



universität
wien

DIPLOMARBEIT / DIPLOMA THESIS

Titel der Diplomarbeit / Title of the Diploma Thesis

„Plötzlich war alles anders“
Verarbeitung von Trauer in der Literatur des
21. Jahrhunderts

verfasst von / submitted by

Florentina Schupanz

angestrebter akademischer Grad/in partial fulfilment of the requirements for the degree of

Magistra der Philosophie (Mag.phil.)

Wien, 2018 / Vienna, 2018

Studienkennzahl lt. Studienblatt /
degree programme code as it appears on
the student record sheet:

A 190 333 299

Studienrichtung lt. Studienblatt /
degree programme as it appears on
the student record sheet:

UF Deutsch, UF Psychologie und Philosophie

Betreut von / Supervisor:

Univ.-Prof. Dr. Roland Innerhofer

Danksagung

Dank gilt meiner Familie sowie engsten Freunden und Freundinnen, die mir in den letzten Jahren immer zur Seite gestanden sind und mich während meines Studiums sowohl moralisch als auch finanziell und beratend unterstützt haben.

Ganz besonders möchte ich mich bei Univ.-Prof. Dr. Roland Innerhofer für die freundliche Betreuung, hilfreiche Unterstützung und aufmunternden Worte bedanken.

Inhaltsverzeichnis

1	EINLEITUNG	7
2	TRAUER - WAS IST TRAUER?	11
2.1	TRAUERDEFINITION	11
2.2	ZIELE VON TRAUER.....	13
3	PLÖTZLICHER TODESFALL.....	14
4	PHASENMODELLE DER TRAUER UND DES TRAUERPROZESSES.....	16
4.1	PHASENMODELL DER TRAUER NACH BOWLBY	16
4.1.1	<i>Phase der Betäubung</i>	<i>17</i>
4.1.2	<i>Phase der Sehnsucht und Suche nach der verlorenen Figur: Zorn.....</i>	<i>17</i>
4.1.3	<i>Phase der Desorganisation und Verzweiflung und Phase der Reorganisation.....</i>	<i>20</i>
4.2	TRAUERPHASEN NACH VERENA KAST.....	21
4.2.1	<i>Phase des Nicht-Wahrhabenwollens.....</i>	<i>21</i>
4.2.2	<i>Phase der aufbrechenden Emotionen</i>	<i>22</i>
4.2.3	<i>Phase des Suchens und Sich-Trennens</i>	<i>22</i>
4.2.4	<i>Phase des neuen Selbst-und Weltbezuges</i>	<i>24</i>
4.3	PHASENMODELL DER TRAUER NACH THERESE RANDO	24
4.3.1	<i>Phase der Vermeidung</i>	<i>25</i>
4.3.2	<i>Phase der Konfrontation</i>	<i>25</i>
4.3.3	<i>Phase der Anpassung</i>	<i>25</i>
5	BEDINGUNGEN, DIE DEN VERLAUF VON TRAUER BEEINFLUSSEN	27
5.1	PERSON UND ROLLE DES VERSTORBENEN.....	28
5.2	PERSÖNLICHKEIT DER HINTERBLIEBENEN PERSON	29
5.3	URSACHEN UND UMSTÄNDE DES VERLUSTES	30
6	PATHOLOGISCHE TRAUER.....	31
7	DIE BEHANDLUNG VON TOD UND TRAUER NACH EINEM PLÖTZLICHER TODESFALL IN AUSGEWÄHLTEN WERKEN DES 21. JAHRHUNDERTS	35
7.1	ANALYSEKRITERIEN.....	35
7.2	BARBARA PACHL-EBERHART: VIER MINUS DREI	36
7.2.1	<i>Inhalt und Form</i>	<i>36</i>
7.2.1.1	<i>Inhalt.....</i>	<i>36</i>
7.2.1.2	<i>Form.....</i>	<i>36</i>
7.2.2	<i>Beziehungsstruktur.....</i>	<i>37</i>
7.2.2.1	<i>Thimo Paul Eberhart</i>	<i>37</i>
7.2.2.2	<i>Valentina (Fini).....</i>	<i>37</i>
7.2.3	<i>Tod eines Kindes</i>	<i>38</i>
7.2.3.1	<i>Die trauernde und verwaiste Mutter.....</i>	<i>40</i>
7.2.4	<i>Analyse des Trauerprozesses nach Bowlby</i>	<i>42</i>
7.2.4.1	<i>Erste Trauerphase</i>	<i>42</i>
7.2.4.2	<i>Zweite Trauerphase</i>	<i>43</i>
7.2.4.3	<i>Dritte Trauerphase.....</i>	<i>48</i>

7.2.4.4	Vierte Trauerphase und Ende des Prozesses	50
7.2.5	<i>Pathologische Trauer</i>	50
7.2.6	<i>Zusammenfassung</i>	52
7.3	TERÉZIA MORA: DAS UNGEHEUER.....	53
7.3.1	<i>Inhalt und Form</i>	53
7.3.1.1	Inhalt.....	53
7.3.1.2	Form.....	53
7.3.2	<i>Beziehungsstruktur</i>	57
7.3.3	<i>Suizid</i>	58
7.3.3.1	Suizid und Trauer	59
7.3.4	<i>Analyse des Trauerprozesses</i>	60
7.3.4.1	Fehlende Trauer und Verdrängung.....	61
7.3.4.2	Reise als Flucht vor dem Trauerprozess und Selbstfindung	62
7.3.4.3	Endlose Suche	65
7.3.4.4	Trauerritual und Bestattung	66
7.3.5	<i>Zusammenfassung</i>	69
7.4	ANNA MITGUTSCH: WENN DU WIEDERKOMMST	70
7.4.1	<i>Inhalt und Form</i>	70
7.4.1.1	Inhalt.....	70
7.4.1.2	Form.....	70
7.4.2	<i>Beziehungsstruktur</i>	73
7.4.3	<i>Analyse des Trauerprozesses</i>	74
7.4.3.1	Erste Trauerphase	74
7.4.3.2	Zweite Trauerphase	76
7.4.3.3	Dritte und vierte Trauerphase	80
7.4.4	<i>Trauerprozess zur Selbstfindung</i>	82
7.4.5	<i>Jüdische Trauerrituale</i>	83
7.4.6	<i>Zusammenfassung</i>	86
8	ZUSAMMENFASSUNG DER ERGEBNISSE	87
9	LITERATURVERZEICHNIS	95
9.1	PRIMÄRLITERATUR	95
9.2	SEKUNDÄRLITERATUR	95
10	ANHANG.....	97
10.1	ABSTRACT.....	97

1 Einleitung

Die Dynamik unserer raschen gesellschaftlichen Entwicklung verändert die Einstellung zum Tod und die damit verbundenen Trauerverläufe. Trauer erfasst den Menschen in seiner Gesamtheit und fordert ihn als Ganzes. Der plötzliche Verlust einer nahestehenden Person, dazu zählen Ehepartner und Ehepartnerinnen, Kinder sowie Elternteile, stellt für die Hinterbliebenen eine große Herausforderung dar. Ein augenblicklicher, unerwarteter Todesfall wird von den betroffenen Personen daher anfänglich als großer Schock erlebt. Die hinterbliebenen Personen durchlaufen vor allem in den ersten Wochen und Monaten eine sehr schwere Zeit, die von unterschiedlichen Emotionen und Stadien des Trauerverlaufs geprägt ist. Stirbt eine geliebte Person, stirbt auch ein kleiner Teil von uns selbst. Erst durch den Tod eines geliebten Menschen wird uns bewusst, in welchem Maß sich eine Person durch die Beziehung zu anderen Menschen definiert und versteht, in welchem Maß der Tod unser Selbst beeinflusst und eine Neuorientierung verlangt. Mit der Verarbeitung des Verlustes soll ein neues Verhältnis zur Welt geschaffen werden. Der Tod stellt eine Grenzsituation dar, die verändert, aus der etwas gelernt wird, die den Blick für etwas Neues und Wesentliches frei macht. Neben all dem ist es jedoch auch eine Situation, an der eine Person zerbrechen kann. Wie sich die hinterbliebene Person im Verlauf der Trauer entwickelt, ob sie neue Perspektiven in ihr eigenes Welt- und Selbsterleben einbringt, oder ob sie daran zerbricht und aus ihrer Trauer nicht mehr herauskommt, hängt davon ab, ob sie es versteht angemessen zu trauern.

Dem Thema *Trauer* wird in der Literatur ein großer Stellenwert zugeschrieben. Verlust, Trauer und die Verarbeitung bzw. der Umgang mit dieser ist ein allgegenwärtiger Gegenstand. Die Zahl der Forschungswerke über Trauer in der Literatur bzw. Gegenwartsliteratur ist gering und der Schwerpunkt scheint meist sehr allgemein bei der Thematik Tod und Trauer zu liegen. Literarische Analysen, die den Tod und die damit verbundene Trauer thematisieren, sind u. a. Karin Priesters *Mythos Trauer. Tod und Erleben in der modernen Literatur*¹, die das Erleben des Todes und Sterbens in den Mittelpunkt stellt, und Werner Brettschneiders *Zorn und Trauer. Aspekte deutscher Gegenwartsliteratur*², dessen Schwerpunkt bei Trauererlebnissen des zweiten Weltkrieges liegt. Im Gegensatz dazu befasst sich Eva-Maria Schertler in ihrer Forschungsarbeit *Tod und Trauer in der*

¹ Priester, Karin: Mythos Tod. Tod und Todeserleben in der modernen Literatur. Berlin 2001.

² Brettschneider, Werner: Zorn und Trauer. Aspekte deutscher Gegenwartsliteratur. Berlin 1979.

*deutschsprachigen Gegenwartsliteratur*³ mit dem Tod als Auslöser von Trauerprozessen. Weiters wird die Themenstellung und Problematik vor allem in Bezug auf die Kinder- und Jugendliteratur häufig analysiert, wobei es vorwiegend um die Analyse von Trauer und Trauerarbeit in ausgewählten Werken der Kinder- und Jugendliteratur und deren Verwendung im schulischen Kontext geht. Umfassender als literaturwissenschaftliche sind soziologische und psychologische Werke zum Thema Tod, Trauer und der Umgang mit dieser. Aufschlussgebend sind hierbei *Sterben und Trauern in der modernen Gesellschaft*⁴ von Gerhard Schmied, *Wege der Trauer – Leben mit Tod und Verlust*⁵ von Vamik D. Volkan und Elizabeth Zintl und *Angst zu trauern - Trauerabwehr in Bindungstheorie und psychotherapeutischer Praxis*⁶ von Rainer Rehberger. Insbesondere die Erkenntnisse von John Bowlby, Sigmund Freud, Verena Kast und Elisabeth Kübler-Ross sind für die psychologischen Blickpunkte von großer Bedeutung.

Wie zuvor angeführt, sind bereits zahlreiche Arbeiten vorhanden, die sich mit den Themen Tod und Sterben auseinandersetzen, allerdings zeigt sich, dass sich nur sehr wenige literaturwissenschaftliche Werke mit den Konsequenzen eines plötzlichen Todesfalls einer nahestehenden Person, der Trauer der Hinterbliebenen und der damit verbundenen Trauerarbeit auseinandersetzen. Auch wenn der Tod in der Literatur allgegenwärtig zu sein scheint, wurde der Trauer nach plötzlichen Schicksalsschlägen nur wenig Aufmerksamkeit geschenkt.

Daher konzentriert sich die vorliegende Arbeit auf Werke des 21. Jahrhunderts, welche ausschließlich den plötzlichen Verlust, sei es durch einen Unfall, Suizid oder einen unerwarteten Krankheitsverlauf einer nahestehenden Person, dazu zählen Ehepartner und Kinder, thematisieren. Der Fokus liegt hierbei vor allem auf dem Umgang mit der Trauer der hinterbliebenen Person. Um herauszufinden, auf welche Art und Weise die Darstellung der Trauer erfolgt und wie diese in der Literatur von den Hinterbliebenen verarbeitet wird, werden insgesamt drei Werke des 21. Jahrhunderts analysiert, die sich spezifisch und auf unterschiedlichste Weise mit der Thematik auseinandersetzen. Dabei handelt es sich um Anna Mitgutschs *Wenn du wiederkommst*⁷, Terézia Moras *Das Ungeheuer*⁸ und Barbara

³ Schertler, Eva-Maria: Tod und Trauer in der deutschsprachigen Gegenwartsliteratur. Innsbruck 2011.

⁴ Schmied, Gerhard: Sterben und Trauern in der modernen Gesellschaft. Opladen 1985.

⁵ Volkan, Vamik D./Zintl, Elizabeth: Wege der Trauer. Leben mit Tod und Verlust. Gießen 2000.

⁶ Rehberger, Rainer: Angst zu trauern. Trauerabwehr in Bindungstheorie und psychotherapeutischer Praxis. Stuttgart 2004

⁷ Mitgutsch, Anna: Wenn du wiederkommst. München 2010.

⁸ Mora, Terézia: Das Ungeheuer. München 2013.

Pachl-Eberharts *Vier minus drei*⁹. Vorweg ist anzumerken, dass es sich bei den ausgewählten Werken um drei Texte der deutschsprachigen Gegenwartsliteratur handelt, die aufgrund ihrer besonderen und sich voneinander unterscheidenden Form und Schilderung der Thematik in der vorliegenden Arbeit analysiert werden. Da es sich dabei lediglich um eine kleine Auswahl der Literatur des 21. Jahrhunderts handelt, besteht die Möglichkeit, die Analyse auf weitere Werke auszuweiten. Hierbei wären die Werke *Extremely Loud and Incredibly Close*¹⁰ von Jonathan Safran Foer oder *The Beginner's Goodbye*¹¹ von Anne Tyler miteinzubeziehen, da sie sich individuell und aufschlussreich der Thematik widmen und bei einer Analyse der Werke des 21. Jahrhunderts zu berücksichtigen wären, um einen weitgefassten Überblick zu schaffen.

Das Ziel der vorliegenden Arbeit liegt in der Beantwortung der Fragestellungen: „In welcher Weise erfolgt in Romanen des 21. Jahrhunderts die Darstellung und Auseinandersetzung mit dem Thema Trauer nach einem plötzlichen Todesfall und welche Ausprägungen der Trauerverarbeitung lassen sich unterscheiden?“ Neben der vorrangigen Hauptfragestellung soll auch auf einzelne Subfragen eingegangen werden: Wie geht die Hauptfigur mit dem Schicksalsschlag um? Welche Phasen der Trauer durchläuft sie und lassen sich durch die Schilderungen in den Texten erkennen? Wie war die Beziehung zu der verstorbenen Person? Welche kulturellen und/oder religiösen Trauerrituale werden zur Unterstützung der Trauerarbeit eingesetzt? Welchen Verlauf nimmt die Trauer und gelingt es der trauernden Person diese zu überwinden und wieder zu sich selbst zu finden?

