

Zurück ins Leben kommen

Verein „Vidu“ unterstützt junge Verwitwete

Von Angelika Prauß

Der Tod des Ehepartners haut viele Hinterbliebene um. Umso mehr, wenn dieser in jungen Jahren stirbt. Jung Verwitwete haben dabei mit anderen Sorgen zu kämpfen als Senioren. Der Verein "Vidu" steht ihnen zur Seite.

Bonn (KNA) Vor zehn Jahren brachen bei Ellen Peiffer alle Zukunftspläne weg - ihr Mann starb nur kurz nach der Diagnose an Hirntumor; die damals 37-Jährige stand plötzlich allein da mit ihren beiden Kindern im Alter von zweieinhalb Jahren und elf Monaten und wusste nicht mehr, wie es weitergehen sollte. Über das Internet fand sie den Verein "jung verwitwet"; über dessen Forum gelangte sie zur einer Selbsthilfegruppen für junge Verwitwete. "Andere Menschen in ähnlicher Situation kennenzulernen, die wieder auf die Füße gekommen sind, hat mir sehr geholfen." Inzwischen leitet Peiffer selbst in Köln eine solche Gruppe.

Über 600.000 Deutsche unter 60 Jahren teilen nach einer Erhebung des Statistischen Bundesamtes von 2013 das Schicksal von Ellen Peiffer. Sie sind durch Krankheit, Unfall oder Suizid des Partners verwitwet. Binnen kurzer Zeit schwinden alle Lebensträume und -fundamente. Für Peiffer waren ihre beiden Kinder "zunächst der einzige Grund weiterzuleben". Hinzu kommen existenzielle Fragen. Hat mein Leben noch einen Sinn? Werde ich einen neuen Partner finden? Wie erziehe ich alleine unsere Kinder?

Daneben drücken die Hinterbliebenen oft finanzielle Sorgen, gerade wenn mit dem Tod des Partners der Hauptverdiener wegfällt. "Junge Verwitwete mit Kindern erhalten nach einem Jahr nur noch den Freibetrag für Alleinerziehende", weiß Peiffer. Auch würden Kinder nicht selbstverständlich kostenlos in die Familienversicherung des überlebenden Elternteils aufgenommen, wenn dieses - anders als der Verstorbene - in einer gesetzlichen Krankenkasse ist. Ab 2017 soll sich dies nun ändern, was für viele eine deutliche finanzielle Entlastung bringe.

Um Verwitweten eine Lobby zu bieten, wurde 2001 der Verein "jung verwitwet" gegründet, der sich inzwischen in "Vidu" (angelehnt an den lateinischen Begriff für verwitwet) umbenannt hat. Der Verein mit rund 300 Mitgliedern betreibt unter anderem die Homepage "verwitwet.de" mit einem Forum für Betroffene, Erfahrungsberichten und weiterführenden Adressen. Der Verein kooperiert mit Trauerbegleitern und unterhält in Deutschland sechs Selbsthilfegruppen.

"Aufbauende Worte"

Es gebe nicht so viele jung verwitwete Menschen, sagt Peiffer, die inzwischen Vorsitzende von "Vidu" ist. "Und in normalen Trauerkreisen fühlen sie sich nicht so aufgehoben." Unter Schicksalsgenossen fühle man sich verstanden. Vor einigen Monaten startete der Verein die Briefaktion "Zurück ins Leben". Dabei bekommen Trauernde alle zwei Monate "aufbauende Worte und Zukunftsweisendes" zugeschickt, verrät Peiffer, "Verwitwete haben so viele schlimme Dinge im Briefkasten..."

Peiffer wünscht sich mehr Sensibilität und Geduld im Umgang mit jung Verwitweten. Todesfälle im Freundes- und Verwandtenkreis seien "schwer auszuhalten; über Tod und Sterben wird nicht gerne

gesprachen". Trauer sei oft ein jahrelanger Prozess; und das Bedürfnis, über den Verstorbenen zu sprechen, sei oft groß.

