handlungen. Insbesondere das Phänomen der nichtbewussten Übertragung eigener Gefühle, Erwartungen, Einstellungen und Systeme in die Erlebniswelt der Klienten kam in den Blick.

Die Supervision Ehrenamtlicher war, wie bereits erwähnt, der Ursprung von Supervision und ist heute wieder ein wachsendes Arbeitsfeld. In vielen Bereichen der Gesellschaft sind Menschen heute ehrenamtlich engagiert und tragen so zur Kompensation der durch die Veränderung von Familien- und Nachbarschafts-

strukturen ausfallenden Pflege- und Betreuungsleistungen bei Ehrenamtliche im Bereich der Hospizarbeit, Telefonseelsorge, Notfallseelsorge oder als Begleitende demenziell erkrankter Menschen erwarten heute häufig, dass ihr Engagement ihnen bei der persönlichen Entwicklung und Sinnfindung dient: »Mut haben, Dinge ausprobieren, zu reflektieren, zu möglichen Fehlern stehen. Gelassenheit und Geduld. Mehr Selbstvertrauen, auch eigener Intuition zu trauen. Unsere positive Entwicklung wird von der Außenwelt gespiegelt. Wir sind Multiplikator und Ansprechpartner. Wir haben tieferes Verständnis für das Menschsein. Wir erleben Bereicherung für unser persönliches Leben, die uns beim Sterben von Familie und Freunden hilft. Wir lernen ständig und entwickeln uns weiter. Wir haben Respekt vor dem Anderssein« – so beschreiben es ehrenamtliche Sterbebegleiterinnen.²

Die Begegnungen zwischen Hilfebedürftigen und Helfenden geschehen zunehmend auf Augenhöhe und in gegenseitigem Respekt – und die dankbare Folgsamkeit der Betreuten wird so nicht mit Gottes Lohn verwechselt. Diese persönlichen Entwicklungen und Erfahrungen haben Auswirkungen auf das gesellschaftliche Leben: Verständnis, Toleranz, die Fähigkeit, sich zu entwickeln und sich als Lernende zu begreifen, die die Angst vor dem Anderssein verlieren, sind Haltungen, mit denen unsere Gesellschaft den vielfältigen notwendigen Veränderungsprozessen eher gewachsen ist als durch Angst und Feindseligkeiten.

Doch neben positiven Entwicklungsprozessen erfahren die Ehrenamtlichen natürlich auch Belastungen³: »Wir können oft nicht Abschied nehmen. Die körperlichen Symptome, die Laute, die Gerüche in Sterbeprozessen belasten uns ebenso wie schwie-

2 Arbeitsgruppenergebnis »Entwicklung« beim Fortbildungswochenende der Hospizgruppe Lüdinghausen im Juni 2016.

3 Arbeitsgruppenergebnis »Belastungen« beim Fortbildungswochenende der Hospizgruppe Lüdinghausen im Juni 2016.

rige Familienverhältnisse, in denen die begleiteten Menschen sterben. Das ist schwer auszuhalten. Es fällt uns schwer, uns selbst Grenzen zu setzen und sie dann einzuhalten. Manchmal können wir nicht loslassen. Wir müssen mit Ablehnung umgehen, ohne sie persönlich zu nehmen, und Vertrauen von Vertraulichkeit unterscheiden. Wir müssen mit der Angst umgehen, dass unsere Familien oder wir in ähnliche Situationen kommen. Wir müssen aushalten, uns rauszuhalten.«

Anhand der genannten Belastungen wird das Themenfeld der Supervision Ehrenamtlicher deutlich. Sie ist sowohl daran orientiert, am Fallbeispiel zu arbeiten als auch in der Reflexion eigener emotionaler Einbindungen. Im Kontext der Supervision Ehrenamtlicher geht es in der Regel auch um das Erleben der Verbundenheit in einer Gruppe. Das ist ein Supervisionsauftrag, aus dem sich ebenso Empfehlungen für die Struktur von Supervisionssitzungen wie herausfordernde Themen (Ehrlichkeit – Konfliktfähigkeit – Durchlässigkeit) ergeben.