In einem einführenden Kapitel soll zunächst näher auf die Definition von Trauer sowie deren Ziele eingegangen und festgelegt werden, was darunter im engeren Sinn zu verstehen ist. Dem folgt ein kurzes Kapitel zum Thema plötzlicher Todesfall, um zu Beginn den Forschungsgegenstand zu präzisieren, da sich die vorliegende Arbeit ausschließlich auf unerwartete Todesfälle bezieht. Der anschließende Abschnitt stellt ein umfangreicheres Kapitel dar, in welchem unterschiedliche Phasenmodelle der Trauer und des Trauerprozesses erläutert werden, welche vor allem auf den Ausführungen von John Bowlby, Verena Kast und Therese Rando basieren. Ergänzend dazu wird im darauffolgenden Teil auf einzelne Bedingungen, die den Verlauf von Trauer beeinflussen können, eingegangen. Dazu zählen vor allem die Rolle und Person des Verstorbenen, die Persönlichkeit der hinterbliebenen Person sowie die Ursachen und Umstände des Verlustes. Den Abschluss des theoretischen

⁹ Pachl-Eberhart, Barbara: Vier minus drei. München 2010.

¹⁰ Foer, Jonathan Safran: Extremely Loud and Incredibly Close. New York 2005.

¹¹ Tyler, Anne: The Beginner's Goodbye. New York 2012.

tischen Teils bilden Erläuterungen pathologischer Trauer, welche starken Einfluss auf das Leben der Trauenden ausüben kann und den Trauerprozess maßgeblich beeinflusst. Hierbei wird vor allem auf Merkmale, die bei der Diagnose pathologischer Trauer auszumachen sind, eingegangen und es werden deren Auswirkungen auf das Leben der Betroffenen dargelegt.

In weiterer Folge wird der Analyse der drei ausgewählten Werke Raum gegeben. Dieser Abschnitt stellt den umfangreichsten Teil der vorliegenden Arbeit dar und soll die Texte bezüglich der Darstellung des Todes und der damit verbundenen Trauer analysieren. Die drei ausgewählten Werke unterscheiden sich bezüglich ihrer Erzählform maßgeblich voneinander. Handelt es sich bei Pahl-Eberhart um einen autobiographischen Text, lassen Mora und Mitgutsch ihre Protagonisten als Ich-Erzähler auftreten, wobei alle drei rückblickend ihre Erlebnisse nach dem Tod einer nahestehenden Person schildern. Vor allem die Form der Texte und die gewählte Erzählperspektive wirken sich maßgeblich auf die Darstellung der Thematik aus, weshalb sich ein beträchtlicher Teil der Analyse darauf konzentriert. Weiters wird bezüglich der unterschiedlichen Darstellungen der Thematik in den einzelnen Werken ein theoretischer Schwerpunkt gelegt, welcher die besonderen Umstände des Todes und der Trauer in dem jeweiligen Werk nochmals hervorhebt. So wird ergänzend zu Inhalt und Form, Beziehungsstruktur, Trauerphasen und Ausprägungen pathologischer Trauer noch den Themenstellungen Tod eines Kindes und die verwaiste Mutter, Suizid sowie Trauerrituale Aufmerksamkeit geschenkt.

2 Trauer - Was ist Trauer?

2.1 Trauerdefinitor

Trauer stellt einen individuellen Prozess dar. Sie unterscheidet sich von Person zu Person, wie sich Menschen durch ihre Fingerabdrücke unterscheiden. Der Trauerprozess ist dabei vor allem durch die Geschichte vorhergegangener und durchlebter Verluste geprägt.

Wenn von Trauer die Rede ist, denken wir diese meist im Zusammenhang mit bedeutenden Verlusten wie Tod oder Scheidung. Volkan und Zintl beschreiben mit dem Begriff Trauer jedoch die psychische Reaktion auf jede Art von Verlust oder Veränderung, die wir im Laufe des Lebens erfahren. Die erlebte Trauer wird dabei durch die Emotion des Schmerzes begleitet, welche als Reaktion auf einen Verlust gesehen wird.¹² Die Autoren schreiben dazu: „Verluste sind der Preis, den wir im Leben zu zahlen haben.“¹³ Der Verlauf unseres Lebens wird davon abhängig gemacht, wie wir mit diesen Verlusten umgehen, uns ihnen anpassen und die Veränderung als Anstoß für die Weiterentwicklung unserer Persönlichkeit sehen können.¹⁴

Nach Volkan und Zintl gibt es drei wesentliche Faktoren, die für das Verständnis von Trauer wichtig sind. Zum einen ist es wertvoll zu erkennen, dass jede Art von Verlust, sei es ein verlorener Gegenstand, eine Beziehung, die zu Ende gegangen ist oder der Tod einer nahestehenden Person, einen Trauerprozess in Gang setzt. Des Weiteren lässt jeder nachfolgende Schicksalsschlag bereits erlebte Verluste wiederaufkommen und drittens bedeutet jeder verarbeitete Rückschlag die Möglichkeit zu neuem Wachstum und Regeneration. Der Tod einer nahestehenden Person stellt hierbei den konkretesten Verlust dar.¹⁵

Die Art und Weise, wie wir trauern, und der Verlauf des Prozesses hängen nach Volkan und Zintl von der Vorbereitung auf den Verlust, die Art der Beziehung sowie der psychischen Charakterstärke und Fähigkeit zu trauern der hinterbliebenen Person ab.¹⁶

In seiner Arbeit *Trauer und Melancholie* formuliert Sigmund Freud Trauer erstmals als einen psychologischen Prozess. Der Psychologe definiert den Begriff der Trauer wie Volkan und Zintl sehr weitgefasst, indem er ihn nicht nur auf den Verlust nahestehender Per-

¹² Vgl. Volkan, Vamik D. und Zintl Elisabeth: Wege der Trauer. Leben mit Tod und Verlust. Gießen: Psychosozial-Verlag, 2000, S. 11.

¹³ Volkan und Zintl: Wege der Trauer, S. 11.

¹⁴ Vgl. Volkan und Zintl: Wege der Trauer, S. 10-11.

¹⁵ Ebda. S. 12-14.

¹⁶ Ebda. S. 19.

sonen, sondern diese auch als mögliche Reaktion auf Verlusterlebnisse sieht. Die Trauer wird „in der Regel nur durch den Realverlust, den Tod des Objekts ausgelöst.“¹⁷ Sie „ist die Reaktion auf den Verlust einer geliebten Person oder einer an ihrer Stelle gerückten Abstraktion wie Vaterland, Freiheit, ein Ideal usw.“¹⁸ Nach Freud drückt sich die Reaktion auf den Verlust einer geliebten Person durch schmerzliche Verstimmung, Verlust des Interesses an der Außenwelt, Verlust der Fähigkeit ein neues Liebesobjekt zu wählen sowie der Abwendung von der eigenen Leistung aus. Die trauernde Person gibt sich ihrer Gefühlslage voll und ganz hin. Freud sieht die Aufgabe der Trauer darin, dass der Trauernde nach der Trauerarbeit wieder frei ist. Die Trauerarbeit wird erst dann als abgeschlossen angesehen, wenn sich die Person an die Realität angepasst hat.¹⁹

Rehberger definiert in seinem Buch *Angst zu trauern* Trauer als „das schmerzlichste Innesein und Innewerden von unterschiedlich lange anhaltenden oder endgültigen Verlusten. Sie nimmt mehr oder weniger Zeit in Anspruch. Sie geht mit allmählicher Lösung der allgegenwärtigen Verbundenheit zum Verlorenen einher.“²⁰ Die trauernde Person wird während ihres Trauerprozesses von unterschiedlich intensiven Gefühlszuständen erfüllt, welche sowohl von Schmerz und Sehnsucht als auch Hoffnungslosigkeit, Ängsten und Niedergeschlagenheit geprägt sind. Trauernde ziehen sich in ihren Zustand zurück und beschäftigen sich in ihren Träumen, Phantasien und Gedanken mit der verstorbenen Person. Dem soll durch aktives Handeln entgegengewirkt werden, indem sie sich zum Beispiel mit den Vorbereitungen zur Bestattung beschäftigt.²¹

Wenn wir über den Verlust einer geliebten Person trauern, so wird unser eigenes Dasein in den Hintergrund gedrängt, da der Schmerz über die unwiderrufliche Tatsache des Nicht-Daseins der verlorenen Person alles andere überschattet. Sofern hierbei das eigene Selbst betroffen ist, wird jeder Trauerprozess durch die Emotion des Schmerzes begleitet. Das Trauern stellt demnach eine Gefühlsregung dar, „in der das lebendige Dasein vom nicht-Sein eines Sinnwertes in seiner ganzen Schwere und Unwiderruflichkeit durchdrungen ist.“²²

¹⁷ Freud, Sigmund: Trauer und Melancholie. In: Gesammelte Werke. Bd. X. 7. Auflage. 1981. Frankfurt/Main. S. 444.

¹⁸ Ebda. S. 428-429.

¹⁹ Vgl. Holzschuh: Die Trauer der Eltern bei Verlust eines Kindes. S. 52-54.

²⁰ Rehberger, Rainer: Angst zu trauern. Trauerabwehr in der Bindungstheorie und psychotherapeutischer Praxis. Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta, 2004, S. 18.

²¹ Ebda. S. 18-19.

²² Stubbe, Hannes: Formen der Trauer. Eine kulturanthropologische Untersuchung. Berlin: Reimer, 1985, S. 256.

Wie festgestellt werden kann, begegnet man in der Fachliteratur einem engen und einem weiten Begriff von Trauer. Im weitergefassten Sinn wird Trauer daher nicht nur in Bezug auf den Tod einer nahestehenden Person gesehen, sondern auch bei der Verarbeitung von Trennungen nach einer Scheidung oder bei der Ablösung Jugendlicher von ihren Eltern. Trauer wird nach Goldbrunner daher als umfassendes Phänomen verstanden, das letztendlich immer dort anzutreffen ist, wo Menschen in ihrem Leben mit Enttäuschungen und unbefriedigten Bedürfnissen konfrontiert werden.²³ Im engeren Sinn wird Trauer jedoch in Bezug auf die seelische Reaktion eines Menschen auf den Tod einer nahestehenden Person verstanden. Die fachwissenschaftliche Auseinandersetzung mit Trauer hat jedoch dazu geführt, dass Trauer als weitverbreitetes Phänomen angesehen wird, das weit über die Konfrontation mit dem Tod hinausgeht. Alle hier angeführten Definitionen von Trauer und deren Verlauf zeigen auf, dass es sich hierbei um einen äußerst komplexen Prozess handelt, der viel Zeit und vor allem die Gefühlswelt der trauernden Person in Anspruch nimmt. Sowohl Volkan und Zintl als auch Freud beschreiben einen sehr weitgefassten Begriff von Trauer, die vorliegende Arbeit konzentriert sich jedoch konkret auf Trauerprozesse, die aufgrund eines plötzlichen Todesfalls ausgelöst werden.

Um den Verlauf des Weges, dessen Eigenschaften und Auswirkungen auf die trauernde Person und deren Umfeld besser verstehen zu können, wird im weiteren Teil auf verschiedene Phasenmodelle aufmerksam gemacht, die versuchen, den Trauerprozess in seinen Einzelheiten darzustellen.

2.2 Ziele von Trauer

Nach dem Tod einer nahestehenden Person wird der Trauernde nach Rehberger mit der Aufgabe konfrontiert, die Umstellung von der Anwesenheit der geliebten Person zu einer endgültigen Abwesenheit dieser anzunehmen. War sie in einem früheren Moment noch präsent, so ist sie gegenwärtig und zukünftig abwesend. Das Ziel von Trauer sieht der Psychologe daher darin, sich loszulösen und diese Abwesenheit zu akzeptieren. Weiter ermöglicht die Trauer die innige Verbindung zur verstorbenen Person als abgeschlossene Vergangenheit wahrzunehmen. Der Trauernde muss begreifen, dass sich aus der bis dahin

²³ Vgl. Goldbrunner: Trauer und Beziehung. Systemische und gesellschaftliche Dimensionen der Verarbeitung von Verlusterlebnissen. Mainz 1996: Matthias-Grünwald-Verlag. S. 16.

existierenden Gegenwart mit möglicher Zukunft eine abgeschlossene Vergangenheit ohne Zukunft eingestellt hat.²⁴

Hanglberger schreibt der Trauer ergänzend zwei Ziele zu: zum einen findet trauernde Person zur eigenen Lebensenergie zurück, zum anderen wird die Beziehung zum Verstorbenen neu definiert. Diese Zielsetzungen können nur erreicht werden, indem der Tod mit all seinen Folgen akzeptiert und der Verstorbene aus der Welt des Hier und Jetzt entlassen wird.²⁵ Auch Rost schreibt, dass der Prozess der Trauer vor allem dazu dient, sich durch das Durchlaufen der Trauerstadien von der verlorenen Person abzulösen und dadurch den Aufbau neuer Bindungen zu fördern.²⁶

3 Plötzlicher Todesfall

Von einem plötzlichen Tod ist nach Worden dann die Rede, wenn jemand unerwartet, ohne jegliche Vorwarnung, aus dem Leben gerissen wird. Todesursachen wie Unfall, Mord, Suizid oder Herzversagen werden als plötzliche Todesfälle charakterisiert.²⁷ Weidler hingegen schreibt, dass jede Art des Todes, in dem Moment, in dem er eintritt, etwas Plötzliches für die hinterbliebene Person darstellt, auf die sie sich nicht voll und ganz vorbereiten konnte.²⁸ Der Tod stellt für ihn letztlich immer ein unberechenbares faktisches Geschehen dar. Bestimmte Todesumstände erfordern jedoch zusätzliches Verständnis, da sie spezifische Probleme mit sich bringen, die den Trauerprozess individuell beeinflussen. Durch unterschiedliche Studien konnte festgestellt werden, dass nicht vorhersehbare Todesfälle schwieriger zu verarbeiten sind als jene, die absehbar waren. Die betroffene Person hat keine Möglichkeit, sich auf den bevorstehenden Verlust vorzubereiten oder sich von ihrem Angehörigen zu verabschieden. Die Nachricht über den Tod einer nahestehenden Person erreicht sie völlig unerwartet, wodurch laut Worden der Todesfall schwerer akzeptiert und das Geschehen nicht begriffen werden kann.²⁹ Weiters sind Trauernde, denen nach einem plötzlichen Todesfall nicht die Möglichkeit gegeben wird, den Leichnam der verstorbenen

²⁴ Vgl. Rehberger: Angst zu trauern. S. 38-39.

²⁵ Vgl. Hanglberger, Manfred: Tränen, die heilen. Neue Wege der Trauerarbeit. Regensburg: 2004, S. 33.

²⁶ Vgl. Rost, Wolfgang: Die Gefühle. Ein unausgesprochen emotionales Lehr- und Lesebuch. Basel/Boston: 1987, 205.

²⁷ Vgl. Worden, William J.: Beratung und Therapie in Trauerfällen. Ein Handbuch. Bern: Hans Huber, 2011, S. 181.

