



Seit mehr als einem Jahr ist die Familie Rauch nicht mehr vollständig: Elfriede und Martin Rauch und ihre Tochter Julia (rechts) vermissen Daniel.
Foto: Andrea Kipp

„Allein hätte ich das nie gekonnt“

Nach dem Tod des Sohnes – in der Gruppe „Trauernde Eltern“ helfen sich Betroffene selbst

Von Andrea Kipp

Mehr als ein Jahr ist vergangen seit dem Tag, der das Leben der Familie Rauch aus Frankfurt-Nieder-Eschbach völlig veränderte. Sohn Daniel kam im Alter von 20 Jahren bei einem Verkehrsunfall ums Leben.

„Wir versuchen, eine Form zu finden, in der wir existieren können und nach vorn zu gucken, auch wenn es schwer fällt“, sagt Daniels Mutter Elfriede Rauch. Hilfe in der schweren Zeit nach dem Unfall waren für Martin und Elfriede Rauch vor allem die vielen Freunde und Bekannten und die Selbsthilfegruppe „Trauernde Eltern“, die das Dekanat Wetterau-West anbietet.

Daniel hatte 2004 gerade sein Abitur gemacht – gemeinsam mit seiner Schwester Julia. Da lud ein Freund ihn zu einer Tour mit dem

Motorrad ein. Eine Autofahrerin sah die jungen Männer zu spät. Der Beifahrer – Daniel – kam bei dem Zusammenstoß ums Leben.

An die Identifizierung in der Leichenhalle erinnert sich die heute 47-jährige Mutter noch genau: „Es war so unwirklich. Daniel lag da, als wenn er schlief. Aber wir wussten sofort: Unser Leben wird jetzt anders verlaufen.“ „Ich wollte ihn damals gar nicht ansehen“, gesteht Daniels Schwester Julia (20). „Jetzt bin ich froh, dass ich es doch getan und bewusst Abschied genommen habe.“ Mut dazu machte ihr Joachim Michalik.

Der Referent vom Dekanat Wetterau-West kam als Notfallseelsorger zur Unfallstelle. Zusammen mit der Psychologin Dr. Sylvia Börgens leitet er die Selbsthilfegruppe, die die Rauchs besuchten. In der Leichenhalle formulierte er ein Gebet. „Das war sehr hilfreich, alleine hätte ich das nicht gekonnt“, sagt Elfriede Rauch.

Die Zeit seit dem Tod Daniels erlebten die Rauchs „wie unter einer Glocke“. Kraft- und ziellos fühlte sich Martin Rauch. Und seine Frau ergänzt: „Meine Seele ist manchmal wie ein leerer Schlauch. Selbst kleine Freuden wie zum Beispiel ein sonniger Frühlingstag tun weh. Ein Teil von uns ist mit ihm weggegangen.“

So extrem sind die Gefühle, dass die Rauchs sich fragten, ob ihre Reaktionen normal sind. In der Selbsthilfegruppe erlebten sie: „Die anderen Eltern haben ganz ähnliche Gefühle wie wir“, so der 48-jährige Speditionskaufmann. „Alle können den Frühling nur schwer ertragen.“ Die Sitzungen in der Gruppe wurden für die Rauchs „unheimlich wichtig.“ „Solche Gespräche kann man so nirgendwo anders führen. Nur da gibt es volles Verständnis, weil alle Ähnliches erlebt haben“, sagen die Eheleute. In der Gruppe können sie sogar kritische Bemerkungen

wie „Nun stell’ dich nicht so an!“ annehmen, die sie sich von anderen nicht sagen lassen würden.

Gemeinsame Riten geben den Rauchs Halt und lassen den Toten weiter präsent sein: Im Esszimmer steht ein Bild Daniels umgeben von Kerzen, Lichterketten und liebevollen Dekorationen. Sein letztes Bild aus dem Kunstkurs hängt an der Wand.

Der Glaube sei etwas, woran sie sich klammere, sagt Julia. Und ihre Mutter ergänzt: „Ich glaube, dass wir ihn eines Tages wiedersehen. Ich glaube es, aber ich wüsste es gerne.“ Dieser Glaube hilft ihr. „Der Alltag bringt uns täglich gute Erlebnisse. Wichtig ist, dass wir sie erkennen, annehmen und uns an ihnen freuen können.“

Die Teilnahme an den Gruppen „Trauernde Eltern“ und „Partnerverlust durch Tod“ ist kostenlos. Information bei Joachim Michalik, Telefon 0 60 32 / 93 13 13

INTERVIEW

Selbsthilfegruppe für Trauernde?

Frage: Herr Michalik, warum sind Selbsthilfegruppen für Trauernde nötig?

Michalik: In einer solchen Gruppe treffen sich Menschen mit gleichen Grunderfahrungen. Die Trauernden können sich unterstützen, wenn sie Wege ausprobieren, mit der Situation umzugehen und von ihren Erfahrungen berichten.

Was geschieht bei den Treffen?

Bei den ersten Sitzungen erzählen alle von ihrem Fall, auch

wenn das für manche zunächst unerträglich erscheint. In späteren Sitzungen geht es dann um die Lebensgestaltung, um den Platz, den der Verstorbene einnehmen soll. Die alten Räume sind verwaist, neue Räume müssen gefunden werden.

Wie lange dauert es, bis ein Todesfall seelisch verarbeitet ist?

Ganz verarbeitet ist er nie. Aber trauernde Eltern finden etwa nach sechs Jahren, trauernde Partner nach etwa zwei Jahren einen neuen Lebensrhythmus.



Joachim Michalik (49), Dekanatsreferent in der Wetterau, leitet Selbsthilfegruppen für trauernde Eltern.

Warum ist die Trauer um ein Kind anders als um Partner?

Die natürliche Reihenfolge des Sterbens ist gestört. Der Fürsorgegedanke, den Eltern auch noch für ihre erwachsenen Kinder

haben, läuft ins Leere – und das für immer!

Welche Hilfen bieten Sie an?

Als Vertreter der Kirche stelle ich mich zur Verfügung für Fragen nach Gott. Da wird dann auch mal geschimpft und gehadert.

Hat die Arbeit mit Trauernden Sie verändert?

Ja. Ich empfinde eine tiefe Dankbarkeit für meine zwei Töchter und ich weiß um die Verletzlichkeit des Lebens.