

Wenn junge Menschen trauern

Wo finde ich einen Platz für meine Trauer? Das fragten sich zwei Wienerinnen nach dem Tod ihrer Partner – und gründeten mit dem Young Widowers Dinner Club eine Begegnungszone ohne Zwang und Tabus.

TEXT: Eva Reithofer-Haidacher
FOTO: Mercan Sümbültepe

Der Tod ist groß.“ Wie sehr diese Worte Rilkes stimmen, weiß kaum jemand besser als Menschen, die ihre Liebsten verloren haben. Eine von ihnen ist die Wienerin Dagmar Reinisch. Wenn sie von ihrem Gerhard spricht, der drei Tage vor seinem 46. Geburtstag an plötzlichem Herzversagen verstarb, klingt auch mehr als sechs Jahre später ein tiefer Schmerz mit. „Mein Leben ist in zwei Hälften zerbrochen: das Davor und das Danach“, sagt Reinisch. Die drei gemeinsamen Jahre mit ihrem Partner erlebte sie als die glücklichste und schönste Zeit ihres Lebens. Danach war sie in einem Schockzustand, „wie unter Asche“, und es stellte sich die Frage: „Wie mit meinen glühenden Schmerzen umgehen?“

Manche ihrer Freunde dachten, die Antwort zu wissen: „Die Vergangenheit ist vorbei, schau in die Zukunft!“, meinten die einen. „Du musst loslassen!“, die anderen. Für Dagmar Reinisch waren solche Plattitüden wenig hilfreich: „Es tut weh, wenn die Trauer klein gemacht wird.“ So begab sie sich auf die Suche nach Menschen, die ihr zuhören und sie verstehen. Gefunden hat sie sie in einer Trauerrunde der Caritas. Nach den Sitzungen gingen die TeilnehmerInnen öfter noch in ein Lokal und fanden heraus: Diese informellen Gespräche in lockerer Runde, bei der die Trauer mitklingen darf, ohne immer Thema zu sein, taten ihnen besonders gut.

So wurde die Idee des Young Widowers Dinner Club (YWDC) geboren: Beim Abendessen in einem Wiener Lokal treffen sich zweimal im Monat Menschen zwischen 20 und 50 Jahren, die ihre PartnerInnen verloren haben. Hier finden sie einen Ort der Begegnung und der gegenseitigen Stärkung, ungezwungen, ohne Programm und Zeitvorgaben.

Der Dinner Club entpuppte sich rasch als gefragtes Angebot. Im März 2017 von acht Frauen gegründet, gibt es nach nur vier Jahren neun Standorte im deutschsprachigen Raum: in Städten der Schweiz und in Deutschland ebenso wie in Wien, Graz und seit Kurzem auch in Linz. „Es ist erfüllend,

ein Projekt mit aufzubauen, das zu einer starken Bewegung weiterwächst“, freut sich Initiatorin und Leiterin Franziska Haydn über den Erfolg.