²⁸ Vgl. Weilder, Eberhard: Plötzliche Todesfälle. In: Student, Johann-Christoph: Sterben, Tod und Trauer. Handbuch für Begleitende. Freiburg/Basel/Wien: Herder, 2008. S. 181.

²⁹ Vgl. Worden: Beratung und Therapie in Trauerfällen. S. 181.

Person ein letztes Mal zu sehen, in weiterer Folge häufig auf ihre Phantasie angewiesen, in welcher sie sich vorstellen, wie der Verstorbene nach seinem Tod ausgesehen hat. Zweifel gegenüber der Glaubhaftigkeit des Geschehens und dessen Folgen können aufkommen. Die Hinterbliebenen hoffen weiterhin auf die Rückkehr der verstorbenen Person. Solche Vorstellungen können nach Lord besonders dann ausgeprägt sein, wenn die Trauernden keine Möglichkeit hatten, den Leichnam nach Eintritt des Todes noch einmal zu sehen.³⁰ Nicht selten verfallen die Hinterbliebenen daher zunächst in einen Zustand der Betäubung und Trance. Auch Schuldgefühle können entstehen, da sich die trauernde Person zu fragen beginnt, ob sie etwas gegen das Geschehene hätte unternehmen können. In einigen Fällen kommt es auch vor, dass vorhergegangene Konflikte ungelöst bleiben und sich die hinterbliebene Person gegenwärtig Vorwürfe macht. Zusätzlich kann es nach plötzlichen Todesfällen zu Schuldzuweisungen kommen, es werden Schuldige gesucht, die für den Verlust verantwortlich gemacht werden können. Ein weiteres Anzeichen, das nach einem unerwarteten Todesfall auftreten kann, ist das Gefühl von Hilflosigkeit. Ein plötzlicher Verlust, den die hinterbliebene Person nicht verhindern konnte, stellt für sie eine große Herausforderung dar. Sie wird mit der Tatsache konfrontiert, nicht alles kontrollieren zu können, und es wird ihr vor Augen geführt, dass das Leben oft eine andere Geschichte schreibt, als man sich das wünscht. Ein weiterer Aspekt, der festgestellt werden kann, ist, dass Trauernde nach einem plötzlichen Schicksalsschlag das Bedürfnis entwickeln, das Geschehene verstehen zu wollen. Der Verlust stellt für die Betroffenen ein traumatisches Erlebnis dar, welches den Wunsch nach Wiedererlangung von Kontrolle und Findung von Erklärungen hervorruft. Hierzu zählen vor allem das Bedürfnis nach Ergründung der Ursachen für das Geschehene sowie das Festmachen eines oder mehrerer Schuldigen.³¹

Nach Lord zeigen unterschiedliche Untersuchungen auf, dass nach einem plötzlichen Todesfall eine intensive Trauerphase folgt, welche drei bis vier Jahre in Anspruch nehmen kann und nie vollkommen abgeschlossen sein wird.³²

³⁰ Vgl. Lord, Janice Harris: Nicht einmal ein Abschiedswort. Trauer nach einem unerwarteten Todesfall. aus dem Engl. von Katja Glaeske. Zürich: Kreuz-Verlag, 1999, S. 20.

³¹ Vgl. Worden: Beratung und Therapie in Trauerfällen. S. 182-183.

³² Vgl. Lord: Nicht einmal ein Abschiedswort. S. 32.

4 Phasenmodelle der Trauer und des Trauerprozesses

Die trauernde Person durchläuft im Verlauf ihres Trauerprozesses unterschiedliche Phasen. Hierbei können verschiedene Trauermodelle unterschieden werden. Um den Trauerprozess besser verstehen zu können, ist es wichtig zu wissen, wie die einzelnen Phasen aussehen und was mit dem trauernden Menschen in den einzelnen Stadien passiert. Auch wenn unterschiedliche Trauerphasen beschrieben werden, ist es wichtig zu erschließen, dass diese als nicht festgelegt, nicht konkret und nicht voraussehbar zu verstehen sind. Die Phasen beschreiben lediglich allgemeine Tendenzen, die von Person zu Person, von Trauererlebnis zu Trauererlebnis individuell ablaufen können. Allen Modellen ist gemein, dass sie davon ausgehen, dass Trauer kurz nach dem Eintreten des Todes sehr stark ausgeprägt ist und sich erst im Laufe der Zeit wieder den normalen Lebensgewohnheiten und Verhalten annähert. Je nach Phasenmodell werden in der Literatur drei bis vier, zum Teil auch bis zu acht Phasen unterschieden, deren zeitlicher Umfang nur ungefähr bestimmt werden kann.³³

4.1 Phasenmodell der Trauer nach Bowlby

Der Psychoanalytiker John Bowlby teilte den Trauerprozess zunächst in drei Phasen auf. Später korrigierte er seine Ausführungen auf ein Vierphasenmodell, da ihm bewusst wurde, dass er die erste Phase des Trauerprozesses nicht berücksichtigt hatte. Das Vierphasenmodell gliedert sich wie folgt:

- Phase der Betäubung
- Phase der Sehnsucht und der Suche nach der verlorenen Figur
- Phase der Desorganisation und Verzweiflung
- Phase der Reorganisation

Bowlby stützt sich bei seinen Erkenntnissen hauptsächlich auf Erläuterungen von Lindemann und selbstdurchgeführte Untersuchungen, bei welchen Witwen zum Verlust ihrer Ehemänner interviewt worden sind. Dabei wurden insgesamt fünf Interviews pro Person in einem Abstand von je drei Monaten geführt, um anschließend die erhaltenen Ergebnisse zu analysieren und die einzelnen Trauerphasen entwickeln zu können.³⁴

³³ Vgl. Schaeben, Ulrike: Trauer im humanistischen Dialog. Das Trostgespräch des Giannozzo MaS. 305.

³⁴ Vgl. Bowlby, John: Verlust. Trauer und Depression. München: Ernst Reinhardt, 2006, S. 86.

4.1.1 Phase der Betäubung

Die Reaktion auf die plötzliche Konfrontation eines Verlustes unterscheidet sich erheblich von Person zu Person und kann auch bei demselben Individuum zu unterschiedlichen Zeiten andere Formen und Ausprägungen annehmen.

Wie bereits der Name verrät, scheinen die betroffenen Personen in der ersten Zeit nach dem Verlust wie betäubt zu sein und sie sind unfähig die Nachricht zu akzeptieren. Dieses Gefühl der Taubheit kann nach Bowlby eine Stunde bis eine Woche, nachdem die Person von ihrem Verlust erfahren hat, andauern. Dieses Taubheitsgefühl kann abwechselnd mit Fassungslosigkeit, Schmerz, Wutausbrüchen, Angst und dem Nicht-Wahrhabenwollen des Verlustes einhergehen. Die betroffenen Personen erleben diese Zeit als unwillkürlich und wie in einem Traum, da sie nicht fähig sind, mit diesem Schicksalsschlag umzugehen. Der Schockzustand stellt den natürlichen Weg dar, etwas so lange abzuwehren, bis die trauernde Person dazu bereit ist, den Verlust mit all seinen Auswirkungen anzunehmen. Die meisten Menschen sind, kurz nachdem ihnen die Nachricht über den Tod einer nahestehenden Person überbracht wurde, zu schwach, um die überwältigende Herausforderung des Trauerns auf sich zu nehmen.³⁵ Die Phase der Betäubung und des Nicht-Wahrhabenwollens bietet ihnen so lange Schutz, bis sie dazu bereit sind, das Geschehene mit all seinen Folgen zu akzeptieren. Die Person ist sich zu nächst nicht über das Ausmaß ihres Verlustes bewusst und kann daher zu Beginn eine bestimmte Ruhe ausstrahlen. Diese ausgestrahlte Ruhe stellt sich jedoch bereits nach Stunden oder Tagen ein und wechselt in einen Ausbruch von intensiven emotionalen Gefühlen, was nach Bowlby als Übergang in die zweite Trauerphase gesehen werden kann.³⁶

4.1.2 Phase der Sehnsucht und Suche nach der verlorenen Figur: Zorn

Wenige Stunden bis wenige Tage nach dem Verlust einer nahestehenden Person kommt es zu einer Veränderung des Trauerprozesses, wobei die trauernde Person ihren Verlust erkennt, aus ihrer Betäubung erwacht und beginnt, sich mit ihrem Schicksal auseinanderzusetzen. Diese Phase kennzeichnet sich durch Ruhelosigkeit, Schlaflosigkeit, kreisende Gedanken um den Verstorbenen, kombiniert mit dem Gefühl, die verstorbene Person wäre noch anwesend und der Neigung einzelne Geräusche mit ihr und ihrer Rückkehr in Verbindung zu bringen und auf das alte, unveränderte und gewohnte Leben zu hoffen. Trauernde Personen neigen in dieser Phase vermehrt dazu, einzelne Geräusche wie die eines

³⁵ Vgl. Lord: Nicht einmal ein Abschiedswort. S. 34.

³⁶ Vgl. Bowlby: Verlust. Trauer und Depression. S. 86-89. und Rehberger: Angst zu trauern. S. 35.

Autos, einer Türklinke oder Pfeifen mit der verstorbenen Person in Verbindung zu bringen und dadurch auf die Rückkehr dieser zu hoffen. Weiter wird die verlorene Person auch häufig in fremden Menschen wiedererkannt. Der Drang nach der verlorenen Person zu suchen ist ein wesentliches Merkmal der zweiten Phase, wobei sich die Person selbst nicht immer über ihre Suche bewusst ist. Dieser Prozess kennzeichnet sich durch das Absuchen der Umgebung und dem rastlosen Umhergehen, ständigen Denkens an den Verstorbenen, Rufen nach der Person, Aufsuchen von Orten, an denen die verlorene Person sich aufhalten könnte sowie die bereits erwähnte Wahrnehmung von bestimmten Reizen, wie Geräuschen, die auf die Anwesenheit oder die Rückkehr der Person hoffen lassen.³⁷ Ein weiteres Merkmal dieses Stadiums sind Träume, in denen die verstorbene Person oft lebhaft und wohlauf erscheint. Der Trauernde empfindet diese häufig als sehr angenehm und tröstend, wodurch das Erwachen aus solchen Träumen und die damit verbundene Hoffnung auf die Rückkehr des Verstorbenen sehr frustrierend sein können.³⁸

Bowlby beschreibt diese zweite Phase des Trauerprozesses als ein zweigliedriges Phänomen. Sie ist zum einen vom Glauben geprägt, dass der Tod eingetreten und nicht mehr rückgängig zu machen ist. Es herrscht Sehnsucht nach dem Verstorbenen und das alltägliche Leben wird von emotionalen Schmerzen begleitet. Zum anderen befindet sich die betroffene Person im Unglauben über ihren Verlust. Sie hofft auf die Rückkehr und auf die Wiederherstellung alter Lebensverhältnisse und gibt ihre Suche nicht auf.³⁹

In diesem Stadium des Prozesses kommt häufig das Gefühl von Zorn in der trauernden Person auf. Dies entsteht hierbei sowohl gegenüber der verstorbenen Person, die einen im Stich gelassen hat, gegenüber Personen, die für den Verlust verantwortlich gemacht werden, aber auch gegenüber den Enttäuschungen, die der Trauernde während des Verarbeitungsprozesses erleben muss. Zorn stellt einen wesentlichen Bestandteil der Trauer dar. Gemeinsam mit dem Gedanken, dass es einen Grund für das Geschehene geben muss, glauben Trauernde auch, dass es jemanden geben muss, der dafür verantwortlich gemacht werden kann. Trauernde Personen suchen daher oft nach einem Schuldigen, an dem sie ihre Wut und Enttäuschung auslassen können.⁴⁰ In dieser Phase des Trauerprozesses herrscht vor allem Widersprüchlichkeit, denn die hinterbliebene Person versucht den Verstorbenen zu vergessen, die Trauer zu verarbeiten, will ihn aber auch ganz nahe sein und

³⁷ Ebda. S. 89.

³⁸ Ebda. S. 87.

³⁹ Ebda. S. 88.

⁴⁰ Ebda. S. 89.

sucht nach ihm.⁴¹ Die Gedanken kreisen dabei stetig um die Frage nach dem Auslöser für das Geschehene, wodurch sich die trauernde Person in einem endlos erscheinenden Prozess kreisender Gedanken um das Eingetretene wiederfindet.

Während des Trauerprozesses können Zorn und Wut jedoch als hilfreiche Begleiter angesehen werden, wodurch der Verarbeitungsprozess vorangetrieben werden kann. Solange diese beiden Gefühlsregungen jedoch noch vorhanden sind, ist der Verlust noch nicht akzeptiert worden und die trauernde Person hat noch Hoffnung auf Wiedervereinigung und Rückkehr. Bleibt diese Wut jedoch über mehrere Wochen bestehen und wird der Verlust nicht akzeptiert, sollte dies als ernsthafte Herausforderung angesehen werden, wie im Kapitel 6. Pathologische Trauer näher erläutert wird.

Das Durchlaufen der zweiten Trauerphase nach Bowlby kann durch einzelne Riten oder Sitten begleitet werden, wodurch die trauernde Person bei der Bewältigung der Herausforderung unterstützt werden soll. Sie erleichtern das Abschiednehmen und den Prozess der Trauer, da sie dem Toten für einen Moment eine zentrale Stellung im Hier und Jetzt verleihen und ihn nochmals in Erinnerung rufen. Andererseits betonen sie gleichzeitig die Endgültigkeit des Lebens und thematisieren den Tod als entscheidendes Vorkommnis, dessen Folgen akzeptiert werden müssen. Trauerriten sollen sich jedoch auf einen bestimmten zeitlichen Abschnitt begrenzen und bewirken, dass sich die trauernde Person reintegriert, soziale Unterstützung findet und lernt, mit ihrem Verlust umzugehen und ihr Leben weiterzuleben.⁴²

Die zweite Phase der Trauer hat mit all ihren bereits erwähnten Merkmalen die Aufgabe, dem starken Drang nachzugehen, die verlorene Person wiederzufinden, deren Verlust letztendlich zu akzeptieren und in das alte Leben zurückzukehren. Jedoch kann festgestellt werden, dass neben all diesen abwechselnd auftretenden Emotionen eine tiefe Traurigkeit herrscht, welche als Reaktion über den plötzlichen Verlust gedeutet werden kann und wodurch sich nach einem gewissen Zeitraum die Akzeptanz einstellt, dass die gewünschte Wiedervereinigung aussichtslos ist. Die trauernde Person befindet sich demnach in einem Zwiespalt zwischen Hoffnungslosigkeit und der finalen Erkenntnis über ihren Verlust wieder, was einige Monate bis zu einem Jahr andauern kann. Die Vereinbarung dieser beiden Gefühlslagen stellt eine zentrale Aufgabe der dritten und vierten Phase dar.

⁴¹ Vgl. Rehberger. Angst zu trauern. S. 35-36.

