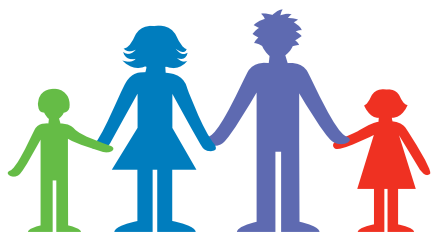
Als mein Bruder starb

Todesfälle in der Familie

Beim Verlust eines geliebten Menschen braucht man einen Rückzugsort und Zeit zum Trauern. Unsere Autorin Julia Schmitt musste lernen, ohne ihren Bruder zu leben. Sie vermisst ihn jeden Tag.

Von unserem Redaktionsmitglied
JULIA SCHMITT

Hast du Geschwister?“ Ich hasse diese Frage. Ich habe keine Antwort darauf. Meistens genügt ein schnelles „Nein“, denn wenn ich diese Frage ehrlich beantworte, begegnen mir betretenes Schweigen, mitleidige Blicke. Ich hatte einen Bruder. Ich war elf Jahre alt, als er starb. Das war vor 17 Jahren. Ich habe länger ohne, als mit ihm gelebt. Und doch vermisse ich ihn jeden Tag.



Familienleben

13 690 Menschen sind 2012 in Unterfranken nach Angaben des Statistischen Landesamtes gestorben: Mütter, Väter, Brüder, Schwestern, Großeltern. Sie hinterlassen Familien, die mit der Trauer um sie weiterleben müssen. Die Christian-Presl-Stiftung, eine Beratungsstelle für Menschen in Trauer in Bad Kissingen, unterstützt sie dabei. „Die Menschen, die hier Hilfe suchen, haben Angehörige durch Krankheit oder unvorhersehbare Ereignisse, wie Unfälle, Suizid, plötzlichen Tod oder Mord verloren“, sagt Maritta Düring-Haas, Sozialpädagogin bei der Stiftung.

Mein Bruder starb damals unerwartet innerhalb von zwei Tagen an einer explosionsartigen Streptokokken-Infektion, die alle Organe angegriffen hat. Wahrscheinlich wurde sie durch eine verschleppte Grippe oder Angina verursacht. Die Ärzte konnten es uns nicht sagen. Er hatte noch einen Tag vorher an einem Fußballturnier teilgenommen und war gut gelaunt. Über Nacht wurde er krank. Ich konnte mich nicht von ihm verabschieden. Morgens ging ich zur Schule, er blieb daheim im Bett. Nachmittags lag er schon in Würzburg auf der Intensivstation. Plötzlich war er nicht mehr da. Die Welt bricht zusammen und dennoch muss es weitergehen.

Stirbt jemand in der Familie, gehe es erst einmal nur ums „Funktionieren“, erklärt Maritta Düring-Haas: „Eltern wollen, dass es allen gut geht und stellen ihre eigenen Sorgen zurück. Aber vor allem Kinder wollen ihre Familie nicht weiter belasten.“ Kinder haben besondere Bedürfnisse. „Sie brauchen Normalität, denn der Verlust löst Existenzängste aus“, sagt die Sozialpädagogin. Aber Trauer verschwindet nicht. Die Beratungsstelle der Kissinger Stiftung suchen manche Betroffene erst längere Zeit nach dem Verlust auf. „Viele erfahren, dass es in ihrem Alltag keinen Platz für ihre Trauer gibt“, erklärt die Trauerbegleiterin.

Auch meiner Familie blieb nicht viel Zeit zum Trauern. Ämtergänge mussten erledigt werden, die Beerdigung organisiert werden. Und irgendwann ging ich auch wieder zur Schule. Freunde und Familie haben uns unterstützt. „Entscheidend für die Bewältigung der Trauer ist ein funktionierendes Umfeld“, sagt Düring-Haas. Sie kritisiert, dass es kaum Schutzraum für Hinterbliebene gibt: „Besonders von Berufstätigen wird schnell erwartet, so zu funktionieren, als sei nichts gewesen. Das bereitet vielen Hinterbliebenen großen Druck.“

Auch ich kenne das gut, und es schmerzt. Andere meinen zu wissen, was gut für einen ist. Sie denken, dass es irgendwann „auch einmal wieder gut sein muss“. Aber wie können andere entscheiden, wann ich darüber hinweg sein muss, keinen Bruder mehr zu haben? Egal, ob Freunde, Angehörige oder Kollegen – niemand kann entscheiden, wie man weiterzumachen hat. Sie sollten wissen, dass es ein „Weiter“ nicht so einfach geben kann, wenn ein Familienangehöriger stirbt. Aber was tun nach solch einem schweren Schicksalsschlag? Wie verhält man sich? Viele Freundschaften meiner Eltern zerbrachen damals. Freunde und Bekannte wussten nicht, wie sie damit umgehen sollten – genauso wenig wie meine Eltern. Also wurde der Bekanntenkreis kleiner.

Wie sich ein Todesfall auf die Hinterbliebenen auswirkt, ist nicht vorhersehbar. „Das Familiengefüge verändert sich grundlegend, und Paarbeziehungen können daran zerbrechen. Hier gibt es viele Varianten“, erläutert die Sozialpädagogin. Ein allgemeingültiges Rezept gibt es nicht. „Jede Familie muss ihren eigenen Weg finden und Verständnis dafür aufbringen, dass jedes Familienmitglied anders trauert.“

Ich bin sehr dankbar dafür, dass meine Eltern nicht an unserem Schicksal zerbrochen sind. Sie haben unsere Familie zusammengehalten, waren immer für mich da und haben mir alles ermöglicht. Sie haben sich voll auf mich konzentriert. Das war für mich nicht immer leicht, denn auch ich hatte plötzlich eine Verantwortung für sie.