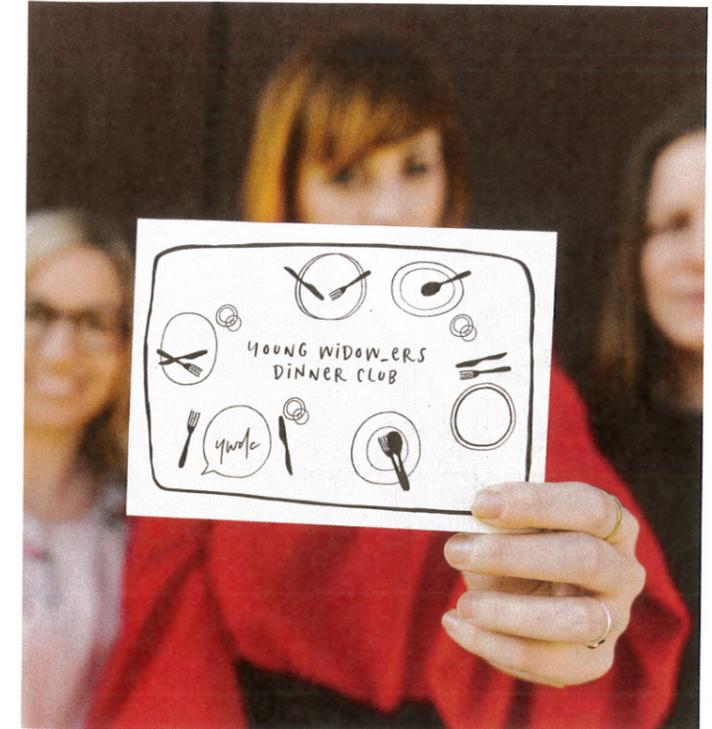
Sie selbst weiß sehr gut, wie sich das soziale Umfeld nach dem Tod des Partners ändert. Die Soziologin war erst 30, als bei ihrem Freund ein Hirntumor diagnostiziert wurde. Zwei Jahre später war sie verwitwet. „Man lebt wie in einer dunklen Parallelwelt gegenüber allen anderen Menschen“, sagt sie. Man fühle sich verloren und habe nicht die Kraft, dem mangelnden Verständnis der anderen entgegenzutreten. Für viele sei das Dinner-Club-Treffen das erste Mal, dass sie offen reden können, ohne andere zu belasten. Denn, so Haydn: „Trauernde sind anstrengend. Man muss ihren Schmerz und ihr Leiden aushalten.“

Für die Hinterbliebenen ist es schwer zu ertragen, dass die Gesellschaft ihre Trauer nach einiger Zeit auf ausgewählte Daten und Orte wie Allerheiligen und den Friedhof verbannt. „Trauer ist kein Problem. Ein Problem kann man lösen, den Verlust eines Menschen nicht“, sagt Dagmar Reinisch. Deshalb sei es so wichtig, sich auch nach längerer Zeit darüber austauschen zu können. Die YWDC-Abendessen bieten dafür einen Platz. Hier werden existenzielle Fragen genauso erörtert wie scheinbar alltägliche. „Was machst du mit den Kleidern deines verstorbenen Partners?“, ist etwa eine Frage, die in ihrer ganzen Tragweite nur von direkt Betroffenen verstanden wird.

Doch es geht nicht nur um ernste Themen. Die Treffen, zu denen als jährliche Fixpunkte ein Picknick im Sommer und ein Geburtstagsfest im März gehören, können auch ausgelassen und fröhlich sein. Ein Gast im Lokal, dem die sympathische Stimmung der Gruppe gefiel, fragte, ob er sich nicht anschließen könne. Die einhellige Antwort der YWDC-Mitglieder: „Du kannst dir sicher sein, das willst du nicht.“

Infos und Kontakt:

www.youngwidowersdinner.club



TRAUER HAT KEIN ABLAUFDATUM

Drei Fragen an Franziska Haydn, Initiatorin des Young Widowers Dinner Club

Soll man auf Trauernde zugehen oder sie lieber in Ruhe lassen?

Es gibt kein Universalrezept. Trauernde können sich oft selbst keine Unterstützung suchen, weshalb ein Umfeld aus stützenden Menschen wichtig ist. Diese sollten die Initiative ergreifen, konkrete Vorschläge unterbreiten, Dasein signalisieren.

Was ist das Wichtigste in der Begegnung mit Trauernden?

Es fällt schwer, Themen wie Tod und Trauer offen zu begegnen. Da hilft es, tief durchzuatmen, sich den eigenen Gefühlen und Ängsten zu stellen. Mit dem Herzen sprechen und das Gegenüber in seiner oder ihrer Trauer und dem Schmerz wahrnehmen, ohne Kleinreden und Ausflüchte. Ratschläge oder Kalendersprüche sind da fehl am Platz.

Kann man davon ausgehen, dass sich das Leben nach einem Jahr, dem Trauerjahr, wieder normalisiert?

Trauer hat kein Ablaufdatum. Sie bleibt herausfordernd, besonders an wichtigen gemeinsamen Daten wie Geburtstag oder Weihnachten. Aber sie verändert sich, und manches wird mit der Zeit weniger schwer. Ich habe einen Freundeskreis an jungen verwitweten Menschen, mit denen ich meine Trauererfahrung, meine Geschichte teilen kann.