⁴² Vgl. Bowlby: Verlust. S. 92-93.

4.1.3 Phase der Desorganisation und Verzweiflung und Phase der Reorganisation

Nach John Bowlby geht es in der dritten und vierten Phase des Trauerprozesses vor allem um die Akzeptanz des Verlustes, der Unwiederbringlichkeit des alten Lebens und die Erkenntnis darüber, dass das gegenwärtige und zukünftige Leben neu geordnet werden müssen. Erst wenn die trauernde Person die Phase des rastlosen Suchens, ständigen Fragens nach dem „Warum“, Auslassen von Wut und die Suche nach einem Verantwortlichen mit allen Höhen und Tiefen durchlebt hat, sieht der Psychoanalytiker die Möglichkeit des Eintritts in das dritte Stadium. Die letzten beiden Phasen finden bei Bowlby einen fließenden Übergang, wodurch eine geradlinige Trennung der beiden schwer auszumachen ist.

In der dritten Phase geht es vorwiegend um die Anerkennung des endgültigen Verlustes, welche vor allem zu Beginn noch von Schmerz und Hilflosigkeit geprägt ist, bis es letztendlich zur Neuorientierung des eigenen Lebens kommt.⁴³ Bowlby beschreibt den Verlauf dieser Phase als Prozess, in welchem die Notwendigkeit besteht, dass die trauernde Person alte Denk- und Handlungsmuster ablegt, damit in weiterer Folge neue gebildet werden können. Es sei demnach herkömmlich, dass sich die Person in diesem Stadium ihres Trauerprozesses zeitweise verzweifelt und hilflos fühlt, ehe sie in ein Hoch übergeht, in welchem sie anfängt, über neue Möglichkeiten nachzudenken, neue Perspektiven zu erkennen und dadurch sowohl sich selbst als auch die Gesamtsituation, in welcher sie sich seit mehreren Wochen oder Monaten befindet, neu definiert und strukturiert.⁴⁴

Diese Neustrukturierung stellt einen wichtigen Schritt in der Verarbeitung von Trauer dar, denn nur durch sie können Pläne für die weitere Zukunft gemacht und in weiterer Folge auch umgesetzt werden. Der Weg bis zur Akzeptanz und Neudefinierung kann jedoch sehr viel Zeit in Anspruch nehmen. Es geht vor allem um das Aufgeben alter Hoffnungen über die Wiederherstellung alter Lebensverhältnisse, was sehr schmerzhaft und kräftezehrend sein kann. Der Ehemann sieht sich plötzlich als Witwer. Die Frau, die bis dahin ein glückliches Familienleben führte, ist alleinerziehend. Der Junge, dessen Vater sein großes Vorbild war, muss erkennen, dass auch Superhelden verlieren können. Neben dieser Erkenntnis des Verlassenseins werden sie auch noch mit der Tatsache konfrontiert, neue Rollen anzunehmen. Die Witwe ist plötzlich auf sich alleingestellt, muss nicht nur die Kinder versorgen sondern auch arbeiten gehen, um ihr aller Überleben zu sichern. Bowlby beschreibt diesen Prozess der Neudefinierung vor allem dadurch, dass innere Vorstellungsmodelle

⁴³ Vgl. Rehberer: Angst zu trauern. S. 36.

⁴⁴ Vgl. Bowlby: Verlust. S. 94.

neu formuliert werden müssen, um sie den gegenwärtigen Verhältnissen anzugleichen und ein zukünftiges Leben möglich zu machen.⁴⁵

Je besser die trauernde Person lernt, die neue Rolle anzunehmen und je mehr sie sich daran gewöhnt, desto selbstständiger wird sie ihr neues Leben aufnehmen können. Die Wiederherstellung alter Lebensgewohnheiten, wie sie vor dem Verlust gelebt wurden, geht mit der Anerkennung des endgültigen Verlustes einher. Dadurch gelingt es der trauernden Person wieder in ihr altes Leben zurückzufinden, jedoch neu definiert und vor allem alleine, da der Verlust einzelne Veränderungen mit sich gebracht hat.⁴⁶

4.2 Trauerphasen nach Verena Kast

Die Schweizer Psychologin Verena Kast betont in ihrem Werk *Trauern – Phasen und Chancen des psychischen Prozesses*⁴⁷, dass das Phänomen der Trauer sehr vielschichtig sein und sich von Person zu Person individuell gestalten kann. Wie John Bowlby unterscheidet sie ebenfalls vier Phasen des Trauerprozesses und der Trauerverarbeitung.

4.2.1 Phase des Nicht-Wahrhabenwollens

In dieser ersten Phase des Trauerprozesses herrscht nach Kast vor allem Empfindungslosigkeit, welche einige Stunden bis etwa eine Woche anhalten kann, wobei es bei plötzlichen Todesfällen zur zeitlichen Ausdehnung dieses Stadiums kommen kann. Die trauernde Person findet sich hierbei in einem Gefühlschaos wieder und erlebt eine psychische Starre, in welche sie nach der Überbringung der Nachricht über den Tod einer geliebten Person verfällt, da sie nicht weiß, wie mit diesem Schicksalsschlag umzugehen ist.⁴⁸

⁴⁵ Ebda. S. 94.

⁴⁶ Vgl. Rehberger. Angst zu trauern. S. 36.

⁴⁷ Kast, Verena: Trauern. Phasen und Chancen des psychischen Prozesses. Stuttgart/Berlin: Kreuz-Verlag, 1982

⁴⁸ Vgl. Kast, Verena: Trauern. S. 61-62.

4.2.2 Phase der aufbrechenden Emotionen

Die Phase der Erstarrung wird durch das Empfinden von Wut, Ruhelosigkeit, Zorn und einem inneren Chaos abgelöst. In diesem zweiten Stadium der Trauer kommt es häufig zur Thematisierung von Beziehungsstrukturen, wobei sowohl harmonische Gefühle als auch Unstimmigkeiten Raum finden.⁴⁹

Oft wird mit und durch den aufkommenden Zorn ein Schuldiger für den Tod und den damit ausgelösten Kummer gesucht. Diese emotionale Gefühlsregung richtet sich hierbei häufig gegen Personen, die für den Tod des Verstorbenen verantwortlich gemacht werden, aber auch gegen den Verstorbenen selbst, da dieser einen im Stich gelassen hat. Außerdem kann es in diesem Abschnitt des Trauerprozesses auch zum Aufbrechen von Schuldgefühlen kommen. Vor allem wenn ungeklärte Probleme mit dem Toten im Raum stehen geblieben sind, kommt es häufig vor, dass sich die hinterbliebene Person mit Schuldgefühlen plagt. Kast schreibt dazu weiter, dass sich Ausbrüche von Zorn, Wut und Schuldgefühlen eher nach dem plötzlichen Ableben eines Menschen einstellen, da der Tod in dieser Situation viel überraschender eintritt, die Angehörigen nicht darauf vorbereitet sind und dieser daher viel unbegreiflicher erscheint.⁵⁰ Durch den zum Ausdruck gebrachten Zorn kann der empfundene Schmerz für kurze Zeit gelindert werden, wodurch der Trauerprozess vorangetrieben wird. Weiteres ist es in dieser Phase wichtig, dass die Betroffenen viel über die verstorbene Person reden und dadurch ihren Kummer abbauen. Dabei sollen sowohl die Freude über den gemeinsam gegangenen Lebensweg als auch einzelne Probleme und Konflikte, die es in der Vergangenheit gegeben hat, thematisiert werden. Um erfolgreich trauern zu können, ist es nach Kast wichtig, das breite Spektrum von Gefühlen zuzulassen, damit daraus neue Beziehungs- und Lebensmöglichkeiten entstehen können.⁵¹

4.2.3 Phase des Suchens und Sich-Trennens

Die trauernde Person findet sich in einem Prozess des Suchens nach der verlorenen Person wieder. Nach Kast kommt es in diesem Stadium der Trauer häufig dazu, dass sich der Trauernde den Lebensstil und die Angewohnheiten des Verstorbenen aneignet, um ihm nahe zu sein. Weiters können immerwährende Zwiegespräche mit der verlorenen Person geführt werden. Hierbei kann der Verlorene nochmals gefunden und gesprochen werden.

⁴⁹ Vgl. Fartacek, R. und Nindl, A.: Normale und abnormale Trauerreaktionen. In: Katschnig, Heinz und Demal, Ulrike: Trauer und Depression. Wo hört das eine auf, wo fängt das andere an? Wien: Facultas, 2001, S. 31.

⁵⁰ Vgl. Kast: Trauern. S. 65.

⁵¹ Ebda. S. 66-67.

Diese Art des Gespräches bietet zum einen die Möglichkeit, den verlorenen Partner zu vertreten und zum anderen sich mit ihm und dessen Verlust auseinanderzusetzen. Die Entwicklung dieser einzelnen inneren Gespräche soll letztendlich zur Trennung vom Verstorbenen führen, wodurch eine neue Beziehung zu ihm aufgebaut werden kann.

Die dritte Phase des Trauerprozesses ist bei Kast durch einen ständigen Wechsel von Suche und Sich-Trennen geprägt. Bis vergangene Konflikte mit der verstorbenen Person nicht abgeschlossen sind, solange wird die Person auch noch im Leben der Hinterbliebenen anwesend sein, da die neue Beziehung zu ihr noch geklärt und neu definiert werden muss. Kast schreibt dazu: „Ich sehe dieses Suchen nicht nur als Verdrängung des Todes, sondern als Versuch, das, was der Tote bedeutet hat, ins neu entstandene Lebensgefühl mit einzubringen.“⁵² Der Tote wird durch das Ergründen nochmals aufgesucht, um neue Beziehungsmoglichkeiten und -fähigkeiten herzustellen. Nicht nur der reale Mensch wird gesucht, sondern es wird auch die Möglichkeit erforscht, alte Lebensverhältnisse zu retten. Bei vielen Trauernden scheint die Suche sehr real zu sein. Die Aufmerksamkeit richtet sich hierbei meist auf Orte, die der Verstorbene gerne besucht hat, oder auf Tätigkeiten, die er oft ausgeübt hat.

Das andauernde Suchen-Finden-Trennen soll es der trauernden Person möglich machen, sich nochmals mit dem Verstorbenen und dem Verlust auseinanderzusetzen, um letztendlich herauszufinden, dass die alten Lebensumstände nicht mehr hergestellt werden können und das eigene Welt- und Selbstverständnis neu konstruiert werden muss.⁵³ Phasen des Suchens wechseln sich hierbei mit Phasen der Verzweiflung, Depression und Apathie ab, in welchen sich der Trauernde häufig hilflos und alleine vorkommt.⁵⁴ Dieser Suchprozess hat jedoch vorrangig den Sinn, dass eine fortwährende Auseinandersetzung mit der verlorenen Person stattfindet. Nach Kast soll das Suchverhalten den Menschen darauf vorbereiten, den Verlust allmählich zu akzeptieren und ein neues Leben zu beginnen. Jedoch soll dabei nicht alles als verloren angesehen werden, sondern die Beziehung und deren gelebte Intensität sollen neu definiert und der Verlust als etwas zum Leben Gehorendes anerkannt werden.⁵⁵

⁵² Kast: Trauern. S. 67.

⁵³ Vgl. Kast: Trauern. S. 70.

⁵⁴ Vgl. Fartacek und Nindl: Normale und abnormale Trauerreaktionen. S. 32.

⁵⁵ Vgl. Kast: Trauern. S. 68.

Diese dritte Phase des Trauerprozesses nach Kast kann Wochen bis Jahre dauern, wobei die Intensität des Suchens immer mehr abnimmt, je mehr es dem Trauenden gelingt, die äußere Suche auf ein inneres Finden neuer Werte zu konzentrieren.⁵⁶

Hier lässt sich ein großer Unterschied zu Bowlbys Modell feststellen. Findet sich die trauernde Person bei ihm bereits in der zweiten Phase in einem Prozess des Suchens nach dem Verstorbenen und der Vergangenheit wieder, so schreibt Kast dieses Verhalten erst dem dritten Stadium zu und sieht dies als vorantreibenden Prozess zur weiterführenden Entwicklung eines neuen Selbst- und Weltbezuges.

4.2.4 Phase des neuen Selbst-und Weltbezuges

Diese letzte von Kast beschriebene Phase des Trauerns bedeutet den Abschluss der Trauerarbeit. Der Verlust wird von der trauernden Person zunehmend akzeptiert, ohne dass die verstorbene Person in Vergessenheit gerät. Es wurde eine neue Beziehung zu ihr verinnerlicht und der Hinterbliebene erkennt sein eigenes Leben wieder als lebenswert an.⁵⁷ Auch in dieser Phase kann es noch zu Rückfällen auf bereits durchlebte Stadien kommen. Vor allem bei erneutem Verlust kann es vorkommen, dass die trauernde Person rückfällig wird und bereits durchlebte Trauerprozesse erneut durchlebt, jedoch nicht mehr in ihrer ursprünglichen Intensität.

4.3 Phasenmodell der Trauer nach Therese Rando

In ihrem Artikel *Trauern: Die Anpassung an Verluste* schreibt Therese Rando, dass ein Verlust einen wesentlichen Bestandteil und ein zentrales Phänomen der menschlichen Existenz ist, welches durch einen gesunden Verarbeitungsprozess durchlebt werden muss.⁵⁸

Die Thanatologin unterscheidet insgesamt drei Phasen der Trauer.⁵⁹

⁵⁶ Ebda. S. 71.

⁵⁷ Ebda. S. 71.

⁵⁸ Vgl. Rando, Therese A.: Trauern: Die Anpassung an Verlust. In: Wittowski, Joachim: Sterben. Tod und Trauer. Grundlagen, Methoden und Anwendungsfelder. Stuttgart: Kohlhammer, 2003, S. 173.

⁵⁹ Ebda. S. 185-186.

4.3.1 Phase der Vermeidung

Ähnlich wie Bowlbys und Kasts erste Phase des Trauerprozesses beschreibt auch Rando ihr erstes Stadium. Die hinterbliebene Person versucht die Erkenntnis über den Tod einer nahestehenden Person zu verdrängen, ist traumatisiert und steht unter Schock.

4.3.2 Phase der Konfrontation

Bei der zweiten von Rando definierten Phase handelt es sich um die schmerzhafteste, denn die trauernde Person nimmt allmählich die Bedeutung ihres Verlustes wahr und stellt sich der Realität. Ähnlich wie bei Bowlby wird dieser Schmerz durch Zorn, Protest und dem Drang des Suchens nach der verlorenen Person begleitet. Während dieses Stadiums findet ein Lernprozess statt, in welchem erkannt wird, dass Veränderung notwendig ist, um das eigene Leben wieder vorantreiben zu können.

4.3.3 Phase der Anpassung

Diese letzte Phase charakterisiert sich durch die Reduktion von Symptomen des Kammers und der allmählichen Rückkehr in die Alltagswelt. Nach Rando ist das vorrangige Ziel in der dritten und letzten Phase des Trauerprozesses, dass der Trauernde lernt, mit seinem Verlust umzugehen und sein zukünftiges Leben darauf ausrichtet, nicht mehr gegen den Verlust anzukämpfen, sondern gelernt hat, mit ihm zu leben.