Meine Mutter hat mir erzählt, dass wir nach dem Tod meines Bruders nur unterwegs waren. Nur nicht daheim herumsitzen, sondern rauskommen – anders war es nicht zu ertragen. Mein Bruder ist im Januar gestorben und wir fürchteten uns vor unserem ersten Weihnachten ohne ihn. Also flüchteten wir. Wir verbrachten die beiden Ferienwochen im Dezember auf Gran Canaria unter Palmen. Ohne Weihnachtsbaum, Weihnachtslieder und Verwandtschaft.

Trauerbegleiterin Düring-Haas erläutert, dass es für Kinder in Trauerfamilien schwierig sein kann: „Sie wollen ihre Familie nicht weiter belasten und nehmen ihre Trauer zurück.“ Später brechen ihre Gefühle jedoch durch. „Wir erleben immer wieder, dass Kinder erst nach ein oder zwei Jahren nach dem Verlust reagieren. Plötzlich fällt die Leistung in der Schule ab oder sie sind im Kindergarten aggressiv.“ Dabei brauchen gerade Kinder die Möglichkeit, ihre Trauer auszudrücken, erklärt sie. „Toben, Spielen, kreativ sein, Lachen und Weinen können helfen, die Trauer zu verarbeiten.“

Trauer: Julia Schmitt am Grab ihres großen Bruders, den sie verlor, als sie elf Jahre alt war. FOTO: M. BACK

Über den Tod meines Bruders wurde ausführlich in den Zeitungen berichtet. Es wurde über Ebola oder Malaria spekuliert. Ich weiß es noch wie heute, dass ich durchs Dorf lief und Menschen auf mich – ein elf Jahre altes Kind – zeigten. Bei uns war es keine private Tragödie, sondern eine öffentliche.

Ich habe meinen großen Bruder verloren, meine Eltern ihren einzigen Sohn. Aber Verlust ist Verlust. Verschiedene Grade von Todesfällen und Trauer gibt es nicht. „Egal, ob der Tod plötzlich oder nach langer Krankheit eintritt – es ist eine Situation, die man sich zu Lebzeiten nicht vorstellen kann“, sagt Düring-Haas. Vor allem gibt es keine bessere oder schlechtere Situation. „Es macht keinen Unterschied, ob jemand fünf Kinder hat und eines stirbt oder ob man sein einziges Kind verliert.“

Das Schlimme an der Trauer ist, dass sie immer da ist. „Sie ist nicht statisch. Trauer verändert sich ständig“, erklärt die Sozialpädagogin. Es gibt leichtere Tage, und besonders schwere. Geburtstage, Allerheiligen, den Advent, Weihnachten. „Oft schildern Trauernde, dass es ihnen besser geht, aber dann kommt der Todestag und der Schmerz um den Verstorbenen zeigt sich in seinem ganzen Ausmaß“, berichtet Düring-Haas.

Der Geburtstag und der Todestag meines Bruders sind die zwei schwersten Tage im Jahr für mich. Ich bin traurig, dass er nicht mehr da ist. Aber ich habe gelernt, mit der Trauer zu leben.

Christian Presl-Stiftung

2005 kam Christian Presl bei einem Verkehrsunfall ums Leben. Seine Angehörigen gründeten daraufhin 2007 die gemeinnützige Christian-Presl-Stiftung. Trauernde erfahren Unterstützung durch Einzel-, Paar- oder Familienberatung. Erwachsene können verschiedene Gruppenangebote nutzen, und für Kinder im Alter von sechs bis 16 Jahren gibt es zwei Kindergruppen.
Information unter: Beratungsstelle für Menschen in Trauer, Christian Presl-Stiftung, Spargasse 18, 97688 Bad Kissingen; ☎ (09 71) 69 91 90 70, Fax 69 91 90 79. E-Mail: info@christian-presl-stiftung.de und im Internet unter www.christian-presl-stiftung.de

ANZEIGE

Immobilienvermittlung- und Finanzierung-
bei Ihren LBS-Experten in guten Händen

- **Vermittlung von Immobilien**
  Ob Sie eine Immobilie verkaufen oder suchen: Profitieren Sie von unserer Erfahrung in der Region. Wir begleiten Sie kompetent und zuverlässig von Anfang an. Unser Leistungsangebot reicht von der Verkaufswertermittlung bis hin zur Vorbereitung des Notartermins.
- **Finanzierung Ihres Eigenheims**
  Bei uns erhalten Sie Ihr ganz persönliches Finanzierungsangebot zu Top-Konditionen. Wir begleiten Sie bei der Finanzierungsabwicklung und über die gesamte Laufzeit der Finanzierung.
- **Staatliche Förderungen**
  Die LBS-Experten zeigen Ihnen, welche staatlichen Förderungen für Sie in Frage kommen und wie Sie davon profitieren können.
- **Absicherung**
  Selbstverständlich kümmern wir uns um die notwendigen Versicherungen für Ihre Immobilie und um Ihre Absicherung als Eigentümer.

Immobilien
Finanzierung
Bausparen
Ihr LBS-Experte

Alexander Hupp
Geschäftsführer
(09 31) 3 22 41 14
(01 63) 8 04 91 30

Paul Hupp
Geschäftsführer
(09 31) 3 22 41 11
(01 71) 6 12 82 54

LBS
LBS-Paul Hupp-Vertriebs-GmbH
Semmelstraße 15, 97070 Würzburg
E-Mail: alexander.hupp@lbs-unterfranken.de

Immobilienvermittlung in Vertretung der Sparkassen Immobilien GmbH

GUTSCHEIN

Mit diesem Gutschein erhalten Sie
eine kostenlose Marktpreiseinschätzung.

Sprechen Sie mit uns. Wir freuen uns auf Ihren Anruf!