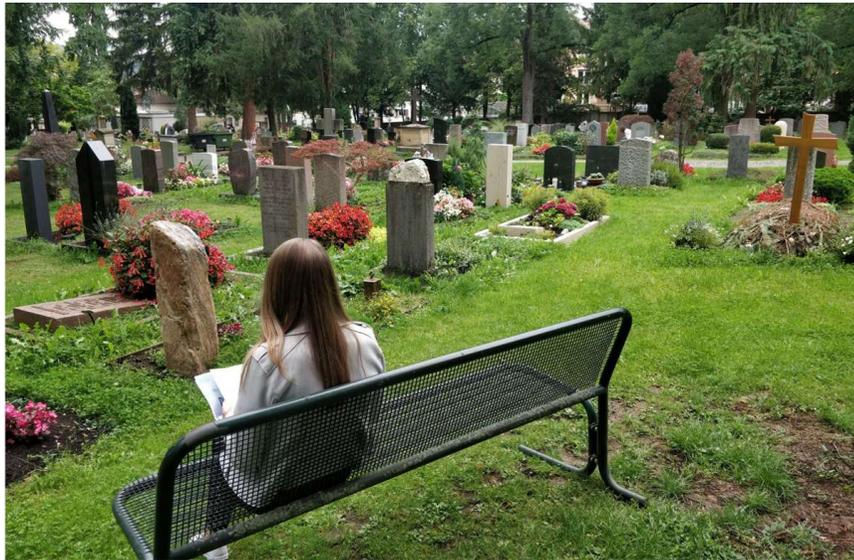


> [Stuttgart](#) > Eine Stuttgarter Studentin erzählt: Den Suizid des Vaters zu akzeptieren, hat Jahre gedauert

Eine Stuttgarter Studentin erzählt

Den Suizid des Vaters zu akzeptieren, hat Jahre gedauert



Maja T. hat ihren Vater verloren, als sie 18 Jahre alt war. Er hat sich umgebracht. *Foto: Viola Volland*

Ungefähr 10 000 Menschen begehen jedes Jahr in Deutschland einen Suizid. Für die Angehörigen ist es eine erschwerte Trauer. Eine Stuttgarter Studentin berichtet von dem Verlust ihres Vaters, ihren Gefühlen und welche Reaktionen sie erlebt hat.



Von [Viola Volland](#)

01.09.2021 - 13:00 Uhr

[Stuttgart](#) - Ihren Vater trägt Maja T. immer bei sich – in ihrem Geldbeutel steckt ein Foto von ihm. Aufgenommen bei ihrem Abiball. An dem Abend war ihre Familie beisammen: ihre Eltern, ihre zwei älteren Brüder, die schon nicht mehr zuhause wohnten. Ihr Vater habe glücklich gewirkt. Sie tanzten zusammen. Sie lachten zusammen. Ihr Abiball zählt zu den schönen letzten Erinnerungen.

Dabei war Wolfgang T., der wie seine Tochter eigentlich anders heißt, da bereits krank geschrieben. Doch wie schlecht es ihm ging, das habe er für sich behalten, erzählt die Stuttgarter Studentin. Wochen später, im Sommer, öffnete er sich schließlich gegenüber seiner Schwester. Sie brachte ihn dazu, wegen der Depression in eine Klinik zu gehen. Bei der Aufnahme muss man in einem Formular ankreuzen, ob man suizidale Gedanken hat oder nicht. Wolfgang T. kreuzte nein an – und kam auf eine offene Station. Am 14. September 2014 brach er zu einem Ausflug mit dem Fahrrad auf. Er kehrte nicht zurück. Erst am Tag drauf fanden ihn die Rettungskräfte.

Angehörige quälen viele Fragen

Ungefähr 10 000 Menschen begehen jedes Jahr in Deutschland einen Suizid. Für die Angehörigen sei die Situation doppelt schwer, sagt die Sozialarbeiterin und Trauerbegleiterin Christa Wenzelburger vom Arbeitskreis Leben Stuttgart (AKL). Der gemeinnützige Verein unterstützt Menschen in Suizidgefahr, deren Angehörige sowie trauernde Hinterbliebene nach einem Suizid. Letztere würden meist anders behandelt als andere Trauernde, sagt Wenzelburger, ihnen werde mit weniger Verständnis begegnet. Auch die polizeilichen Ermittlungen seien für sie belastend. Oft plagten Angehörige starke Selbstzweifel: Warum konnten wir die Person nicht halten? „Sie müssen mit vielen offenen Fragen leben“, sagt Wenzelburger.

Lesen Sie aus unserem Angebot: [Trauernde Kinder – Wo bist du, großer Bruder?](#)

Warum hat ihr Vater in der Klinik das Kreuz nicht anders gesetzt? Das ist so eine Frage, die Maja T. gequält hat. Hatte er da schon vor, sich umzubringen? Inzwischen kann die 25-Jährige damit umgehen. „Es war seine Entscheidung und ich komme inzwischen überwiegend damit klar“, sagt sie. Auch das Gefühl der Wut packe sie nur noch selten. Und wenn, dann sei das okay. Sie weiß, die Wut geht auch wieder weg.