Im Gegensatz zu den vorherig beschriebenen Phasenmodellen lässt die Psychologin die vierte Phase des Trauerprozesses weg. In ihrem letzten beschriebenen Stadium wird der Prozess noch nicht vollständig abgeschlossen, sondern die trauernde Person wird dazu aufgefordert, ihren Verlust allmählich zu akzeptieren und ihr bevorstehendes Leben daran anzupassen. Den Prozess der Neuorientierung, Reorganisation und den Beginn eines Lebens nach dem Trauerprozess beschreibt Rando in keiner eigenständigen Phase. Jedoch definiert die Psychologin neben diesen drei Stadien sogenannte R-Prozesse, die während des Trauerprozesses durchlaufen werden müssen, um letzten Endes den Verlust erfolgreich verarbeiten zu können.⁶⁰

⁶⁰ Rando: Trauern: S. 187-189.

1. Den Verlust erkennen (Recognize the Loss)

- Anerkennen des Todes/Verlustes
- Verständnis für die Beweggründe des Todes
- Gründe für den Tod finden

2. Auf die Trennung reagieren (React to the Separation)

- Auf die Realität reagieren und diese bewältigen
- Erleben von Schmerz
- Ausdrücken und Akzeptieren aller psychischen Symptome, die mit dem Verlust einhergehen
- Betrauern und Identifizieren sekundärer Verluste

3. Rückbesinnung auf den Verstorbenen und Nachempfinden der Beziehung (Recollect and Reexperience the Deceased and the Relationship)

- Rückblick und Erinnerung an den Verstorbenen
- Nachempfinden und Beleben von Gefühlen, die mit dem Verstorbenen in Verbindung gebracht werden
- Neue Beziehung mit neuer Qualität zu dem Verstorbenen entwickeln

4. Die alte Bindung an den Verstorbenen und an die alte angenommene Welt preisgeben (Relinquish the Old Attachments to the Deceased and the Old Assumptive World)

- Bindungen an den Verstorbenen aufgeben

5. Sich neu ordnen, um sich anpassungsfähig in die neue Welt zu begeben, ohne die alte zu vergessen (Readjust To Move Adaptively into the New World Without Forgetting the Old)

- Neue Bindungen aufbauen
- Aktive Schritte zur Verarbeitung des Verlustes tätigen
- Neue Beziehung zum Verstorbenen aufbauen
- Notwendige Veränderungen vornehmen, um kognitive Dissonanz zu revidieren
- Neue Daseinsstrategien entwickeln, um Verlust zu kompensieren
- Selbstbild entsprechend der veränderten Realität entwickeln und Neuorientierung

6. Neu Investieren (Reinvest)

- Die Energie, die zuvor in die Beziehung zum Verstorbenen hineingesteckt wurde, muss neu investiert werden. Dies muss nicht zwingend eine neue Person sein, sondern kann auch in neue Rollen, Ziele oder Ideale eingebracht werden.

Erst das vollständige Durchlaufen der drei Phasen mit den R-Prozessen sieht Rando als Ende des Trauerprozesses an.

5 Bedingungen, die den Verlauf von Trauer beeinflussen

Bei der Entscheidung darüber, welchen Verlauf die Trauer eines Individuums annimmt, können mehrere Variablen genannt werden, welche Einfluss auf den Trauerprozess haben. Als entscheidend für den Verlauf des Trauerprozesses sieht Bowlby vor allem die Persönlichkeit der hinterbliebenen Person, deren Reaktion auf eine belastende Situation und ihr individuelles Bindungsverhalten.⁶¹ Der Verlauf des Trauerprozesses charakterisiert sich hauptsächlich durch das Merkmal des ständig in Bewegung Bleibens. Vor allem die Erlebnisfähigkeit und Reaktionsweise des Trauernden können die Dauer, den Verlauf sowie den Ausgang der Trauer maßgeblich beeinflussen. So können die Persönlichkeit, die Beziehung zum Verstorbenen vor seinem Ableben und die näheren Todesumstände für die Länge, Form und das Ausmaß des Trauergeschehens folgenreich sein. Jedoch kann kein bestimmtes Gefühl oder keine typische Reaktion auf den Schicksalsschlag bestimmt werden. Vielmehr lassen sich eine Reihe von Gefühlen sowie ein breites Spektrum seelischer als auch körperlicher Reaktionen beschreiben, die während des Trauerprozesses in Erscheinung treten können (siehe Kapitel 4.1), wobei sich deren Ausmaß wiederum von Person zu Person, von Trauerprozess zu Trauerprozess unterscheiden kann. Der Trauerprozess kann durch verschiedene Faktoren beeinflusst werden, die den Verlauf der Trauer lenken und Hinweise auf mögliche Komplikationen geben können.

⁶¹ Ebda. S. 167.

5.1 Person und Rolle des Verstorbenen

Ein wichtiges Kriterium, das Trauer beeinflussen kann, stellen die Person des Verstorbenen und das Beziehungsgefüge zum Verstorbenen dar. Vor allem der unzeitmäßige Tod eines Kindes, eines Elternteils oder eines Ehepartners können den Verlauf der Trauer maßgeblich beeinflussen. Der Tod eines Kindes stellt nach Specht-Tomann und Tropper einen Tod wider der Gesetze des Lebens dar⁶², womit auf die Schwierigkeiten aufmerksam gemacht wird, die mit der Verarbeitung des Todes in Verbindung stehen. Wenn ein Kind stirbt, stirbt mit ihm auch die Hoffnung auf dessen Zukunft. Kinder werden oft als Träger von Hoffnungen, Wünschen und Träumen angesehen. Auch der Tod der Eltern oder eines Elternteils wird als schwerwiegend angesehen, da dieser meist das Ende der eigenen Kindheit bedeutet. Besonders schwer ist es für Kinder, da ihnen meist das Wissen über den Tod fehlt und sie daher nicht damit umzugehen wissen. Außerdem ist der zurückgebliebene Elternteil oft nicht in der Lage, dem Kind ausreichende Unterstützung im Trauerprozess zu bieten, da er sich selbst in Trauer befindet und seine ganze Energie darin investieren muss.⁶³

Für den Verlauf der Trauer spielen nach Specht-Tomann und Tropper vor allem die Bedeutung des Verstorbenen im eigenen Leben und deren Charakter selbst sowie das Naheverhältnis zwischen dem Trauernden zum Verstorbenen eine große Rolle.⁶⁴ Vor allem die Merkmale der bestehenden Beziehung können ausschlaggebend für den Verlauf des Trauerprozesses sein. Besonders eine große Abhängigkeit zum Verstorbenen oder eine ambivalente und konfliktreiche Beziehung zwischen dem Toten und dem Trauernden können Trauerprozesse maßgeblich beeinflussen.⁶⁵

Im Laufe der letzten Jahrzehnte wurden zahlreiche Untersuchungen zur Verarbeitung von Trauer und deren Prozess durchgeführt. Hierbei konnte aufgezeigt werden, dass vor allem Beziehungen, die vor dem Verlust sehr eng waren, einem gestörten Trauerverlauf vorausgehen. Entwickelt sich demnach im Verlauf des Trauerprozesses eine gestörte Form dessen, so folgte diese vor allem nach dem Verlust einer sehr nahestehenden Person wie dem Ehepartner, Kind, Geschwistern oder Elternteil. Bowlby geht davon aus, dass je mehr die hinterbliebene von der verstorbenen Person abhängig war, sei es emotional oder finanziell,

⁶² Vgl. Specht-Tomann, Monika und Tropper, Doris: Zeit des Abschieds. Sterbe- und Trauerbegleitung. Aus der Hospizbewegung. Kiel: 2005, S. 231.

⁶³ Ebda. S. 234.

⁶⁴ Ebda. S. 235.

⁶⁵ Ebda. S. 236.

desto größer sind die Auswirkungen des Verlustes und desto mehr Kraft und Energie muss für die Verarbeitung dessen investiert und aufgebracht werden, um das eigene Leben neu orientieren zu können.⁶⁶

5.2 *Persönlichkeit der hinterbliebenen Person*

Als ein weiterer beeinflussender Faktor kann die trauernde Person selbst mit ihrer Persönlichkeit, ihrer Biografie, ihrer Geschlechteridentität, ihrem sozialen Status sowie ihrer Weltanschauung und ihrem Werteverständnis gesehen werden. Vor allem Menschen, deren Charakter von Ängstlichkeit und Unsicherheit geprägt ist und die weniger Selbstbewusstsein aufweisen, werden bei der Verarbeitung von Trauer mit größeren Schwierigkeiten konfrontiert werden. Zusätzlich ist es wichtig zu beachten, welche Erlebnisse mit Verlust und Trauer die betreffende Person in ihrer Vergangenheit bereits durchlebt hat. So können manche Menschen besser mit Verlusterfahrungen umgehen als andere, die sich in ihrer Trauer verlieren. Vor allem wenn nicht gelernt wurde, mit der eigenen Trauer umzugehen und diese zu verarbeiten, können unverarbeitete Trauererlebnisse im späteren Leben zur Belastung werden. Auch das biologische Geschlecht kann nach Specht-Tomann und Tropper den Verlauf der Trauer und den Umgang mit dieser beeinflussen. Vor allem Männer neigen häufiger zu Komplikationen im Trauerprozess, da sie ihre Trauer weniger zum Ausdruck bringen können und sich dadurch sowohl ihr körperliches als auch seelisches Befinden verschlechtern kann.⁶⁷ Hinsichtlich des Alters sind wissenschaftliche Nachweise schwer festzumachen. Bowlby schreibt dazu, dass Psychoanalytiker davon überzeugt sind, dass die Inzidenz bei Verlusten im Erwachsenenalter geringer ist, als bei Verlusten vor Erreichen der Reife. Es konnte jedoch lediglich festgestellt werden, dass es kein bestimmtes Alter gibt, in welchem ein Mensch auf einen Verlust nicht mehr mit gestörter Trauer reagieren kann.⁶⁸ Moody schreibt hierzu, dass Kinder bis zu ihrem zwölften Lebensjahr nicht begreifen, dass der Tod ein reales und unabänderliches Ereignis darstellt. Daher wird ihre Trauer von ihrer Umgebung als nicht sehr intensiv wahrgenommen. Mit dem Alter nimmt auch die Anpassungsfähigkeit ab, wodurch es für die betroffenen Personen zuneh-

⁶⁶ Vgl. Bowlby: Verlust. S. 170-171.

⁶⁷ Vgl. Specht-Tomann und Tropper: Zeit des Abschieds. S. 237.

⁶⁸ Vgl. Bowlby: Verlust. S. 172-173.

mend schwerer wird, mit Verlusten umzugehen. Daher ist es wichtig, Trauer zuzulassen, zu akzeptieren und zu lernen, wie Verlusterfahrungen bewältigt werden können.⁶⁹

5.3 Ursachen und Umstände des Verlustes

Das Gelingen von Trauerarbeit und deren positiver Ausgang hängen zu einem beträchtlichen Teil von den näheren Umständen des Todes ab. Die Art und Weise, wie es zu dem Verlust gekommen ist, wirkt sich nachhaltig auf die Trauerarbeit der hinterbliebenen Personen aus. Darunter ist vor allem zu verstehen, ob die Trauernden die Möglichkeit hatten, sich auf den Verlust vorzubereiten. Nach Specht-Tomann und Tropper stellt die Möglichkeit, sich auf den Verlust vorzubereiten und Abschied nehmen zu können, eine bedeutende Chance für den komplikationsfreien Verlauf von Trauer dar.⁷⁰ Können sich Angehörige bewusst auf den Tod einer nahestehenden Person einstellen, weil diese zum Beispiel eine längere Krankheitsgeschichte aufweist, besteht nur eine geringe Möglichkeit, dass die Trauer einen kläglichen Verlauf nimmt. Kritischer ist die Situation, wenn es sich um einen plötzlichen Todesfall handelt, bei welchem die Angehörigen keine Möglichkeit hatten, sich auf ihren Verlust vorzubereiten. Besonders Unfälle, unerwartete Krankheitsverläufe oder ein plötzlicher Herztod können die Hinterbliebenen in einen regelrechten Schockzustand versetzen. Durch den unvorhersehbaren Schicksalsschlag können Konflikte, Schuldgefühle und Probleme mit dem Verstorbenen nicht mehr gelöst und innige Gefühle, wie Liebe oder Anerkennung, nicht mehr mitgeteilt werden. Daher sind Komplikationen im Verlauf des Trauerprozesses nach einem plötzlichen Todesfall keine Seltenheit und führen häufig zu gesundheitlichen Schwierigkeiten. Die Hinterbliebenen fühlen sich verlassen, empfinden starke Gefühle des Kummers als auch Reue. Daher besteht nach einem plötzlichen Todesfall eine höhere Chance, dass sich die Trauer negativ entwickelt und der Prozess dadurch viel mehr Zeit und Energie in Anspruch nimmt. Vor allem Suizidfälle stellen die Hinterbliebenen vor eine große Herausforderung, da neben der Konfrontation mit dem unvorhersehbaren Todesfall auch noch die Fragen nach der Schuld oder Mitschuld aufkommen können. Specht-Tomann und Tropper schreiben diesbezüglich, dass sich unsere Seele und unser Körper bei einem plötzlichen Todesfall nicht auf den bevorstehenden Verlust einstellen können und dies oft mit einer Verweigerung der Trauerarbeit einhergehen kann.⁷¹ Das

⁶⁹ Vgl. Moody: Weiterleben nach dem Tod. S. 108.

⁷⁰ Vgl. Specht-Tomann und Tropper: Zeit des Abschieds. S. 229.

⁷¹ Vgl. Specht-Tomann und Tropper: Zeit des Abschieds. S. 299.

kann unweigerlich dazu führen, dass das Unglück verdrängt wird und eine gestörte Form der Trauer entsteht.

