

Vorwort

Ein Kind an den Tod zu verlieren gehört ganz sicher zum Schlimmsten, was einem Menschen widerfahren kann. Unmittelbar – und oft als unerträglich empfunden – ist der Schmerz des Verlusts, das Gefühl, dass da jemand weit »vor der Zeit« gegangen ist. Elementar sind die Auswirkungen auf Eltern und Familien, die mit diesem Verlust umgehen lernen müssen und deren Zusammenleben sich durch die Katastrophe von einem Tag auf den anderen verändert. Herausfordernd ist die Gestaltung eines Alltags »danach«, zumal in einer Gesellschaft, die den Tod und den Schmerz vielfach auszublenden versucht.

Dieses Buch ist für Eltern gedacht, die ein Kind verloren haben und Rat und Unterstützung suchen. Dieses Buch ist auch gedacht für deren Freunde, Verwandte und Kollegen, die sich mit dem Thema intensiver auseinandersetzen wollen, um konstruktiv helfen zu können. Und es ist gedacht für diejenigen, die beruflich immer wieder mit verwaisten Eltern in Kontakt kommen – also zum Beispiel für Ärzte, Krankenschwestern oder Hebammen, für Seelsorger oder Sozialarbeiter.



Dieses Buch ist gleichermaßen Ratgeber wie Fachbuch. Es bündelt einerseits neueste Erkenntnisse aus Forschung und Praxis. Und es gibt andererseits konkrete Tipps zum Umgang mit verschiedenen Aspekten der Trauer und ihrer Überwindung, die wir als hilfreich für viele erlebt haben.

Wir, das sind Kollegen, die sich mit dem Thema »verwaiste Eltern« seit Jahren und Jahrzehnten in Wissenschaft, Lehre und therapeutischer Praxis befassen oder dieses Thema aus eigener Erfahrung kennen. Wir, das sind Ärzte, Psychologen, Sozialarbeiter, Trauerbegleiter, Studenten, eine Journalistin und eine Zeichnerin.

Wir hoffen, dass wir mit diesem Buch ein stabiles Geländer errichten konnten, an dem sich manchmal orientiert, manchmal ausgeruht und immer festgehalten werden kann.

Wir folgen in diesem Buch dem Gedanken von William Worden, dass Trauer kein geradliniger Prozess ist. Sie ist eher mit einem Puzzle vergleichbar, bei dem zur Lösung der Gesamtaufgabe verschiedene Teilaufgaben gehören. Deshalb haben wir zwar den einzelnen Aufgaben Trauernder jeweils ein Kapitel zugeordnet, ihre Reihenfolge spielt jedoch eine untergeordnete Rolle.

Die Geschichten dreier Familien prägen dieses Buch: eines Ehepaars, das sein »Sternenkind« noch in der Schwangerschaft verliert, einer Familie, deren Kind an einer schweren Erkrankung stirbt, und einer Familie, die ihr Kind durch Suizid verliert.

Die Erlebnisse dieser drei Familien werden Sie durch die Kapitel begleiten – in Reflektionen unserer gemeinsamen therapeutischen Arbeit. Wir danken den Eltern mit Respekt und Hochachtung, dass wir mit ihnen an diesem Buch arbeiten und ihre Erinnerungen und Erlebnisse beispielhaft verwenden durften. Ihre Namen sind selbstverständlich verändert.

Außerdem haben wir am Ende des Buches einen Service-Teil mit Adressen, Anlaufstellen und weiterführenden Informationen hinzugefügt, der Ihnen eine Hilfe sein soll.

Wir hoffen, praktikable Hinweise zu geben, wo diese fehlen und zu jedem Schritt nach vorn zu ermutigen, wo dies wichtig ist.

Mögen aus Trauer und Verzweiflung Dankbarkeit und Hoffnung wachsen können.

*MSc. Psych. Natalie Blücher · Dr. Daniela Ehrenberg
Michèle Förster · Melanie Garanin · Dr. Silke Ingrisch
Dr. Heidrun Kieslinger · Ariane Kilian · MSc. Psych. Lorena Lüning
BSc. Psych. Laura Rentz · Priv.-Doz. Dr. Dr. Andreas Schulze
Prof. Dr. Dr. Wolfram Schulze · Carla Vorderwisch
Lena Vorderwisch*