Trauerbegleitung – ein kleiner Überblick

Haus ohne Fenster

*Der Schmerz sargt uns ein
in einem Haus ohne Fenster.
Die Sonne, die die Blumen öffnet,
zeigt seine Kanten
nur deutlicher.
Es ist ein Würfel aus Schweigen
in der Nacht.*

*Der Trost,
der keine Fenster findet und keine Türen
und hinein will,
trägt erbittert das Reisig zusammen.
Er will ein Wunder erzwingen
und zündet es an,
das Haus aus Schmerz.*

Hilde Domin

»Die Zeiten, in denen die Begleitung trauernder Menschen mehr oder weniger selbstverständlich im familiären Umfeld oder in einer kirchlichen Gemeinde stattfand, liegen lange zurück. Gesellschaftliche Veränderungen haben es mit sich gebracht, dass viele Menschen, die von einem Todesfall betroffen sind, weitgehend unverbunden oder vollständig allein zurückbleiben. Sie haben ein berechtigtes Bedürfnis nach Anerkennung ihres Schmerzes und ihrer Trauer, finden aber in vielen Fällen nicht das Verständnis und die Wertschätzung, die sie als Trauernde

benötigen. Das nachvollziehbare und wichtige Bedürfnis, eines verstorbenen Menschen zu gedenken, die Erinnerung wach zu halten und immer wieder davon zu erzählen, findet keine oder häufig nur eine zeitlich begrenzte Beachtung. [...] Umso mehr stellt sich heute die Frage, wo Menschen in Trauer Orte und Rahmenbedingungen finden, in denen sie trauern dürfen und wo sie Mitmenschen treffen, die ihnen auf dem individuellen Weg durch ihre Trauer begleitend zur Seite stehen. Gemeint ist damit eine solidarische und mitmenschliche Begleitung, die einer Qualifikation bedarf und die jenseits einer (Psycho-)Therapie stattfindet. Trauer als natürliche Reaktion eines Menschen auf Verlust erfordert keine Therapie, sondern Menschen, die in der Lage sind, sich solchen Situationen zu stellen, sie auszuhalten und auf Augenhöhe im Tempo des trauernden Menschen in eine echte und zugewandte menschliche Begleitung zu gehen« (Bundesverband Trauerbegleitung, 2015, S. 5). Diese Passage aus einer Informationsbroschüre des Bundesverbands Trauerbegleitung beschreibt und fasst die Entwicklung der vergangenen dreißig Jahre zusammen. Die Angebote umfassen heute Einzelsettings, Gruppen, die zur Teilnahme offen oder geschlossen, zeitlich begrenzt oder unbegrenzt stattfinden, Trauercafés, Trauerreisen, Trauerseminare, Trauerwanderungen und mehr. Häufig werden sie durch Kirchengemeinden oder Hospizgruppen organisiert. Auch private Anbieterinnen und Anbieter sind zu finden.

Trauerbegleitung wurzelt in der Hospizarbeit. In den 1980er Jahren entwickelte sich die Hospizbewegung. Der Forderung nach einem anderen Umgang mit Sterben und Tod schloss sich die Erfahrung an, dass trauernde Menschen regelmäßig Unverständnis und Isolation erleben und Begleitungsangebote sinnvoll wären. Im kirchlichen Raum und in einigen Familienberatungsstellen entstanden Angebote für Trauernde, häufig geleitet von ehrenamtlich oder hauptberuflich Tätigen, oft Seelsorgenden der jeweiligen Gemeinden. Die Angebote unterscheiden sich bis

heute. Der Prozess der Trauer wird vielfältig betrachtet, reflektiert und erforscht. Auch Begleitungskonzepte werden regelmäßig hinterfragt und weiterentwickelt (vgl. Brathuhn und Adelt, 2015). Trauer soll Raum haben in der Gesellschaft, sie soll sich entwickeln können und Begleitung sollte all jenen zur Verfügung stehen, die sie wünschen. Trauer soll enttabuisiert werden.

