„Jeder neue Schritt tut weh"

Gespräch mit Marion Theobald von der Gruppe Jüngere Verwitwete. Die Aussagen im Text wurden im Text hervorgehoben

Marion Theobald (re.) und Ulrike Emler (li.) leiten die Selbsthilfegruppe. Foto: privat

Wenn der Partner stirbt, bricht alles zusammen:
Ich konnt' es zuerst nicht glauben. Bin allein nach Hause gefahren, fragen Sie nicht, wie. Hab mich hingelegt, der Kopf war leer! Das Weinen kam erst später. Was soll ich noch hier, wenn er fehlt? Es fehlt alles. Jeder verfällt als erstes in Aktionismus – nur nicht dran denken müssen. Und in Wut: Warum er, warum ich? Aber das ist Flucht vor der Einsamkeit.

Auch Freundschaften haben nicht geholfen.
Körperlicher und seelischer Kontakt fehlt sehr. Umarmungen hätte ich gebraucht. Jemand, der da ist, mich hält. Der zuhören, mich aushalten kann.

Aber die meisten Menschen können mit Tod nicht umgehen.
Die Leute wollen nicht mit dem eigenen Tod konfrontiert werden – auch Freunde nicht.

Vermutlich aus Rücksicht und Verdrängung waren kaum Gespräche möglich.

Manchen Menschen hilft die Familie, bei Frau Theobald waren es Bekannte über ein gemeinsames Hobby, bei denen sie eine familiäre Atmosphäre vorfand. Relativ schnell suchte sie Menschen in der gleichen Situation, und fand sie mit Hilfe einer Freundin.
Die Gruppe ist die einzige Möglichkeit, über das Erlebte und das Erleben zu sprechen, zu weinen – für alle.

Jeder trauert anders: Frauen anders als Männer, Ältere anders als Jüngere, wieder anders trauern Kinder. Vor allem sehr junge Frauen mit Kindern stehen oft zusätzlich vor großen materiellen Problemen. Einsamkeit ist ein Problem, für andere nicht. Mit der Einsamkeit müssen alle leben, Ältere haben im Allgemeinen ein größeres Problem damit als Jüngere:
Die haben das Leben auch gefühlsmäßig noch vor sich.
Trauer dauert unheimlich lange. Leute, die schnell wieder jemanden suchen, sind damit noch nicht durch. Mit der Zeit wirkt Einsamkeit nicht mehr so bedrohlich, positiv fühlt sie sich nicht an.

Marion Theobald ist in den vergangenen fünf Jahren einen weiten, schweren Weg gegangen und hat sich verändert. Sie macht keine Zukunftspläne mehr, legt weniger Wert aufs Materielle, mehr aufs Leben, Genießen – und aufs Helfen. Gemeinsam mit ihrer Freundin leitet sie die Gruppe, um sie bekannter und professioneller werden zu lassen. Sie intensivierte die Kontakte zum Gesundheitstreffpunkt und initiierte eine Webseite als überregionales Kontaktnetzwerk für jüngere Verwitwete und ihre Kinder.

Die Gruppe ‚Jüngere Verwitwete, mit und ohne Kinder' trifft sich einmal im Monat samstags zum gemeinsamen Frühstück, bei dem alles möglich ist: Sprechen, Zuhören, Planen gemeinsamer Ausflüge und mehr.

Die brennenden Kerzen bedeuten Erinnerung. Foto: Marion Theobald

KONTAKT

Marion Theobald
Tel. 0621-65 36 47
www.verwitwet-info.de