

Abstract Information

Nr.: CCK25-195 | erstellt: September 18, 2025 at 6:25 pm

Abstract Informationen

Titel: Kleider schenken Andenken – Für Jung und Alt, für Tag und Nacht. Verbunden bleiben durch ANIMO –

Erinnerungsgestaltung während des Trauerprozesses

Kategorie: offener Themenbereich

Author(en)

Name(en): Erzsébet Endlein

Einrichtung(en): Endlich. Palliativ & Hospiz im Dr. Mildred Scheel Haus UK Köln e.V.

Ort: Germany

Einleitung

Das Ziel des Projektes ANIMO ist es, Trauernde in ihrem individuellen Trauerprozess durch Erinnerungsarbeit zu unterstützen und ihnen eine neue Form der Verbundenheit mit den Verstorbenen zu ermöglichen. Der Verlust eines geliebten Menschen verändert das Leben grundlegend, und Trauer ist so individuell wie jeder Mensch selbst. Es gibt keinen richtigen oder falschen Weg zu trauern – jeder findet seinen eigenen Pfad durch diese herausfordernde Zeit. Während der Trauer erleben Menschen die unterschiedlichsten Emotionen wie zum Beispiel Traurigkeit, Wut, Schuldgefühle, Angst oder manchmal auch Erleichterung. All diese Gefühle sind völlig normal und gehören zum Prozess dazu. In der Trauerbegleitung zeigt sich häufig, dass Erinnerungsstücke nach einer gewissen Zeit eine neue Funktion erhalten. Genau hier setzt das Projekt an. Die Idee von ANIMO entstand sowohl aus persönlicher Betroffenheit als auch aus der jahrelangen Erfahrung der Sterbe- und Trauerbegleitung im Dr. Mildred-Scheel-Haus UK Köln. Der Projektname entstammt dem Lateinischen („animo“ = Mut) und verweist auf die Kraft, die aus der neuen Form der Verbundenheit geschöpft werden kann.

Materialien & Methoden

Das Projekt verfolgt einen praxisorientierten Ansatz. Die ehrenamtlich genähten ANIMOS werden aus Kleidungsstücken – wie zum Beispiel Hemd, Hose oder Kleid- der Verstorbenen mit viel Liebe und Sorgfalt gefertigt und schaffen so ein besonderes Band zwischen Trauernden und ihren verstorbenen Liebsten. Sie sind Erinnerungskissen und zugleich trostspendende Wegbegleiter, die ermutigen können, der Trauer mit Zuversicht und Hoffnung zu begegnen. So kann ein selbstgestaltetes ANIMO neben Herzenstrost zum Anfassen auch eine Kraftquelle der individuellen Trauerbewältigung sein. Diese entstehen entweder in gemeinsamer Arbeit von Trauernden und ehrenamtlichen Näherinnen oder werden nach Wunsch für die Hinterbliebenen angefertigt.. Ergänzend kann ein ANIMO mit einem vertrauten Duft versehen werden, der beruhigend wirkt und zusätzliche emotionale Unterstützung bietet. Das Konzept und die praktische Umsetzung basiert auf Erfahrungen aus der Sterbe- und Trauerbegleitung am Dr. Mildred Scheel Haus UK Köln. Wissenschaftlich anschlussfähig ist das Projekt u. a. an Wordens Trauermodell insbesondere Aufgabe 4 Dauerhafte Bindung bei Hinwendung zum Leben, oder das Konzept Continuing Bonds von Klass.

Ergebnisse

Erfahrungen aus der Praxis zeigen, dass ANIMOs eine hohe Akzeptanz und Resonanz finden. So berichtete eine über 80-jährige Frau, die ihren Mann nach langer schweren Pflege verlor, dass ihr ANIMO einen Platz an ihrer Seite für den Verstorbenen zurückgab. Solche Rückmeldungen machen deutlich, dass ANIMO als Brücke dient: Der Tod beendet ein Leben, nicht aber eine Beziehung. Neben Trost und Halt fördern sie Mut, sich dem Alltag wieder zuzuwenden. Ob durch Rituale, Traditionen oder ganz persönliche Erinnerungsstücke – diese Verbundenheit kann enormen Trost und Mut spenden. Seit der Gründung wurden ANIMOs deutschlandweit angefragt und versendet. Das Projekt wird getragen vom Verein „Endlich. Palliativ & Hospiz im Dr. Mildred Scheel Haus UK Köln e.V.“ und in Kooperation mit dem Hospizdienst Neuwied, Frau Claudia Kossmann ist weiterentwickelt. Damit zeigt ANIMO, wie kreative und handwerkliche Ansätze Trauerarbeit bereichern und niedrigschwellig umgesetzt werden können. Praktische Formen der Erinnerungsgestaltung, wie etwa das

bewusste Pflegen von Erinnerungen, können den Trauerprozess erleichtern und helfen, die Bindung konstruktiv gestalten. Chris Paul weist in ihrem Fachbuch „Ich lebe mit meiner Trauer- Facette Gelb“ ebenfalls auf die Bedeutung der Erinnerungsarbeit hin. Diese theoretischen Grundlagen bestätigen die Praxis. Erinnerung kann als Ressource dienen und neue Wege der Verarbeitung eröffnen. Zugleich muss bedacht werden, dass jeder Mensch einzigartig ist und somit auch jeder Trauerprozess individuelle Züge trägt. Deshalb ist es entscheidend, die Wünsche und Bedürfnisse der Hinterbliebenen zu berücksichtigen, da nur so ein heilsamer und nachhaltiger Umgang mit dem Verlust möglich ist.

Schlussfolgerung

Das Projekt ANIMO verbindet praxisnahe Trauerbegleitung mit theoretischen Grundlagen der Trauerforschung. Durch individuell gestaltete Erinnerungskissen wird Trauernden ermöglicht, Nähe zu verstorbenen Angehörigen zu bewahren und zugleich neue Kraftquellen zu erschließen. ANIMOs sind Trostspender, Mutmacher und Ausdruck der bleibenden Verbundenheit. Sie stellen eine wertvolle Ergänzung zur bestehenden Trauerbegleitung dar und zeigen, dass Trauerarbeit nicht allein im Loslassen besteht, sondern auch im gemeinsamen Weitergehen mit den Erinnerungen im Herzen. Die Erfahrungen zeigen, dass diese Form der Erinnerungsgestaltung eine wertvolle Ergänzung in der Trauerbegleitung darstellt, wissenschaftlich fundiert und praxisnah umgesetzt. Das Projekt macht deutlich, dass Trauer nicht vom Loslassen geprägt sein muss, sondern vom gemeinsamen Weitergehen mit der Erinnerung im Herzen.

Literatur

Worden, J. W. (2009). Grief Counseling and Grief Therapy. Springer.

Klass, D., Silverman, P. R., & Nickman, S. L. (1996). Continuing Bonds: New Understandings of Grief. Taylor & Francis.

Paul, C. (2018). Ich lebe mit meiner Trauer.