Trauernde sind, nachdem sie den Tod eines Angehörigen erlebt haben, damit konfrontiert, weiterzuleben – aber auch mit der unumstößlich für eine geraume Zeit nicht mehr zu verdrängenden auch eigenen Endlichkeit. Begleitung ist sicherlich häufig hilfreich und dennoch bei Weitem nicht immer nötig. Ob ein Bedarf für sich besteht, weiß der Betroffene allein.

Die öffentliche Diskussion von Trauer, die wissenschaftliche Auseinandersetzung mit Trauerprozessen, mit den konstatierten und wenig erforschten Bedürfnissen von Trauernden sowie deren – wenn mögliche – Erfüllung bringen mit sich, dass Trauerwege immer mehr normiert und kontrolliert werden können (vgl. Foucault, 1977). Manche sehen sich mit Erwartungen an ihr Verhalten und ihre Bedürfnisse als Trauernde konfrontiert, die nicht ihrem eigenen Erleben entsprechen. Zuweilen werden sie auf die Neugestaltung ihres Lebenssinns und des Standes ihrer Lernprozesse so häufig angesprochen, dass sie die Effizienz ihres Trauerprozesses für die Gestaltung des Weiterlebens mit dem selbstverständlich zu integrierendem Verlust meinen regelrecht belegen zu müssen – alles muss zu etwas zunutze sein.

Aufmerksame Mitmenschen empfehlen professionelle, mindestens zertifizierte Trauerbegleitung. Trauernde erleben Beileidsbekundungen großer Emotionalität von Menschen, die sie zu unpassenden Zeitpunkten ungebeten mit ihrem Schmerz konfrontieren. Besorgte Fragen danach, ob der Schmerz, den der Trauernde vielleicht nicht so kostbar findet wie der außenstehende Betrachter, fließen darf, setzen unter Druck. Fragen

danach, ob man sich seinen Gefühlen stellt, um auch dauerhaft gesunden zu können, ohne die Zinsen für einen Verdrängungsprozess zu zahlen, werden manchmal sogar recht übergreifend gestellt und belasten manch Trauernden. So wird aus dem Recht zu trauern manchmal die Pflicht, so zu trauern, wie es nach dem neuesten Stand des wohlmeinend interessierten Mitmenschen am gesündesten und effektivsten sei.⁴

Michael Wissert hat damit begonnen, im Rahmen der Studie »TrauERleben«⁵ zu untersuchen, wer von Trauerbegleitung profitiert, was Trauernde als hilfreich empfinden und wovon Begleitende glauben, dass es hilfreich sei. Zunächst deutet sich an, dass Menschen nach unvorbereiteten, oft auch gewaltbehafteten Todesfällen naher Angehöriger, vor allem des Partners oder eines Kindes, die also durch ihre Erfahrung stark belastet und aus dem Alltag geworfen sind, von Trauerbegleitung profitieren. Vor allem empfinden sie es als hilfreich, dass ihnen zugehört und dass ihre Trauer in Art, Umfang und Tiefe akzeptiert wird. Sie wünschen sich darüber hinaus Unterstützung bei der Entwicklung von Ideen, mit der Erfahrung ihrer Trauer wieder zu alltagstauglichem Umgang mit sich zu finden. Dem Austausch über die belastenden tiefen Gefühle, den Schmerz sowie Methoden und Ritualen wird weniger Bedeutung zugemessen. Begleitende wiederum glauben, dass von ihnen in erster Linie der Umgang mit Schmerz und Gefühlen sowie Sicherheit in Methode und Ritual erwartet werde.

