

Wie verhindere ich, dass Trauer unsere Beziehung zerstört?

„Ich lasse mich scheiden“, mit diesen Worten kommt eine Mutter, die um ihr Kind trauert, in den Gruppenabend. „Mein Mann und ich, wir können überhaupt nicht über den Tod unseres Sohnes sprechen.“ Beide haben gehofft, sie könnten sich in ihrer Trauer gegenseitig stützen und müssen erkennen, dass man sich nicht auf einen Menschen stützen kann, der selbst von einer schweren Bürde niedergedrückt wird.

Trauer lässt sich zwar mitteilen, aber nicht teilen. Jeder trägt sie allein. Niemand kann für einen anderen die Trauer abnehmen, sie ist auch nicht zu delegieren, sie muss persönlich durchlitten werden. Trauerwege können sehr unterschiedlich sein. Mit diesen grundsätzlichen Erklä-



Marion Buchholtz, Bestatterin und Trauerbegleiterin, Braunschweig

rungen ist häufig schon eine erste Möglichkeit gegeben, Entfremdung zu überwinden. Sie machen die Verhaltensweisen nachvollziehbar.

Selten befinden sich Paare am gleichen Punkt der Trauer, oft nicht einmal auf dem gleichen Weg. Wenn Sie es schaffen, das Schweigen zu brechen und sich von dem ungleichen Punkten und Wegen zu erzählen, dann ist schon viel gelungen.

13.09.2007