

# Abschied ohne Verabschiedung

Wie Trauer und Verlusterlebnisse in Corona-Zeiten zur doppelten Herausforderung für Betroffene werden

Von Anne Heintz

**Tetingen.** Im Februar 2019 stirbt Sarah Grond im Alter von nur 32 Jahren an einem Grippevirus. Innerhalb von vier Tagen war die junge Frau und Mutter tot. Der Verlust hat ein tiefes Loch in das Leben ihres Ehemanns Yves Barthels und ihrer damals zwei- und vier-einhalbjährigen Söhne Lionel und Milan gerissen. Denn es traf sie völlig unerwartet und unvorbereitet. Seither hat sich die Familie an einen neuen Alltag gewöhnen müssen. Ein Alltag, der durch die Corona-Krise erneut von Veränderungen heimgesucht wurde.

Als das Covid-19-Virus Anfang März in Luxemburg zuschlug, war es gerade mal ein Jahr her, dass Yves Barthels von seiner Frau für immer Abschied genommen hatte. Er und seine Söhne Milan und Lionel pflegen seither einen offenen Umgang mit ihrer Trauer und werden dabei von der Vereinigung Trauerwee aus Tetingen begleitet. Wissend, dass Tod und Trauerarbeit in der Gesellschaft immer noch Tabuthemen sind, hat sich der Familienvater bewusst für einen offenen Umgang mit der Trauer entschieden.

„Für uns ist ein offener Umgang mit unseren Gedanken und Gefühlen ein wichtiger Bestandteil der Trauerverarbeitung. Wir reden oft über Sarah und über gemeinsame Erlebnisse aus der Vergangenheit. Auch stellt mir mein inzwischen fünfeinhalbjähriger Sohn Milan in diesem Zusammenhang regelmäßig Fragen. Dann versuche ich, ihm so gut es geht Antworten zu geben. Wichtig ist, dass man sich mit dem Geschehen auseinandersetzt, auch wenn es wehtut, und sich nicht von seinen Ängsten leiten lässt“, schildert Yves Barthels.

## „Trauer braucht Raum um Zeit“

Ein solch offener Umgang mit der Trauerbewältigung findet aber noch lange nicht in jeder Familie statt, die einen Verlust erlitten hat. Wie auch die Leiterinnen der Vereinigung Trauerwee, Christiane Rassel und Simone Thill, sowie die Psychologin Martine Wirtz bestätigen. Wichtig sei es an erster Stelle, Trauer zuzulassen, damit der Trauerprozess überhaupt beginnen kann.

„Trauer braucht Raum um Zeit, um gelebt zu werden. Sie ist eine ganz normale Reaktion des Men-



Yves Barthels (hier mit Sohn Milan) hat nach dem Tod seiner Frau die Fondation Sarah Grond gegründet. Die Hilfe der Stiftung richtet sich an Kinder, die ein Elternteil verloren haben. Fotos: Lex Kleren



Direktorin Simone Thill, Präsidentin Christiane Rassel und Psychologin Martine Wirtz (v.l.n.r.): Die Corona-Krise erschwert das Abschiednehmen. Viele Betroffene leiden darunter.

schen auf ein Verlusterlebnis. Da aber viele Menschen Trauergefühle immer noch unterdrücken und nicht darüber reden, besteht Gefahr, dass der Trauerprozess nicht richtig beginnen kann. Deshalb werden wir nicht müde, immer

● **Durch das bewusste Abschiednehmen können Menschen einen Verlust besser verarbeiten.**

Psychologin Martine Wirtz

wieder daran zu erinnern, wie wichtig es ist, über Verlusterlebnisse zu reden“, erklärt Simone Thill, Direktorin der Vereinigung.

