

„Wenn ein Kind stirbt, stirbt die Zukunft“

KRZ-Interview mit den Gründerinnen eines Gesprächskreises für Eltern, die ihr Kind verloren haben: Selbsthilfe soll Trauerarbeit ermöglichen

„Leben ohne Dich – Selbsthilfe für Eltern, die ihr Kind verloren haben.“ So lauten Name und Zweck der Selbsthilfegruppe, die Cornelia Junack und Ursula Rittinger am Montag, 4. Januar, für trauernde Eltern in der Region gründen wollen. Im KRZ-Interview sprechen die Renningerinnen über ihre Beweggründe und Absichten.

VON MATTHIAS WEIGERT

RENNINGEN. In der Malmshemer Begegnungsstätte, Merklinger Straße 10, findet am Montag ab 19 Uhr das erste Treffen statt.

Wer ist herzlich eingeladen, teilzunehmen?

Cornelia Junack: Eltern – beide oder allein. Der Gesprächskreis ist nicht auf Renningen und Malmshiem beschränkt. Eine Anfrage gibt es sogar aus Horb, weil im Umkreis noch wenig angeboten wird. Vorausmeldungen sind möglich (Telefon 01 75 /41 25 60 5 oder 01 63/36 08 93 6), jeder kann aber auch spontan vorbeischauen.

Ursula Rittinger: Auch Alter des Kindes, Ursache und Zeitpunkt des Todes tun nichts zur Sache, nur die Trauer zählt. Auch wenn das Kind sterbenskrank ist, können sich Eltern an uns wenden. Manchmal haben die Eltern erst nach Jahren oder Jahrzehnten das Bedürfnis, über den Tod des Kindes zu sprechen, weil es damals keine Gelegenheit gab oder nicht das Bewusstsein.

Warum gründen Sie eine Selbsthilfegruppe für Eltern, die ihr Kind verloren haben?

Junack: Wir haben beide Erfahrungen mit Trauer und Tod. Mein Sohn starb mit 20 wegen eines Herzfehlers. Er lag morgens tot im Bett. Letztlich ist es aber egal, wie ein Kind stirbt, die Trauer ist unermesslich, und Trauer ist auch nicht vergleichbar – ob ein Kind morgens tot im Bett liegt oder monatelang Abschied genommen wird. Es bricht immer eine Welt zusammen. Die Selbsthilfegruppe ist eine Aufgabe, die mir mein gestorbenes Kind mit auf den Weg gegeben hat. Ich habe mich der Trauer gestellt, diese Erfahrung will ich weitergeben.

Welche Erfahrungen haben Sie gemacht?

Rittinger: Ich habe viele Bezüge zur Trauer, auch ehrenamtlich, bin selbst verwitwet und



Cornelia Junack (l.) und Ursula Rittinger wollen Trauernden ehrenamtlich helfen KRZ-Foto: Wandel

merkte immer wieder in verschiedensten Situationen, dass sich das Umfeld nach dem Ereignis irgendwann zurückzieht und dann Selbsthilfegruppen wichtig werden. Ein Kind zu verlieren, ist das Schlimmste, was Eltern passieren kann. Man sagt auch: Wenn Eltern sterben, dann stirbt die Vergangenheit, stirbt der Partner, dann stirbt die Gegenwart, wenn aber ein Kind stirbt, dann stirbt die Zukunft.

Welche Hilfestellung können sie anbieten?

Junack: Wir laden betroffene Eltern der Region ein, an diesem Abend miteinander über ihre Erfahrungen zu sprechen. Was wir tun, ist Trauerbegleitung, keine Hospizarbeit. Auch unsere Ausbildung als Ehrenamtliche, die wir derzeit absolvieren, legt den Schwerpunkt auf Trauerbegleitung. So wollen wir die Lücke in der Betreuung schließen. Viele Menschen sind hilflos, mit verwaisten Eltern richtig umzugehen, weil sie keine eigenen Erfahrungen haben.

