



UMGANG MIT TRAUERNDEN FANS UND MITGLIEDERN

Eine kurze Handreichung

Diese Handreichung ist im Rahmen des Projekts *Trauer unterm Flutlicht* entstanden. Sie dient als erster Anhaltspunkt zum Umgang mit trauernden Fans und Mitgliedern. Sie basiert auf den Erfahrungen des neu geschaffenen Netzwerks aus Trauer-Expert*innen und Vertreter*innen aus Vereinen und Fan-Projekten aus dem Fußball. In dieser Handreichung erfährst du, was Trauer ist, wie man trauernde Fans und Mitglieder unterstützen kann und wie man auf Überforderung reagieren kann.



trauer-unterm-flutlicht.de

1

Was ist Trauer?

- Trauer ist eine natürliche Reaktion auf einen Verlust.
- Trauer ist ein Prozess, um einen Verlust ins Leben zu integrieren.
- Trauer ist individuell verschieden. Es gibt kein richtiges oder falsches Trauern.
- Im Trauerprozess sind Ressourcen unterstützend, eine davon kann der Fußball sein.

2

Wie kann ich trauernde Fans und Mitglieder unterstützen?

- Dasein, Zuhören, den Schmerz anerkennen und aushalten.
- Selbstbestimmung der trauernden Menschen achten, Nicht-Bewerten – Annehmen was ist
- Unterstützung bei praktischen alltäglichen Dingen (z.B. Essen kochen, Einkaufen), eine Karte schreiben.
- In Kontakt mit der trauernden Person bleiben.
- Erinnerungen austauschen – den verstorbenen Menschen nicht vergessen.
- Gemeinsame Rituale und Ressourcen anregen.

3

Was tue ich, wenn ich mich überfordert fühle?

- Unterstützung suchen bei lokalen Hilfeangeboten (Trauerberatungsstellen, Krisendienste, Telefonseelsorge, Trauerbegleiter*innen).
- Sich mit anderen austauschen – das Netzwerk „Trauer unterm Flutlicht“ bietet Raum für kollegialen Austausch und Unterstützung.
- Gut für sich sorgen – Selbstfürsorge.

→ Mehr zu dem Thema

Du bist unsicher beim Umgang mit trauernden Fans und Mitgliedern oder du weißt nicht genau welche Worte oder welches Verhalten angemessen sind?

Dann bist du herzlich zu unserer Online-Schulung „Unterstützung im Umgang mit trauernden Fans und Mitgliedern“ eingeladen.



Informationen und Angebote zu Online-Schulungen geben Carlo Kosok und Carmen Mayer unter kontakt@trauer-unterm-flutlicht.de



Direkt zur Homepage?

QR-Code mit dem Handy scannen!

Ein Projekt von



„Benötigst du akute Hilfe?“ Die Telefonseelsorge ist unter der Nummer **0800 111 0 111** rund um die Uhr erreichbar.