Und das vor allem jetzt, in dieser speziellen Zeit, in der die Themen Tod, Trauer und Abschied wegen des Covid-19-Virus im Alltag der Menschen omnipräsent sind. Die Psychologin Martine Wirtz erklärt: „Seit Beginn der Pandemie haben viele Menschen wegen der strengen Regeln in den Krankenhäusern nicht mehr die Gelegenheit dazu gehabt, sich von einem sterbenden Familienmitglied zu verabschieden. Durch das bewusste Abschiednehmen können Menschen einen Verlust allerdings besser verarbeiten. Durch das Gegen-

teil kann der Trauerprozess kompliziert werden und sich gar in die Länge ziehen.“

„Es war anders, als gewohnt. Aber zusammen mit dem Au-pair-Mädchen, das seit dem Tod meiner Frau bei uns lebt, haben wir viel Zeit im Garten und in der Natur verbracht. Wir haben das Beste draus gemacht. Trotzdem gingen die täglichen Berichte über die Todeszahlen und den beängstigenden Verlauf der Neuansteckungen nicht spurlos an mir vorbei. Ich habe stets gedacht, dass mir nicht auch noch etwas passieren darf, da die Kinder nur noch mich haben“, betont der Familienvater.

Die Trauergruppen für Kinder und Jugendliche, die seit der Gründung der Vereinigung Trauerwee im Jahr 2014 organisiert werden, liegen seit Beginn der Krise auf Eis. Die Räumlichkeiten am Hauptsitz in Tetingen dürfen seit Mitte März nicht mehr genutzt werden. Um dennoch in Kontakt mit den Kindern und Jugendlichen zu bleiben, die sie betreuen, haben die Verantwortlichen nach Alternativen gesucht. „Wir haben sämtliche Familien via Telefon oder E-Mail kontaktiert und ihnen weiterhin unsere Hilfe angeboten. In dieser Zeit, in der Tod und Trauer wegen des Corona-Virus zur doppelten Herausforderung für betroffene Familien geworden sind, ist es wichtig, den Dialog mit ihnen zu suchen und zu fördern. Die Betreuung auf Distanz ist zwar eine andere, aber ihnen weiterhin das Gefühl vermitteln zu können, dass wir für sie da sind, ist wichtig“, erklärt Präsidentin Christiane Rassel.

teil kann der Trauerprozess kompliziert werden und sich gar in die Länge ziehen.“

Das letzte Mal die Hand der geliebten Person halten, andere Trauernde in den Arm nehmen, dafür gebe es keinen Ersatz. Auch für viele Familien, die sich bereits vor Beginn der Pandemie in einem Trauerprozess befunden haben, sei die plötzliche Umstellung auf einen wiederum neuen und ungewohnten Alltag zum Teil schwierig gewesen. „Plötzlich sind soziale Kontakte verboten, die für trauernde Menschen aber oft wichtig sind. Kinder durften ihre Großeltern nicht mehr sehen, deren Nähe insbesondere für trauernde Kinder wichtig ist. Zudem sind Rituale, wie Besuche auf dem Friedhof oder Familientreffen am Todestag des Verstorbenen, auf einmal weggefallen. Es sind Alltagsveränderungen, die nicht jeder Trauernde gleichermaßen gut bewältigen kann“, erklären Martine Wirtz und Simone Thill.

## Auftreten von Verlustängsten

Auch Milan und Lionel durften zu Beginn der Krise ihre Oma vorerst nicht mehr sehen. Dabei gehörten die regelmäßigen Besuche ihrer Großmutter für die Brüder zum neuen Alltag. Ihr Vater arbeitete während des Lockdown - wie die meisten Menschen - im Homeoffice und nutzte die Gelegenheit, um

## Kontaktaufnahme

Damit das Thema Trauerverarbeitung und Verlusterlebnisse in Zeiten von Corona nicht in Vergessenheit geraten, organisiert die Vereinigung am 2. September ein Treffen in den Räumlichkeiten ihrer zweiten Anlaufstelle in Böwingen/Attert. Weitere Details werden noch bekannt gegeben. Anmeldungen erfolgen via E-Mail: [info@trauerwee.lu](mailto:info@trauerwee.lu). So lange die Räumlichkeiten in Tetingen weiterhin geschlossen bleiben, sind die Mitarbeiterinnen und die Psychologin der Vereinigung von montags bis samstags für Gespräche via Telefon zu erreichen: 691 337 317 oder 621 137 774.

► [www.trauerwee.lu](http://www.trauerwee.lu)  
[www.fondationsarahgrond.lu](http://www.fondationsarahgrond.lu)