Dieser vermeintliche Widerspruch ist eine Quelle supervisorischer Themen. Im Ergebnis ist es dieser, der Auseinandersetzung mit möglichen Gefühlen Trauernder folgende, respektvolle Umgang mit ihnen, der ihnen den spürbaren gewünschten

4 Persönliche Ansicht der Autorin nach Selbsterfahrung, noch nicht erforscht und bewiesen.

5 Zusammenfassung der Studie und ihrer Ergebnisse: www.projekt-trauer-erleben.de

Raum gibt, ihre Trauer zu äußern. Unter Druck geraten Begleitende, die anfangen, sich verantwortlich zu fühlen für die Gefühle der Trauernden: Sind alle vorhanden? Zu stark – zu schwach – pünktlich – verzögert – ...? Überall dort, wo Begleitende Trauernden die Gestaltung ihres je eigenen Weges überlassen, erleben diese Respekt und Akzeptanz. Die Herausforderung der Begleiterinnen und Begleiter besteht also darin, die Trauernden ihren eigenen Weg suchen und finden zu lassen und Schmerz und vermeintliche Umwege auszuhalten. Das konfrontiert Begleitende immer wieder mit ihren eigenen Gefühlen, Erwartungen und Ängsten sowie mit der vermeintlichen Wirkungslosigkeit ihres (Nichts-)Tuns.

Die Kenntnis der Trauertheorien unterstützt die Einordnung von Verhaltensweisen – nicht nur, um den Progress des Trauernden zu diagnostizieren, sondern um die eigene Sicherheit in der Begleitung zu etablieren. Diese kann dann wiederum an den Trauernden weitergegeben werden, wenn er Angst hat, in der belastend heftigen Vielfältigkeit des Trauerprozesses zu kentern. Wichtig für eine gute Trauerbegleitung ist, dass sie qualitativ hochwertig ist und von reflektierten und empathischen Menschen angeboten wird.

Supervision in der Trauerbegleitung

Eine gängige Frage zu Beginn einer Supervisionssitzung mit Ehrenamtlichen ist: Was soll hier in den nächsten Stunden geschehen, damit Sie zufrieden gehen? Die folgende Antwort ist eindeutig und beschreibt, was gute Supervision zu bieten hat und leisten kann: »Ich möchte mit größerer Klarheit, entlastet, mit einer Idee für meinen nächsten Schritt, vertrauensvoll und ermutigt mit Freude gehen.«⁶

Um Begleitende gut zu supervidieren, ist es unerlässlich, einige theoretische Kenntnisse über psychologische Mechanismen in einem solchen Setting zu haben. Übertragungen, Projektionen und Gegenübertragungen sind in der Reflexion von Begleitungsprozessen Trauernder von erheblicher Bedeutung, geht es doch um die Arbeit mit existenziellen Gefühlen aller Richtungen. Trauernde lösen oft beim Gegenüber Betroffenheit, Verunsicherung, Angst und den Drang, etwas zu tun, aus. Um in der Verunsicherung Sicherheit zu gewinnen, bietet es sich für Begleitende an, die eigenen Vorstellungen vom Fühlen in einer solchen Situation vom anderen zu erwarten, verwirklicht zu sehen, sie also zu projizieren und entsprechend zu reagieren.

Eigene Trauererfahrungen wiederum können in der Gegenübertragung dazu führen, sich vor dem Wiedererleben zu schützen oder aber in das eigene Erleben zu gehen und daraus zu

6 Eine Teilnehmerin in der Eröffnungsrunde einer Supervisionssitzung vom 18.05.2015.

reagieren. Das erklärt die teilweise unbeholfenen Reaktionen auf Trauernde. Supervision in der Trauerbegleitung wird sich also immer auch mit Emotion und Beziehung, Wertesystemen und existenziellen Fragen beschäftigen müssen, sie kann nie nur am Fall orientiert und auf Wissensvermittlung konzentriert sein. Trauerbegleitung lässt sich nicht versachlichen, sie hat grundsätzlich eine persönliche Komponente. Sie ist immer Begegnung, wenn nicht gar Konfrontation mit der Endlichkeit – der eigenen und der von Bezugspersonen.

Neben den genannten Themen ist regelmäßig der mit dem Begriff »vicarious grief« (vgl. Howarth und Leaman, 2003, S. 225) bezeichnete Prozess der begleitenden Trauer, der auftritt, wenn Menschen ob des Todes anderer, ihnen überhaupt nicht persönlich bekannter oder wenig vertrauter Personen selbst trauern, Gegenstand von Supervision in diesem Themenfeld.

