

PRESSEMITTEILUNG

Partner in die Trauer mit einbeziehen

Trauernde neigen häufig dazu, ihre Gefühle vor den eigenen Partnern zu verbergen. Fachleute haben jedoch herausgefunden, dass sich Trauer bei beiden Beteiligten so eher verstärkt. Sie raten, mit dem Partner offen über den Verlust zu sprechen.

Königswinter, 17.10.2013 – Viele Trauernde wollen ihr Umfeld nicht mit Trauer belasten. In bestimmten Zusammenhängen wie am Arbeitsplatz oder unter Freunden ist dies unter Umständen sinnvoll. Probleme entstehen in Partnerschaften, wenn jemand nicht über den Verlust spricht und in Anwesenheit seines Partners Stärke zeigt, um diesen nicht zu belasten. Dann nimmt die eigene Trauer zu, während sich gleichzeitig auch beim Partner die Trauer verstärkt. Das ergab eine Studie von Wissenschaftlern der Universität Utrecht in den Niederlanden, bei der 219 Paare befragt wurden. „Als Ergebnis sehen wir hier, dass Partner versuchen, sich gegenseitig zu schützen, und dass dieses Bemühen zum Gegenteil des gewünschten Ergebnisses führt“, erklärt die Trauerberaterin Heidi Müller vom Beirat des Trauerportals www.gute-trauer.de, das von der Verbraucherinitiative Aeternitas ins Leben gerufen wurde.

Müller empfiehlt Paaren, nach einem Verlust über ihre Trauer miteinander zu sprechen. Dies könne Missverständnissen und Konflikten vorbeugen. Offenheit dem Partner gegenüber sei dabei entscheidend. Dann habe der andere alle Möglichkeiten zu sagen, „ja, das geht mir auch so“ oder „nein, das empfinde ich anders“. Oft stehe gerade das Thema Verlust unausgesprochen zwischen beiden. Falsch sei es auch zu erwarten, dass der Partner alles genauso empfinde.

Die Trauerforschung hat bisher den Schwerpunkt auf die Frage gelegt, wie einzelne einen Verlust verarbeiten. Trauer hat jedoch auch einen sozialen Bezug, was unter anderem die Ergebnisse der erwähnten Studie zeigen. Wie Lebenspartner den Trauerprozess des jeweils anderen beeinflussen können, ist eines der Themen der aktuellen Ausgabe des Newsletters „Trauerforschung im Fokus“. Darin stellen die Redakteurinnen des Projekts ab morgen wieder aktuelle Themen aus der internationalen Trauerforschung vor. Den Newsletter können interessierte Laien und Fachleute unter www.trauerforschung.de kostenfrei beziehen. In einem Archiv kann jeder die Newsletter der letzten vier Jahre nachlesen.



Weitere Informationen erhalten Sie bei:

Alexander Helbach
Aeternitas e.V. – Verbraucherinitiative Bestattungskultur
Dollendorfer Straße 72, 53639 Königswinter
Telefon: 0 22 44 / 92 53 85, Fax: 0 22 44 / 92 53 88
E-Mail: alexander.helbach@aeternitas.de
Internet: www.aeternitas.de
Twitter: twitter.com/Aeternitas_eV

Den Text und Bilder in digitaler Form erhalten Sie im Bereich „Presse“ unter www.aeternitas.de und www.gute-trauer.de. Über ein Belegexemplar bei Abdruck würden wir uns freuen.