Bowlby hegt folglich keine Zweifel, dass ein unerwarteter Verlust als wesentlich größerer Schock empfunden wird. Ein weiterer Faktor, der den Umgang mit dem Verlust beeinflussen könnte, wäre, ob die Art des Sterbens einer längeren Pflege durch den Trauernden erforderte. Ob die Art des Sterbens zu Verstümmelungen oder Verunstaltungen des Leichnams geführt hat und dessen letzter Anblick die Erinnerung des Hinterbliebenen nun beeinflusst oder wie die Information über den Tod einer nahestehenden Person überbracht wird. Hierbei kommt es vor allem bei mangelnder oder falscher Überbringung von Informationen häufig zur Entwicklung fehlender Trauer, da Unglaube über das Geschehene entstehen kann. Ein weiterer zu nennender Faktor ist, wie die Beziehung zwischen dem Verstorbenen und der trauernden Person in den Wochen und Tagen vor dem Schicksalsschlag war. Vor allem wenn dem Tod ein Streit vorausgegangen ist, ist es für die hinterbliebene Person oft sehr schwierig, mit dem Verlust umzugehen. In vielen Fällen, vor allem dann, wenn der Verlust plötzlich und unerwartet eintritt, entsteht das Gefühl, dass der Tod nie passieren hätte dürfen, wodurch sich Wut gegenüber dem Verstorbenen, sich selbst oder gegenüber Dritten entstehen kann. Vor allem bei einem Suizidfall kommen häufig Gedanken über die Sinnlosigkeit des Verlustes auf. Einerseits kann hierbei Wut gegenüber dem Verstorbenen entstehen, da dieser die trauernde Person im Stich gelassen hat. Andererseits können auch nahe Angehörige oder man selbst dafür schuldig gesprochen werden, da nicht genug gegen den Suizid unternommen wurde. Neben Suizid können auch multiple Stressoren beeinflussend auf die Verarbeitung von Trauer wirken. Dies ist vor allem dann der Fall, wenn die hinterbliebene Person mehr als einen Angehörigen verliert.

6 Pathologische Trauer

Wird Trauer nicht voll und ganz ausgelebt, kann es zu einem Verharren in der Trauer, zur Leugnung oder zum verzögerten Einsetzen dieser kommen. Dieses Phänomen wird in der Forschung als pathologische oder abnorme Trauer bezeichnet. Neben diesen beiden Begriffen finden sich in der Literatur noch andere Bezeichnungen wie verdrängte, unbewältigte, chronische oder verzögerte Trauer. Kommt es zu dieser Ausprägung des Trauerprozesses, gerät die Trauerarbeit ins Stocken, was folgenschwere Auswirkungen auf das Leben des

Betroffenen haben kann.⁷² Die Grenze zwischen dem normalen Verlauf des Trauerprozesses und einer gestörten Form dessen ist jedoch sehr schwer auszumachen, da nahezu alle Bestandteile, die bei pathologischer Trauer auszumachen sind, auch als charakteristisch für den normalen Verlauf von Trauer angesehen werden. Pathologische Trauer ist ein Hinweis darauf, dass Trauerprozesse sehr unterschiedlich ablaufen und sich nicht an festgelegten Schemata orientieren, sondern sich flexibel an unterschiedliche Bedingungen anpassen.

Bowlby unterscheidet insgesamt drei Formen gestörter Trauer. Die chronische und die fehlende Trauer sind in häufigeren Fällen anzutreffen als die dritte Form, die Euphorie. Diese drei Grundformen unterscheiden sich sowohl durch Symptome geistiger als auch körperlicher Natur. Bei chronischer Trauer werden vor allem die emotionalen Reaktionen auf den erlebten Verlust als sehr intensiv und lang andauernd erlebt, wobei vor allem Wut und Selbstvorwürfe dominieren. Solange die trauernde Person diese Gefühlsregungen verspürt, ist die Fähigkeit, ihr Leben selbst zu organisieren und neu zu planen, stark eingeschränkt.⁷³ Im Gegensatz zu den Symptomen der chronischen Ausprägung scheint das Leben für Personen mit fehlender Trauer einfach weiterzugehen, als wäre nichts geschehen. Nach dem Verlust wird demnach die Trauer nicht aktiv gezeigt und die Personen geben keinerlei Hinweise auf ihre vorherrschende Gefühlslage. Wichtig hierbei ist jedoch zu wissen, dass Personen mit fehlender Trauer häufig dazu neigen, plötzlich und aus unerklärlichen Gründen in eine akute Depression zu fallen. Diese Form lässt sich als Abwehr der Trauer sehen. Beiden Formen ist gemein, dass durch das Verhalten der Schmerz und die Erinnerung über den Verlust verdrängt werden. Bei beiden Formen bleibt jedoch der Verlauf des Trauerprozesses unvollständig, da die trauernde Person die Sehnsucht und Hoffnung auf Wiedervereinigung und Wiederherstellung alter Lebensverhältnisse nicht aufgibt.⁷⁴

Bowlby hält vor allem den Glauben daran, dass der Verlust nicht endgültig ist und die Hoffnung auf Wiedervereinigung besteht, für ein markantes Merkmal. Der Ausgang der Trauer, ob sie normal verläuft oder in eine gestörte Form übergeht, hängt vor allem davon ab, wie es der trauernden Person gelingt, sich von ihrem Zustand zu lösen und den Aufschub des Trauerprozesses zu begrenzen.⁷⁵ Je weniger der Trauernde dazu bereit ist, sich mit seinem Verlust auseinanderzusetzen, desto schwieriger wird es für ihn, sich neu zu orientieren. Dadurch entsteht ein sehr eingeschränktes Leben, in welchem die Gestaltung

⁷² Vgl. Schaeben, Ulrike: Trauer im humanistischen Dialog. Das Trostgespräch des Giannozzo Menetti und seine Quellen. Beiträge zur Altertumskunde. München/Leipzig 2002, Saur Verlag. S. 291.

⁷³ Vgl. Bowlby: Verlust. S. 134 und Rehberger: Angst zu trauern. S. 41.

⁷⁴ Vgl. Rehberger: Angst zu trauern. S. 42-43.

⁷⁵ Vgl. Bowlby: Verlust. S. 136.

neuer Beziehungen nur schwer möglich ist.⁷⁶ Ungesunde Trauer verlängert die Trauerphase, grenzt bei der Bewältigung des alltäglichen Lebens ein und hindert die trauernde Person vor allem daran, ihr Leben voll und ganz genießen zu können. Nach Schmied wird Trauer dann als pathologisch angesehen, wenn die trauernde Person an einem Symptom der Trauer so stark leidet, dass sie davon überwältigt wird, keinen Ausweg mehr daraus sieht oder sich in den Suizid getrieben fühlt. Hinterbliebene, die ihre Trauer nicht ausleben, neigen in vielen Fällen auch dazu, von diversen Suchtmitteln wie Alkohol oder Schlafmitteln abhängig zu werden.⁷⁷

Die Euphorie als dritte und seltenste Form gestörter Trauer kennzeichnet sich im Gegensatz zu den anderen beiden Formen vor allem durch eine für die Situation unangebrachte gehobene Stimmung, wodurch versucht wird, den Verlust zu verdrängen. Die trauernde Person neigt dazu, den Tod zu leugnen oder spricht dem Tod positive Seiten zu. Eine Reaktion, die häufig auftritt, ist die Flucht in die übermäßige Geschäftigkeit. Dabei werden wichtige Aufgaben und Verpflichtungen vor die Realität und den Verlust gestellt. Da die trauernde Person den Anschein erweckt, gut mit dem Verlust umgehen zu können und sehr gefasst wirkt, wird sie von außenstehenden Personen bewundert. Euphorische Reaktionen auf den Tod werden häufig mit der Weigerung, an den Verlust zu glauben, assoziiert, was sich vor allem durch das Gefühl der fortwährenden Anwesenheit des Toten äußert. Solange die Phase der Euphorie andauert, scheint die trauernde Person aktiv und effektiv zu funktionieren und beharrt darauf, dass alles in bester Ordnung sei.⁷⁸

Treten Probleme bereits in der ersten Phase des Trauerprozesses auf, geht es hierbei vor allem darum, eine Auseinandersetzung mit dem Verlust zu vermeiden. Wird die Phase der Betäubung jedoch erfolgreich überwunden und entstehen erst im weiteren Verlauf Probleme, so geht es hierbei nach Specht-Tomann und Topper nicht um die Verdrängung, sondern um ein Stehenbleiben in der Trauer.⁷⁹ Der Schmerz über den Verlust wird nicht mehr verdrängt, sondern ist so stark, dass er übermächtig und der Mittelpunkt des Geschehens wird. Ein weiterer Hinweis darauf, dass Trauer eine gestörte Form annimmt, kann im Prozess des Suchens ausgemacht werden. Scheint diese Suche endlos zu sein, wird die verstorbene Person und die mit ihr in Verbindung stehenden Dinge nicht verabschiedet und als Teil der Vergangenheit angesehen, bleibt die Person in ihrem Trauerprozess stehen, da

⁷⁶ Vgl. Specht-Tomann und Topper: Zeit des Abschiedes. S. 217.

⁷⁷ Vgl. Schmied, Gerhard: Sterben und Trauern in der modernen Gesellschaft. Leverkusen 1985. Leske und Budrich. S. 162.

⁷⁸ Vgl. Bowlby: Verlust. S. 165. und Rehberger: Zeit zu trauern. S. 44.

⁷⁹ vgl. Specht-Tomann und Topper: Zeit des Abschiedes. S. 212.

sie in ihrer Gedankenwelt keinen Platz für ein neugestaltetes und eigenes Leben findet.⁸⁰ Mit der fortwährenden Suche kann auch die sogenannte Mumifizierung als Merkmal eines pathologischen Trauerverlaufs gesehen werden. Die Forschung versteht darunter, dass die hinterbliebene Person im Haus oder Zimmer der verstorbenen keinerlei Veränderungen unternimmt und alles wie zu deren Lebzeiten bestehen bleibt.⁸¹ So werden Gegenstände aufbewahrt, weil Erinnerungen und Gefühle mit ihnen verbunden werden. Wenn diesen Erinnerungsstücken jedoch eine zu große Bedeutung zugeschrieben wird, fungieren sie nach Moody als Ersatzobjekte, die den Trauerprozess negativ beeinflussen können. Sie werden aufbewahrt, damit sie der Verstorbene nach seiner Rückkehr wieder in seinem Leben hat oder sind so stark mit Emotionen besetzt, dass der Verlust des Gegenstandes einen weiteren Trauerprozess auslösen würde.⁸²

Trauer lässt sich nicht vermeiden und tritt auch dann ein, wenn man sie zu unterdrücken versucht. In vielen Fällen führt verzögerte Trauer zu Reaktionen, die für den Trauernden viel gefährlicher sind als die ausgelebte Trauer. Wird die Realität verdrängt, kann sich dies in Rastlosigkeit, ständigem Reisen oder übermäßigem Arbeitsdrang äußern, wodurch die Trauer über Jahre aufgeschoben werden kann.⁸³

⁸⁰ Ebda. S: 215.

⁸¹ Vgl. Charlier, Thomas: Über pathologische Trauer. In: Psyche. Zeitschrift für Psychoanalyse. 1987, 41(10), S. 873.

⁸² Vgl. Moody: Weiterleben nach dem Tod. S. 175-177.

⁸³ Vgl. Schmied: Sterben und Trauern in der modernen Gesellschaft. S. 157-158.

7 Die Behandlung von Tod und Trauer nach einem plötzlichen Todesfall in ausgewählten Werken des 21. Jahrhunderts

7.1 Analysekriterien

Im folgenden Abschnitt sollen die zuvor im Theorieteil geschilderten Punkte auf drei literarische Texte des 21. Jahrhunderts, die sich mit dieser Thematik befassen, angewandt werden. Bei den Texten handelt es sich um Barbara Pacht-Eberharts *Vier minus drei*⁸⁴, Terézia Moras *Das Ungeheuer*⁸⁵ und Anna Mitgutschs *Wenn du wiederkommst*⁸⁶. In allen drei Werken stellt der Tod und die Trauer ein zentrales Thema dar. So wird bei Pacht-Eberhart eine Mutter mit dem Unfalltod ihrer beiden Kinder konfrontiert, in *Das Ungeheuer* befindet sich der Protagonist nach dem Suizid seiner Frau auf einer Reise ins Ungewisse und auf der Suche nach Wahrheiten, während die Ich-Erzählerin bei Mitgutsch ihr Leben in der Vergangenheit führt und an ihrer Vorstellung der perfekten Liebesbeziehung festhält. Allen drei Büchern ist gemein, dass die Hauptfigur mit einem plötzlichen Todesfall konfrontiert wird und daraufhin den damit verbundenen Trauerprozess erlebt.

Da in allen Texten vor allem dem Prozess des Trauerns besondere Bedeutung zugesprochen wird, soll die individuelle Darstellung der Thematik untersucht werden. Es soll auf die Fragen eingegangen werden, auf welche Weise die Auseinandersetzung mit dem Motiv in den einzelnen Werken erfolgt und welche Methoden der Trauerverarbeitung darin zu erkennen sind. Des Weiteren soll darauf eingegangen werden, wie die betroffene Person mit ihrem Schicksalsschlag umgeht und welche Phasen der Trauer sich anhand der Schilderungen in ihrem Trauerprozess erkennen lassen. Ergänzend dazu soll auch die Beziehungsstruktur des Trauernden und der verstorbenen Person skizziert werden. Wobei ein Fokus auf den Verlauf des Trauerprozesses und die Frage, ob und wie es der trauernden Person gelingt, diesen zu überwinden oder ob sie sich in einer pathologischen Trauer wiederfindet, gelegt wird.

⁸⁴ Pacht-Eberhart, Barbara: *Vier minus drei*. Wie ich nach dem Verlust meiner Familie zu einem neuen Leben fand. München: 2012, Wilhelm Heyne.

⁸⁵ Mora, Terézia: *Das Ungeheuer*. München: 2015, btb.

⁸⁶ Mitgutsch, Anna: *Wenn du wiederkommst*. München: 2010, btb.

7.2 Barbara Pachl-Eberhart: Vier minus drei

7.2.1 Inhalt und Form

7.2.1.1 Inhalt

Die Autorin Barbara Pachl-Eberhart schreibt in ihrer Autobiografie *Vier minus drei* über den Verlust ihrer Familie und ihren darauffolgenden Trauerprozess. Durch einen schweren Verkehrsunfall im Jahr 2008 wird das Glück einer jungen Familie zerstört. Lediglich die Mutter bleibt verschont und muss das Leben von nun an alleine meistern. Nur fünf Tage nach dem Unglück wendet sie sich mit einem gefühlvollen Brief an ihre Verwandten und Freunde, welcher ebenso rasch übers Internet verbreitet wird und großen Zuspruch erhält. In ihrem Werk schildert sie, wie sie sich ihrem neuen Leben stellt, mutig neue Herausforderungen meistert und auf ihrem Weg in eine unbekannte Zukunft geistig immer von ihren verstorbenen Kindern und ihrem Mann begleitet wird. Die Autorin zeigt anhand ihrer Lebensgeschichte, dass jeder Schicksalsschlag zu bewältigen ist und dass die Zeit zwar nicht alle Wunden heilt, aber aus dem großen schwarzen Loch etwas Neues und Wundervolles entstehen kann.