Heute gibt es vielfältige theoretische Begründungen und methodische Ansätze von Supervision (vgl. Möller, 2012). Die in der humanistischen Psychologie wurzelnden Verfahren bieten sich für die Supervision von Trauerbegleiterinnen und Trauerbeleitern an. Viele Fachgesellschaften beschäftigen sich mit dem Umgang mit Trauer – in Teams, mit Betroffenen, als Begleitende – und entwickeln die Ansätze weiter. So auch Ulrich Pfeifer-Schaupp aus Freiburg:

»Wie können Trauer und (Abschieds-)Schmerz in der systemischen Supervision und Beratung angemessen und hilfreich thematisiert werden? Im systemischen Ansatz werden Probleme gerne als Lösungen gesehen. Dabei besteht meines Erachtens die Gefahr, Phänomene wie Trauer, Abschied, Tod und Schmerz allzu schnell umzudefinieren und – im Sinne des Wortes – nicht ›wahr‹ zunehmen oder sie zu verdrängen. Probleme sind nicht nur Lösungen [...], es gilt, auch schmerzvolle Erfahrungen, insbesondere Trauer, als solche offen zu thematisieren, wo es angemessen ist, sie zu würdigen und ihnen in der Supervision einen

angemessenen Raum zu geben. Eine ausschließliche und vor allem kurzfristige Lösungsorientierung angesichts existenzieller Grenzerfahrungen erscheint nicht hilfreich. [...] Zunächst geht es darum, Trauer einfach *wahrzunehmen*, das Sonnenlicht der Achtsamkeit auf unsere Trauer scheinen zu lassen – es wird sie verwandeln. Achtsamkeit für den Atem, Achtsamkeit für unsere Gefühle. Achtsamkeit für das, was ist, ob Trauer, Wut, Langeweile oder Freude, scheint mir vielleicht die wichtigste Grundhaltung – auch für Systemikerinnen. Es geht nicht um einen Trost, der ›erbittert das Reisig zusammenträgt‹, um ein ›Wunder zu erzwingen‹, wie es Hilde Domin so wunderschön formuliert hat. Wir ›zündeten es an, das Haus aus Schmerz‹ – aber häufig geht es darum, das ›Haus aus Schmerz‹ einfach sein zu lassen, ohne es mit Trost zu belagern. Hier – wie bei den anderen Grundhaltungen – kann Supervision den Helferinnen Anregungen vermitteln, die sie auch an Kollegen wie an Klienten weitergeben können« (2008, S. 32, 44).

In der im Psychodrama verwurzelten Supervision sind die Methoden der *surplus reality*, der Aufstellung und des Rollentausches wirkungsvolle, aber mit großer Sorgfalt und auf der Basis erheblicher Erfahrung einzusetzende Methoden, durch die Übertragungen und Projektionen sowie kreative, auch über den Verlust hinausweisende Ideen freigesetzt werden können.

Insbesondere im Umgang mit Gruppen sind das theoretische Modell und die vielfältigen gruppenpädagogischen Methoden der Themenzentrierten Interaktion (TZI) hilfreich und weiterführend.⁷

Beratende bedienen sich oft der Elemente verschiedener psychotherapeutischer und kommunikationswissenschaftlicher Verfahren und Ausbildungen. Eine allgemein geltende wissenschaftliche Definition von Supervision ist bislang nicht gelungen,

7 Informationen: <http://www.ruth-cohn-institute.org/tzi-konzept.html>

auch wenn inzwischen Supervision mit wissenschaftlich fundierter Grundlage zum Studienfach geworden ist (vgl. Schreyögg, 2010).