Mehr Sensibilität und Angebote für junge Trauernde wünscht sich die Kölnerin auch von der Kirche. Einen "Tag für Verwitwete" zu organisieren könne eine gute Idee sein, so Pfeiffer. An der Umsetzung hapere es in der Praxis aber noch. "Die Betroffenen sollten einbezogen werden; und es sollten sich auch junge Leute - nicht nur Senioren - angesprochen fühlen."

Solches Gespür beweist seit einigen Jahren das Erzbistum Köln. Gertrud Ganser, dort zuständig für die Alleinerziehendenpastoral, veranstaltet einmal im Jahr ein Wochenendseminar für junge Verwitwete, Kinderbetreuung inklusive. Die dreifache Mutter erlebte über Kontakte zu anderen Eltern mehrere überraschende Todesfälle mit, wo Mütter oder Väter mit kleinen Kindern allein zurückgeblieben. "Wir sollten als Kirche da helfen bei der Verarbeitung und Entwicklung neuer Perspektiven und Unterstützung anbieten."

Zukunftsperspektive

Bei dem "prozessorientierten" Seminar werfen Gansers Teilnehmer nicht nur einen Blick zurück auf die Beziehung zu dem Verstorbenen. Es geht auch darum herauszufinden, welche neuen Schritte unternommen werden können und so eine Perspektive für die Zukunft entstehen kann. Sich als Gruppe zu erleben und mit ihren Sorgen nicht allein zu sein, sei für die Teilnehmer eine wichtige Erfahrung, so die Psychologin. Bei jungen Verwitweten versterbe der Partner oft plötzlich durch Unfall oder Krankheit, "da braucht ein Begreifen auch Zeit". Wenn die sich aber auch noch um ihre Kinder kümmern müssten, fehle der "geschützte Raum" zu Trauern. Anders bei dem Seminar, wo sich die Verwitweten auch mal "in Ruhe auf ein Gespräch einlassen können".

So ermutigend so ein kirchliches Angebot ist - auch Ellen Peiffer besuchte 2007 das Seminar - es ist noch die Ausnahme. Das Problem: Jüngere Menschen - und damit auch Verwitwete - seien oft kirchlich "wenig gebunden oder in einer Gemeinde verwurzelt", so Ganser. Pfarrer vor Ort wiederum seien mit vielen anderen Aufgaben betraut. Deshalb plädiert die Psychologin dafür, dass solche Angebote wie in Köln über die (Erz-)Bistümer organisiert werden. Zugleich weiß sie, dass - auch aufgrund fehlender personeller Ressourcen - nicht in allen Bistümern die Alleinerziehendenpastoral im Blick sei.

Dabei ist die Sorge um Trauernde ganz im Sinne von Papst Franziskus. In seinem nachsynodalen Schreiben "Amoris laetitia" heißt es, die christliche Gemeinschaft sei herausgefordert, Hinterbliebene "durch besondere Aufmerksamkeit und Hilfsbereitschaft" zu unterstützen (Kapitel 254f.) Ganser beobachtet zudem einen positiven Nebeneffekt - mancher Teilnehmer, der über das Wochenende für jung Verwitwete erstmals wieder Kontakt zur Kirche bekommt, sei auch wieder offener für andere pastorale Angebote.

Zugleich weiß Ganser, dass solche Angebote für Verwitwete "nicht zu jedem Zeitpunkt passen - für den einen kommt ein solches Angebot zu früh, für den anderen zu spät". Es sei immer auch ein wenig Glückssache, "den richtigen Zeitpunkt zu finden, um Menschen anzusprechen". Ganser hofft auf gute Resonanz, wenn sie im nächsten Jahr in Kooperation mit der Trauerpastoral im Erzbistum Köln einen eigenen Gottesdienst für junge Verwitwete anbietet; für Kinderbetreuung werde natürlich gesorgt.