7.2.1.2 Form

Bei dem vorliegenden Werk handelt es sich um einen autobiographischen Text der Autorin Barbara Pachl-Eberhart, in welchem sie retrospektiv ihre Erlebnisse und Gedanken aus der Zeit nach dem Tod ihrer Kinder schildert. Es handelt sich um eine homo- bzw. autodiegetische Erzählung, deren Autorin, Erzählerin und Hauptfigur formal in eine Identität zusammengefasst werden können. Die Autorin stellt in ihrem autobiographischen Text das eigene Leben bzw. einzelne Abschnitte daraus vor und bezieht sie auf ihre Erlebnisse und Realität. Dies kann vor allem daran erkannt werden, dass jedes einzelne Kapitel mit Datum versehen ist. Diese Markierung verleiht dem Geschriebenen Glaubwürdigkeit, wobei bei einer Autobiographie nicht genau gesagt werden kann, inwieweit sich Realität und Fiktion vermischen. Daher sind autobiographische Texte auch immer kritisch und von einem distanzierten Standpunkt aus zu betrachten. Die Autorin rekonstruiert ihre Lebensereignisse und Lebensgeschichte und reflektiert diese in einer selbstkritischen, glaubwürdigen und aufrichtigen Rückschau. Im Zentrum des Werkes steht der Mensch mit all seinen geistigen und seelischen Erlebnissen sowie individueller Weiterentwicklung. Das Buch stellt eine sehr persönliche und emotional tiefgreifende Geschichte dar, deren Hauptthema der individuelle Trauerprozess der Protagonistin ist. Die Hauptaussage, welche die Autorin mit ih-

rem Werk vermitteln möchte, ist, dass Trauerprozesse sehr individuell sind und es weder eine richtige noch eine falsche Art des Trauerns gibt.

7.2.2 Beziehungsstruktur

7.2.2.1 Thimo Paul Eberhart

Die Mutter hat vor dem Tod ihres Sohnes eine sehr innige Beziehung zu ihm. Die gemeinsame Zeit dauert sieben Jahre und ist mit viel Liebe erfüllt. Barbara beschreibt ihren Sohn als fröhliches und aufgewecktes Kind. In ihm steckt großes Potenzial, das sie jedoch erst nach seinem Tod erkennt und zu schätzen lernt. Der erst siebenjährige Junge muss nach dem Unglück reanimiert werden. Sein Herz schlägt, sein Hirn ist jedoch zum Großteil zerstört, daher gibt es auch keine Hoffnung, dass er jemals wieder aufwachen würde. Sie steht ihm in seinen schwersten Stunden des Lebens bei, betet für ihn und legt alle Hoffnung in sein Überleben. Als sie sich jedoch eingestehen muss, dass es keine Hoffnung mehr für ihn gibt, spricht sie ihm Mut zu und gibt ihm die Erlaubnis, gehen und den Kampf aufgeben zu dürfen, denn sein Vater würde bereits auf ihn warten. In diesen letzten Minuten seines jungen Lebens will sie bei ihm sein, wenn er stirbt, und aktiv von ihm Abschied nehmen. Es soll gleichzeitig ein Fest des Lebens und des Todes sein, daher lädt sie Freunde, Familie und Clowns dazu ein. Als die Maschinen abgestellt werden, liegt er in ihren Armen. Sie beschreibt es, als wären alle Gefühle versammelt, das ganze Leben und der ganze Tod in einem Raum.

7.2.2.2 Valentina (Fini)

Vor dem Unglück ist die Beziehung der Mutter zu ihrer Tochter Fini sehr vertraut und von Liebe und Glück erfüllt. Nachdem sie den Unfall zunächst überlebt, wird im Krankenhaus ein Schädel-Hirn-Trauma diagnostiziert. Barbara bangt drei Tage um das Leben ihrer kleinen Tochter. Sie steht ihr jede Minute bei, schläft im Spital und hat Angst vor dem Erwachen und der Realität. Während dieser Zeit geht sie viel im Wald spazieren und berichtet von einigen Erlebnissen und Visionen, die sie während ihrer Spaziergänge hat. Auch am dritten Tag nach dem Unfall begibt sie sich in den Wald, als plötzlich das kleine Herz ihrer Tochter zu schlagen aufhört. Als sie im Krankenhaus eintrifft, ist Fini bereits tot. Auch noch Wochen und Monate nach ihrem Tod, hört die Mutter ihre Stimme und ist sich sicher, dass Finis Seele immer bei ihr ist. Sie hat sie in den Wald begleitet und Barbara hat mit ihr gesprochen, während sie im Krankenhaus um ihr junges Leben kämpfte.

7.2.3 *Tod eines Kindes*

Der Tod eines Kindes stellt für alle Angehörigen einen äußerst schweren Verlust dar, der vor allem das Gleichgewicht innerhalb der Familie stören kann. Vor allem Eltern leiden unter dem Verlust eines oder mehrerer Kinder, da Kinder meist plötzlich oder völlig unerwartet aus dem Leben gerissen werden. Nach dem Tod eines Kindes stellen die Eltern oft ihre eigenen Kompetenzen und Fähigkeiten in Frage, da ihre Rolle größtenteils darin besteht, für das Wohl ihrer Nachkommen zu sorgen. Durch diese Erschütterung des Rollenbildes, welche der Tod eines Kindes darstellt, kommt es häufig zur Entstehung starker Schuldgefühle. Für verwaiste Eltern stellt die Tatsache, dass sie ihr Kind nicht schützen konnten, einen schwerwiegenden Aspekt ihrer Trauer dar. Miles und Demi unterscheiden fünf Arten von Schuld, die Eltern nach dem Verlust eines Kindes verspüren können:⁸⁷

- **Kulturelle Schuld:** Die Eltern konnten ihre Rolle, die ihnen von der Gesellschaft zugeschrieben wurde, nicht erfüllen.
- **Kausale Schuld:** Ein Elternteil fühlt sich aufgrund eines Fehlverhaltens bzw. einer Verfehlung verantwortlich für das Geschehene.
- **Moralische Schuld:** Das Gefühl, dass der Tod durch vorhergegangene oder frühere moralische Verstöße verursacht wurde.
- **Überlebendenschuld:** Hierbei stellen sich die Eltern oft die Frage, warum ihr Kind und nicht sie sterben musste. Sie trifft vor allem nach einem Unfall, bei welchem das Kind verunglückt ist, ein.
- **Genesungsschuld:** Die Eltern haben Angst, den Trauerprozess abzuschließen und somit ihr Kind zu vergessen

Das Trauern um ein Kind lässt Eltern auch erkennen, dass all ihre Investitionen in ihren Nachwuchs zunichte gemacht wurden. Mit dem Tod des Kindes verlieren sie nicht nur einen Menschen, sondern auch Hoffnungen und Zukunftsträume. All das, wovon das Kind immer geträumt hat, ist vorbei, und damit stirbt auch ein Teil der Eltern. Dort, wo das Kind seinen Platz hatte, entsteht eine Lücke, welche die Eltern ein Leben lang begleiten wird. Trauernde Eltern werden nach Worten mit zwei Herausforderungen konfrontiert. Zum einen müssen sie lernen, ohne das Kind zu leben und weiterhin mit ihrem sozialen Umfeld

⁸⁷ Vgl. Miles, M. S. und Demi, A. S.: A comparison of guilt in bereaved parents whoes children died by suicide, accident, or chronic disease. *Omega*, 24, 1991-1992, S. 203-215.

zu agieren. Zum anderen sind sie dazu aufgefordert, eine innere Repräsentation des Kindes zu entwickeln, welche ihnen Trost spenden kann.⁸⁸

In manchen Fällen kommt es vor, dass Geschwisterkinder zu Objekten von Projektionen der Eltern werden, wodurch diese versuchen, ihre Schuldgefühle zu mindern oder das Familienleben, welches durch das Geschehen erschüttert wurde, unter Kontrolle zu bringen. Überlebenden oder später geborenen Kindern wird dabei oft die Rolle des Verstorbenen zugeschrieben und sie fungieren als Ersatz, wodurch das Familienleben sowohl für sie als auch für die Eltern erschwert wird, da nie mit dem bestehenden Verlust abgeschlossen werden kann. Auch Worden äußert sich hierzu und kommt zu dem Schluss, dass Kinder, die in die Rolle des verstorbenen Geschwisterteils gedrängt werden, nur schwer eine eigene Persönlichkeit entwickeln können, da auf ihnen die Erwartungen und Wünsche der Eltern lasten.⁸⁹ Holzschuh gibt weiter an, dass Geschwisterkinder meist mit dem verstorbenen verglichen werden und dieses als Messlatte für alle Lebensbereiche gesehen wird, was sehr belastend für das Kind sein kann, da es in permanenter Angst und dem Gefühl lebt, die Anforderungen nicht erfüllen zu können und den Eltern nicht genug zu sein.⁹⁰

Die Trauer wird zusätzlich dadurch erschwert, dass vor allem bei einem plötzlichen Todesfall kein Abschied vom lebenden Kind mehr möglich war und keine klärenden Gespräche mehr geführt werden konnten. Oft werden die Eltern auch von Schuldgefühlen geplagt, da sie im Glauben sind, dass das Unglück hätte verhindert werden können. Der Verlust eines Kindes stellt nach Holzschuh gleichzeitig auch den Verlust einer Bindung dar. Mit dem Tod des Kindes geht Stabilität in der Familie verloren und es entsteht ein Ungleichgewicht, welches durch den Trauerprozess behoben werden soll.⁹¹ Neben dem Ohnmachtsgefühl kommt es auch zum Verlust eines Stücks des eigenen Selbst. Wenn ein Kind stirbt empfinden es die Eltern, als würde ein Teil von ihnen mitsterben. Die Frage nach dem Sinn des Lebens erschwert den Trauerprozess, da der Sinn des Selbstseins der Eltern in vielen Fällen an das Elternsein gebunden ist. Die Beziehung zum Kind hört mit dessen Ableben jedoch nicht auf. In vielen Fällen lebt das Kind als innere Repräsentation in den Eltern weiter, wodurch es zu fortwährenden und intensiven Interaktion mit dieser inneren Repräsentation des Kindes kommen kann, weshalb auch nach dem Tod eine innige Verbindung zum Kind gelebt wird.

⁸⁸ Vgl. Worden: Beratung und Therapie in Trauerfällen. S. 218.

⁸⁹ Ebda. S. 127.

⁹⁰ Vgl. Holzschuh, Wolfgang: Die Trauer der Eltern bei Verlust eines Kindes. Eine praktisch-theologische Untersuchung. Würzburg: Echter, 1998. S. 73.

⁹¹ Ebda. S. 105.

Nach Holzschuh bringt der Verlust des Kindes jedoch auch Chancen mit sich, da das Leben intensiver erlebt und ein neuer Zugang zu sich selbst, dem Tod sowie dem Leben gefunden werden kann. Demnach besteht die Aufgabe des elterlichen Trauerprozesses in der Anpassung, dem Wachstum und der Veränderung ihres Selbst.⁹² Wenn um ein Kind getrauert wird, trauern verwaiste Eltern auch um sich selbst. Und trotz alledem ist es wichtig zu erkennen, dass es keine andere Möglichkeit gibt, als weiterzugehen.

7.2.3.1 *Die trauernde und verwaiste Mutter*

Die Autorin schildert in ihrem autobiographisch gestalteten Werk ihre Erlebnisse nach dem Tod ihrer Kinder. Dabei wird Barbara Pacht-Eberhart in die Rolle der trauernden und verwaisten Mutter gedrängt. Plötzlich findet sie sich mit ihrer Trauer konfrontiert und wird dazu aufgefordert, sich dieser zu stellen. Sie sucht daher unterschiedliche Therapeuten und Ärzte auf, von welchen sie sich erhofft, dass sie ihr durch ihre Trauer helfen. Mit dem Tod ihrer Kinder hat sich für sie ihre Zukunft plötzlich in Luft aufgelöst. Immer wieder kommt die Frage nach dem Sinn ihres Lebens auf, da sie sich bis zu diesem Zeitpunkt vollkommen der Rolle als Mutter und Ehefrau hingegeben hat.

Um ihren Trauerprozess voranzutreiben, konfrontiert sie sich selbst immer wieder mit Situationen, in welchen sie sich mit den Verstorbenen auseinandersetzen muss. So besucht sie am 7. Geburtstag ihres Sohnes das Sommerfest in dessen Kindergarten. In dieser Situation wird deutlich, wie sehr ihr der Verlust ihres Sohnes zusetzt und wie weit ihr Weg aus der Trauer noch ist. Denn als sich die einzelnen Kinder in unterschiedlichen Aufführungen präsentieren, ist ihr einziger Gedanke ihr verstorbener Sohn Thimo. Tränen schießen ihr in die Augen, da sie nur mehr ihren Sohn beim Singen der Lieder oder Aufsagen eines Gedichtes hört, nur mehr seine Stimme, die sie erstarren lässt.⁹³ Mit dieser beschriebenen Szene gibt die Protagonistin tiefe Einblicke in ihr Seelenleben, denn zu dieser Zeit spürt sie zum ersten Mal die Lücke, die ihre verstorbene Familie hinterlassen hat. Der Schmerz der Einsamkeit tritt überall dort auf, wo die Verstorbenen ihren Platz hatten. Ein Platz, der plötzlich leer ist. Ein Loch, das der Tod ins Leben gerissen hat. Ihr ist bewusst, dass diese große schwarze Lücke neu besetzt werden wird, jedoch wird immer ein Loch in ihrem Herzen bleiben.

⁹² Ebda. S: 108.

⁹³ Vgl. Pacht-Eberhart: Vier minus drei. S. 226-229.

Typisch für den Trauerprozess sind vor allem Träume, in denen die Verstorbenen als lebendig und real erlebt werden. So beschreibt auch die trauernde Mutter ihre Zeit der Trauer von Träumen begleitet. Nur wenige Tage vor dem Begräbnis erscheint ihr ihre verstorbene Tochter Fini, die ihr mitteilt, dass sie die Erlaubnis hätte, zu ihr zurückkommen zu dürfen, wenn Barbara das wollen würde. Pahl-Eberhart äußert in diesem Zusammenhang die Hoffnung auf ein Wiedersehen mit der Tochter und den Wunsch ihrer Rückkehr. Sie schildert Gedankengänge, in denen sie immer wieder mit der Verstorbenen über deren mögliche Rückkehr spricht. Und hält an dem Gedanken fest, dass mit der Rückkehr ihrer Tochter wieder eine Aufgabe in ihr Leben zurückkehren würde.⁹⁴ Ergänzend kommt die Frage auf, ob es zuerst nötig ist, verstorbene Kinder zu vergessen, um offen für ein neues Leben zu sein. An diesen Gedankengängen kann die Problematik trauernder Eltern gut erkannt werden. Um die Leere in ihrem Leben zu füllen, wünscht sich die Protagonistin ein weiteres Kind, da sie den einzigen Sinn in ihrem Leben darin sieht. Ohne die Verarbeitung des Todes und der Ablösung vom verstorbenen Kind besteht jedoch die Gefahr, dass das neue Kind als Ersatz für das verlorene gesehen wird. John Bowlby rät daher, dass zuerst eine deutliche Unterscheidung zwischen den beiden Kindern möglich sein muss, damit das später geborene Kind nicht als Ersatzkind fungiert. Um dies gewährleisten zu können dauert es mindestens ein Jahr oder länger.⁹⁵

Zudem werden einzelne Momente, in denen sie sich mit der Realität konfrontiert sieht, ausführlich geschildert. So trifft sie die wichtige Entscheidung, zu den Särgen zu gehen und ihre Familie ein letztes Mal zu sehen. Sie beschreibt den Schritt als Möglichkeit, sich nochmals in aller Ruhe von ihren Liebsten verabschieden zu können, ihre leblosen Körper zu sehen und damit deren Tod realisieren und besser verarbeiten zu können. Sie selbst lässt im Buch vernehmen, dass sie diesen Schritt als sehr wertvoll für den Fortgang ihres Trauerprozesses erachtet.⁹⁶ An dieser Stelle im Text kann erkannt werden, wie sehr die Autorin, Erzählerin und Protagonistin durch die autobiographische Schilderung formal eine Identität darstellen. Während die Erlebnisse wie in einer Erzählung wiedergegeben werden, wird weiter auf die Auswirkungen der Handlungen und Entscheidungen Bezug genommen, wodurch das Seelenleben und Empfinden authentischer und nachvollziehbarer dargestellt wird. Tritt der Tod eines Kindes unerwartet ein, stellt es die Eltern vor eine große Herausforderung. Sie müssen sich plötzlich auf eine neue Lebenssituation einstellen. Es handelt

⁹⁴ Vgl. Pahl-Eberhart: Vier minus drei. S. 240.