Menschen ohne Supervisionserfahrung, zumeist ehrenamtlich Engagierte, stehen häufig dem Angebot oder gar der Anforderung skeptisch gegenüber, weil sie Supervision hierarchisch deuten: Jemand, ein Experte, erzählt mir, was ich zu tun oder zu lassen habe. Nach den geltenden europäischen Standards und von ihrem Anspruch her ist die inhaltliche Dimension des Begriffes »Supervision« hingegen perspektivisch und nicht hierarchisch zu deuten: Jemand, der nicht »drinsteckt«, schaut von außen darüber. Von Respekt getragener Überblick, der durch die Distanz zum Geschehen entsteht – und nicht die vorgesetzte Belehrung –, macht gute Supervision aus.

»Supervision und Coaching sind die konzeptionellen Grundlagen für die Beratung von Personen in ihren beruflichen Rollen und Positionen. Zentrales Element des Beratungsprozesses ist die Reflexion. Der Ratsuchende wird dabei unterstützt, Klärung und Entwicklung auf Basis eigener Erkenntnisse zu erreichen.«⁸ Diese Definition bezieht sich auf berufliche Arbeitszusammenhänge. In der Trauerbegleitung sind etliche Begleiter/-innen ehrenamtlich engagiert. Die immer auf einen Fall bezogene Arbeit an Zusammenhängen und eigenen Anteilen wird in der Supervision von Ehrenamtlichen durch die Erwartung positiven Gruppenerlebens, Selbsterfahrung und auch den Wunsch nach Hilfe bei persönlichen Lebensfragen erweitert. Hinzu kommen möglicherweise nicht bewusste Konkurrenzen zwischen der hauptberuflichen Supervisorin und den unentgeltlich Beschäftigten und innerhalb der Gruppe oder des Teams (vgl. Belardi, 2015, S. 170 ff.).

8 Definition der Deutschen Gesellschaft für Supervision, DGsv, Köln – <http://www.dgsv.de>

Anders als ausgebildete Sozialarbeiterinnen, Beraterinnen und Therapeutinnen sind vielen Ehrenamtlichen die Sprache, die Theorien und die Kulturen der methodischen Schulen nicht vertraut. Manchen ist die Reflexion eigener Gefühle und Bedürfnisse zunächst fremd. Sie wollen etwas für andere tun und haben möglicherweise zunächst Hemmungen, sich zum Thema zu machen – also in den Mittelpunkt zu stellen. Deshalb ist ein wertschätzendes, angstfreies Klima in der Supervision für Ehrenamtliche wesentlich. Ein inhaltlich gebotenes klares Hinterfragen der Motivation und der nicht bewussten eigenen Erlebnisanteile als Ursprung von zu thematisierendem Übertragungsgeschehen kann verschrecken, wenn dem nicht die ernst gemeinte und auch tatsächlich empfundene Würdigung des Tuns vorausgeht und folgt. Wer ein ehrenamtliches Engagement eher als Ausdruck persönlicher Defizite deutet, sollte Ehrenamtliche nicht supervidieren.

Die Fähigkeit, das eigene Verhalten fragend zu betrachten, muss oft erlernt werden, da viele der über 60-Jährigen, in diesem Zusammenhang überwiegend weiblichen Ehrenamtlichen geprägt sind von der Haltung, dass eine Frage an sich schon Kritik bedeutet.⁹ Die gewünschte Vertrautheit in der Gruppe kann sich als brüchig erweisen, vor allem wenn es in der Supervision »zu tief« geht, wenn zu viel Persönliches in die Öffentlichkeit gelangt, sorgfältig zum Eigenschutz und zur eigenen Sicherheit gepflegte Selbstbilder wackeln und vor allem im kleinstädtischen und ländlichen Milieu das Gefühl bleibt, das Gesicht verloren und zu viel gezeigt zu haben. Behutsamkeit ist angebracht. Dennoch: Wenn es keine »Fälle« aus dem ehrenamtlichen Tun zu besprechen gibt, können in einer sich vertrauenden Gruppe per-

9 »Dass ihr so früh über euch und das, was ihr im Leben wollt, nachdenken durftet und konntet, das erschüttert mich. Das durfte ich nicht« (Maria, 65 Jahre, im Vorbereitungskurs auf ein hospizliches Ehrenamt).