Vater hatte schon lange mit Depressionen zu kämpfen

Aber es habe Jahre gedauert, bis sie so weit war, den Suizid ihres Vaters akzeptieren zu können. Es hat auch gedauert, bis sie die Fotoalben durchsehen konnte, die ihren Vater mitten im Leben zeigen. Im Italienurlaub. Auf dem Motorrad. Sie sind oft gemeinsam gefahren, sie hinten, er vorne. So ging es über die Landstraßen. „Er war immer zu Scherzen aufgelegt“, sagt sie. Sei gesellig, humorvoll, sehr liebevoll gewesen – und sehr gläubig. Er leitete Bibelgruppen, war Kommunionhelfer. Wie konnte Gott das eigentlich zulassen? Dass sich ihr Vater, der ihm so treu gedient hat, das Leben nimmt? Das hat sie an ihrem Glauben zweifeln lassen.

Von ihrer Mutter weiß Maja T. inzwischen, dass ihr Vater lange mit Depressionen zu kämpfen hatte, schon seit er Ende 20 war. Dass die beiden viel gesprochen haben und früh entschieden, das Thema von ihren damals noch kleinen drei Kindern fern zu halten. Dass er einmal nicht „in der Kur“ war, sondern in einer Klinik. Dass er sehr viele Jahre Medikamente nahm – bis er Anfang 2014 beschloss, die Antidepressiva abzusetzen. Weil er tragischerweise angenommen habe, sie nicht mehr zu brauchen.

Ein ehrlicher und offener Umgang hat der Familie geholfen

Für viele Familien sei die Situation nach dem Suizid eine Zerreißprobe, sagt Christa Wenzelburger. Maja T.s Familie hat es geschafft, diese gut zu bewältigen. Ein Schlüssel ihres Zusammenhalts: Keiner habe dem anderen Vorwürfe gemacht hat. „Jeder von uns wusste, das ist eine Krankheit, die kann zum Tod führen, wir sind damit sehr ehrlich und offen umgegangen“, sagt sie. Statt den Todestag im September gemeinsam zu begehen, kommen Freunde und Familie im April zusammen, an Wolfgang T.s Geburtstag. „Weil es schön ist, das er geboren wurde“, sagt seine Tochter.

Rund vier Jahre nach dem Tod des Vaters fiel sie jedoch „in ein Loch“. Da war sie bereits Studentin in Stuttgart. „Ich war müde und hatte auf nichts Lust“, erinnert sie sich. Sie habe sich sofort einen Therapeuten gesucht. Sie weiß, dass sie als direkte Angehörige gefährdet ist, selbst an einer Depression zu erkranken. Der Therapeut vermittelte sie an den AKL – und bat, dass sie sich durchchecken lässt. Ein guter Rat. „Ich hatte eine Schilddrüsenunterfunktion“, sagt sie, die Müdigkeit sei schnell im Griff gewesen. In die Trauergruppe ging sie trotzdem.

Viele sind überfordert, wenn sie ihre Geschichte mitteilt

„Ich habe ein sehr gutes Umfeld, aber es ist etwas anderes, mit Menschen zu sprechen, die genau wissen, wie sich das anfühlt“, sagt sie. Menschen, die sie neu kennen lernt, seien meist überfordert, wenn sie von ihrem Vater erzählt. „Oh, krass“, das sei die typische Reaktion. Sie könne die Unsicherheit „total nachvollziehen“. Meistens sei sie dann diejenige, die die Spannung auflöst und für Entlastung sorgt. Was für eine Reaktion sie sich eigentlich wünschen würde? „Ich finde es schön, wenn jemand einfach sagt: ‚Es tut mir total leid, dass Du das durchmachen musstest‘.“

Sie haben suizidale Gedanken? Hilfe bietet die Telefonseelsorge. Sie ist anonym, kostenlos und rund um die Uhr unter 0 800 / 111 0 111 und 0 800 / 111 0 222 und unter <https://ts-im-internet.de/> erreichbar. Eine Liste mit Hilfsangeboten findet sich auf der Seite der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention: <https://www.suizidprophylaxe.de/>

Film zum Thema

Zahlen

Im Jahr 2020 waren 28,4 Prozent der Menschen, die beim [AKL Stuttgart](#) angefragt haben, Hinterbliebene nach einem Suizid, 55,9 Prozent waren Menschen, die selbst gefährdet sind, sich umzubringen, 15,7 Prozent sind dem sozialen Umfeld von Betroffenen zuzuordnen. Die meisten, die um Hilfe bitten, sind Frauen (65,7 Prozent). Die Trauergruppen des AKL werden zwei bis drei Mal im Jahr geöffnet und nehmen immer dann neue Teilnehmer auf. Informationen unter Telefon 07 11/60 06 20 oder per E-Mail an akl-stuttgart@akl-leben.de.

Veranstaltung

Eine Woche nach dem Suizidpräventionstag am 10. September, findet am Freitag, 17. September, eine Filmvorführung im Hospitalhof statt: „Dem Himmel

zu nah“ von Annina Furrer. Die Filmemacherin geht dabei der Frage nach, was ihren geliebten Adoptivbruder Marius dazu getrieben hat, sich das Leben zu nehmen. Im Anschluss an die Vorführung, die um 21.30 Uhr beginnt, gibt es eine Fragerunde mit Annina Furrer. Veranstalter ist neben dem AKL das Kriseninterventionsteam der Johanniter, der Krisendienst der Evangelischen Gesellschaft, die Notfallseelsorge und die kirchlichen Telefonseelsorgen. Der Eintritt ist frei. [Um Reservierung wird gebeten](#) unter info@hospitalhof.de. vv

Zum :