Rittinger: Es bricht das komplette Leben weg, egal welches Kind stirbt und wie groß die Familie ist. Aber jeder muss lernen, da-

mit zu leben. Und Eltern sind jeweils für sich im Schmerz allein, auch wenn man als Elternpaar trauert. Und man darf auch unterschiedlich trauern – als Vater und Mutter, und eben sehr individuell.

Wie entwickeln sich Ehen nach einem Trauerfall?

Junack: Es gibt Partnerschaften, die zusammenwachsen, andere gehen auseinander, weil nicht verstanden wird, dass Trauer unterschiedliche Formen und Zeiten hat. Mein Mann ist nicht der Vater meiner Kinder, er ging mit der Trauer deshalb ganz anders um. Das musste ich akzeptieren.

Rittinger: Die Paarbeziehung wird auf eine harte Probe gestellt. Täglich hat jeder unterschiedliche Befindlichkeiten. Das größte Problem ist aber, wenn man keine gemeinsame Sprache findet, sich mitzuteilen. Da kann die Gruppe helfen, mit gleichen Erfahrungen über Belastungen zu sprechen.

Wie erleben Geschwister die Situation?

Junack: Für Geschwisterkinder bricht die Familie auseinander. Die Position des Ge-

schwisterkinds ändert sich, Eltern verändern sich, sind ihrer Trauer verhaftet, blenden aus, vereinnahmen. Das alles ist ein dynamischer Prozess. Auch Trauer verändert sich, der Umgang miteinander.

Und der Freundeskreis?

Junack: Im Umfeld kann sehr viel wegbrechen. Andere Freundschaften kommen wieder hinzu. Nichts ist mehr wie früher, weil sich die Menschen verändern. Und wenn die Trauer kein Thema ist, wird es schwierig. Das Umfeld hätte es gern, wenn man schnell wieder funktioniert. Schließlich findet Verdrängung und Ausblendung der eigenen Endlichkeit tagtäglich statt.

Welche Botschaft wollen Sie weitergeben?

Rittinger: Es gibt für jeden immer nur einen persönlichen Ausweg. Ich will Eltern zeigen, dass auch nach dem Tod des Kindes das Leben noch lebenswert ist. Man kann ins Leben zurück und trotzdem trauern.

Hat die Selbsthilfegruppe einen christlichen Hintergrund?

Rittinger: Wir gründen bewusst keine christliche Gruppe. Für mich war zwar der Glaube in meiner Trauerarbeit sehr wichtig, aber eine gewisse Neutralität ist nötig.

Junack: Jeder muss erfahren, was ihm gut tut. Und alles was gut tut, hilft weiter. Es gibt keine Bewertung falsch oder richtig. Das soziale Umfeld weiß es oft besser. Deswegen sind Selbsthilfegruppen wichtig, damit man den Weg nicht alleine gehen muss, sondern Kontakte knüpft. Wir haben keinen therapeutischen Anspruch, wer professionelle Hilfe braucht, bekommt Adressen.

Hilft es weiter, den Blick über das eigene Schicksal hinaus in die Welt zu lenken?

Junack: Sicher, gerade in den armen Regionen der Welt sterben viele Kinder, trauern Eltern, dass sie ihrem Nachwuchs zu wenig Nahrung geben konnten. Unsere Anteilnahme, sprich Empathie ihnen gegenüber ist wichtig. Und Abschied nehmen im Leben ist eine Erfahrung, der Tod ist der größte. Diese Erfahrungen sind nötig, um Abschied nehmen zu können. Dies wird je nach Persönlichkeit aber recht unterschiedlich gelebt.

Rittinger: Drei Dinge bleiben: Mut, Erinnerung und die Liebe. Letzteres macht das Leben wieder lebenswert. Diese Worte eines Dichters und Denkers zitierte am Sonntag ein Tatortkommissar zur besten Sendezeit.