⁹⁵ Vgl. Bowlby: Verlust. S. 159-160.

⁹⁶ Vgl. Pahl-Eberhart: Vier minus drei. S. 101-103.

sich um einen Ausnahmezustand, bei welchem sie keine Zeit ist, sich darauf vorzubereiten, wodurch der Tod in vielen Fällen sehr unbegreiflich erscheint. Nach Holzschuh ist es bei einem plötzlichen Tod eines Kindes von Bedeutung, den toten Körper noch einmal zu betrachten, ihn zu berühren, um so die Realität begreifen und Abschied nehmen zu können.⁹⁷ Kübler-Ross schreibt hierzu, dass jene Elternteile,

„die einem plötzlichen Todesfall gegenüberstehen und den Leichnam nicht sehen durften, [...] durch einen viel längeren Prozess des Trauerns hindurchgehen. Oft verharren sie über Jahre oder Jahrzehnte auf der Stufe des Leugnens.“⁹⁸

Die trauernde Mutter und Witwe bekommt die Möglichkeit sich innig von ihren Liebsten zu verabschieden und nimmt nach diesem letzten Wiedersehen nur das Liebesgefühl mit, welches sie fortan begleiten soll. Sie sieht es als Abschiedsgeschenk und Wegzehrung für alles Neue, das auf sie zukommen wird.

Der Trauerprozess wird zusätzlich durch das regelmäßige Schreiben von Briefen an ihre zwei verstorbenen Kinder begleitet. Darin schildert sie all ihre Gefühle, Bedürfnisse und Entschuldigungen. Sie beschreibt immer wieder innere Dialoge, die sie mit ihrer Familie führt. Die trauernde Mutter entwickelt mit dem Bewusstwerden des Geschehenen eine immer stärker werdende innere Repräsentation ihrer Liebsten, welche ihr in schwierigen Zeiten Trost spendet.

7.2.4 Analyse des Trauerprozesses nach Bowlby

7.2.4.1 Erste Trauerphase

Die Protagonistin schildert ihre Erlebnisse sehr emotional und realistisch, so beschreibt sie die Zeit nach dem Tod ihres Mannes als Schockzustand. In dieser Zeit beginnt sie mit ihm in inneren Monologen zu sprechen. Gleichzeitig versucht sie in Gedanken ihren Kindern Mut zuzusprechen. Ihr Zustand ist geprägt von Leere in ihrem Kopf, Planlosigkeit und der Bereitschaft einen Weg einzuschlagen, der sie ins Ungewisse führen wird.

Die Zeitspanne der ersten Trauerphase kann nicht genau ausgemacht werden. Es steht jedoch fest, dass diese mit der Überbringung der Nachricht über den Tod des Ehemannes

⁹⁷ Ebda. S.86.

⁹⁸ Kübler-Ross, Elisabeth: Kinder und Tod. Zürich. Kreuz-Verlag, 1993, S. 123.

eintritt. Da die Frau in weiterer Folge jedoch an ihre noch lebenden Kinder im Krankenhaus denken muss, lenkt sie sich zunächst weitestgehend vom Geschehenen ab. In dieser Zeit im Krankenhaus fühlt sie sich verloren und es entsteht der Eindruck, dass die Protagonistin die Geschehnisse nicht vollkommen wahrnehmen und begreifen kann, was für das Taubheitsgefühl und die Fassungslosigkeit der ersten Trauerphase nach Bowlby spricht (siehe Kapitel 4.1.1.). Die Protagonistin ist in dieser ersten Zeit nach dem Unglück noch nicht fähig, mit ihrem Schicksalsschlag umzugehen, da ihr das Ausmaß dessen noch nicht bewusst ist.

Fünf Tage nach dem Unglück verfasst sie einen Brief, indem sie all ihre Gefühle und Gedanken niederschreibt und diesen anschließend ihren Verwandten und Freunden zukommen lässt. Mit dem Verfassen des Briefes kann der Übergang in die zweite Phase des Trauerprozesses festgemacht werden, da sie sich ihren Verlust ins Bewusstsein ruft und sich erstmals aktiv damit auseinandersetzt.

Jedoch können in ihrem Trauerprozess Momente wahrgenommen werden, in welchen sie wieder in die Phase der Betäubung zurückfällt. Dies äußert sich vor allem dadurch, dass sie sich auch noch nach mehreren Wochen ihres Verlustes einredet, über eine Familie zu verfügen, die jedoch nicht mehr bei ihr sondern im Himmel ist. Mit diesen Gedanken versucht sie das Geschehene zu verdrängen.

7.2.4.2 Zweite Trauerphase

Mit dem Verfassen des Briefes wird die zweite Phase des Trauerprozesses eingeleitet. Darin schreibt Barbara von ihrer Dankbarkeit über all die Hilfe und Unterstützung, die ihr entgegengebracht werden. Sie protokolliert ihren Leidensweg der ersten Tage, wie die Verstorbenen vor dem Unglück waren und was sie sich von ihnen in Erinnerung behalten möchte. Sie beschreibt die Zeit, in der sie um ihre Kinder gebangt und wie sie sich von ihnen aktiv im Krankenhaus verabschiedet hat.⁹⁹ Durch das Schreiben befasst sich die Trauernde aktiv mit ihrem Verlust und versucht auf ihr Umfeld gefasst zu wirken. Sie hat ihren Verlust erkannt, erwacht langsam aus der Phase der Betäubung und setzt sich mit ihrem Schicksal auseinander.

Die Phasen des regen Auseinandersetzens mit dem Schicksalsschlag wechseln mit Phasen des Rückzuges ab. Diesen Wechsel sieht Bowlby als charakteristisch für die zweite Phase des Trauerprozesses an (siehe Kapitel 4.1.2.). Ihr Zustand kann als Wanderung zwischen

⁹⁹ Vgl. Pacht-Eberhart: Vier minus drei. S. 45-56.

den Welten angesehen werden, denn zum einen sieht sie sich mit Aufgaben des alltäglichen Lebens konfrontiert und zum anderen flüchtet sie sich in die Einsamkeit. Aus dem Text geht hervor, dass sie sich wochenlang zuhause zurückzieht, da dies der einzige Ort ist, an dem sie ihrer Familie nahe sein kann. Dieser Rückzug in den Schlaf wird dabei von lebhaften Träumen begleitet, in welchen ihr die Verstorbenen glücklich und wohlauf erscheinen und mit ihr reden. Im Schlaf spürt sie die Nähe ihrer Familie, sie kann sie im Traum besuchen und lebendig und fröhlich erleben. Außerdem erhält sie im Traum Botschaften ihrer Familie. Lebhaftige Träume sind ein weiteres Merkmal des zweiten Stadiums der Trauer. Das Erlebte der trauernden Frau lässt sich in Bowlbys Ausführungen deutlich erkennen (siehe Kapitel 4.1.2.). Dadurch beginnt sie in einer Parallelwelt zu leben. Am Tag ist sie allein in ihrem Haus und in der Nacht bei ihrer Familie.

Die trauernde Mutter sieht sich in dieser Phase mit ihrem Verlust konfrontiert und versucht durch Ablenkung und Aktivitäten gegen den entstehenden Schmerz anzukämpfen. So besucht sie bereits zwei Tage nach dem Tod ihres Sohnes dessen Kindergartengruppe, um dort mit den Kindern über den Tod und über die Erlebnisse zu reden. Ein weiteres Charakteristikum der zweiten Phase stellt das Suchen nach der verstorbenen Person dar, was sich zum einen durch das Absuchen der Umgebung, Aufsuchen von Orten, an denen sich die Verstorbenen aufgehalten haben, und zum anderen in geistigen Gesprächen mit den Personen ausdrückt (siehe Kapitel 4.1.2.). Pahl-Eberhart schildert immer wieder innere Dialoge, sei es beim Einkaufen, Spaziergehen, einer Ruhepause oder während des Begräbnisses. In Gedanken verliert sich die Protagonistin in der Hoffnung, ihre Familie eines Tages wiederzusehen. Da bei autobiographischen Texten nicht genau festgemacht werden kann, inwieweit sich Realität und Fiktion vermischen, müssen vor allem Erinnerungen und Schilderungen von (geistigen) Gesprächen kritisch betrachtet werden, da diese so nie wirklich stattgefunden haben, sondern hauptsächlich eine Konstruktion darstellen.

Auch die Erinnerungen an das Begräbnis erwecken den Eindruck, dass es sich hierbei wiederum nur um den Versuch handelt, sich von ihrer Trauer abzulenken. In ihren Gedanken soll es eine helle und fröhliche Feier werden, die mit Clowns, Luftballons und Musik gestaltet wird, da es ein Erlebnis für ihre Familie und deren Freunde darstellen soll. Sie sieht ihre Rolle darin, dass sie ihre Familie auf Erden vertreten muss, daher übernimmt sie selbst die gesamte Planung und die Moderation während der Feierlichkeiten. Das traditionelle Trauerritual eines Begräbnisses unterstützt die trauernde Mutter bei der Bewältigung ihres Kammers. Die Toten werden dabei für einen letzten Moment in den Mittelpunkt gestellt

und in Erinnerung gerufen. Die Endgültigkeit des Lebens wird thematisiert und der Trauerprozess wird vorangetrieben (siehe Kapitel 4.1.2.). Aus ihren Aufzeichnungen geht jedoch hervor, dass ihr Erscheinungsbild für Aufregung bei manchen Gästen sorgt, da sie sich nach außen als starke Frau präsentiert. Sie lächelt, strahlt Freude aus und weint nicht. Die Protagonistin wirkt auf die Anwesenden gefasst, jedoch kann in ihrem Verhalten deutlich erkannt werden, dass sie sich ihrer Trauer entzieht und diese verdrängt. Sie versucht, sich ihren Weg durch die Trauer so einfach wie möglich zu gestalten, und glaubt, den Schmerz umgehen zu können. Die Autorin beschreibt ihre Gefühlslage während der Feier als leer und gefühlslos, sie ist nur auf den Ablauf der Feier fokussiert. Ihre Gefühle wechseln von Traurigkeit ihre Familie verloren zu haben, über Freude darüber, dass sie eine schöne und lange Zeit mit ihnen teilen durfte. Bereits kurze Zeit nach dem Unglück und dem damit verbundenen Beginn ihres Trauerprozesses findet sie sich in einem Zwiespalt zwischen der Erkenntnis über den Verlust und der Hoffnungslosigkeit wieder. Was nach Bowlby markant für die Phase der Sehnsucht und der Suche nach der verlorenen Person ist.¹⁰⁰

Nachdem sie ihre Familie zu Grabe getragen hat, versucht sie sich, so gut es möglich ist, ihrem Leben und dem Alltag zu entziehen. Pachtl-Eberhart erwähnt in diesem Stadium, nichts zu spüren. Sie versucht immer wieder die Realität zu verdrängen und wünscht sich nur ihr altes Leben zurück. „Was soll das für ein Leben sein, in dem all das nicht mehr existiert!“¹⁰¹ Diese Erkenntnis bohrt sich wie ein Messer in ihre Brust und gestaltet somit die erste Szene im Buch, in der sie um ihre Familie weint. Bis zu diesem Zeitpunkt kann angenommen werden, dass die Protagonistin den Übergang von der ersten in die zweite Phase noch nicht ganz bewältigt hat. Mit den ersten Tränen wird sie aus ihrem Trancezustand geweckt und findet sich mit den Tatsachen konfrontiert. Somit kann festgestellt werden, dass sie sich bis zu diesem Zeitpunkt noch teilweise in der Phase der Betäubung befand und erst durch die Konfrontation mit der Realität aus ihrem Schockzustand erwacht und vollkommen in die zweite Phase des Trauerprozesses übergeht.

Interessant gestaltet sich auch die Schilderung einer Zugfahrt, bei der sie sich Gedanken darüber macht, wie sie ihrem Schmerz und dem bevorstehenden Trauerprozess am besten entgegenwirken kann. Dabei scheint ihr die Idee einer Therapie und einer damit verbundenen Familienaufstellung als einfachste Lösung, um ihre Trauer zu verarbeiten. In diesem Abschnitt des Buchs kann erkannt werden, dass die Trauernde immer wieder versucht, sich

¹⁰⁰ Vgl. Bowlby: Verlust. S. 88.

¹⁰¹ Pachtl-Eberhart: Vier minus drei. S. 116.

ihrer Trauer zu entziehen. Sie plant bereits im Voraus, wie sie den Trauerprozess am schnellsten hinter sich bringen kann, um wieder ein geregeltes Leben führen zu können. Diese Momente der Verdrängung der Trauer kommen bei der Protagonistin immer wieder auf. Jedoch wird sie am Ende immer auf den Boden der Tatsachen zurückgeholt, wo sie erkennen muss, dass sie sich ihrem Leid und der Verarbeitung dessen stellen muss.

Ein weiteres Merkmal für die zweite Phase des Trauerprozesses stellt Wut dar. So entwickelt Barbara in einem stillen Moment Wut ihrem verstorbenen Ehemann gegenüber. In Gedanken beginnt sie ihn anzuschreien: „Warum hast du das getan!? Warum!? Ich bin so wütend auf dich!“¹⁰² Die Wut entsteht hier gegenüber dem Verstorbenen, den sie für das Unglück verantwortlich macht.

Die Protagonistin berichtet von ihren Wahrnehmungen und Ängsten und über das Bewusstsein darüber, dass die Zeit in der Realität nicht stehengeblieben ist. Jede Minute außerhalb ihres geschützten Raumes würde für sie bedeuten, sich von ihrer Familie zu entfernen. Daher scheint es für sie nicht möglich zu sein, sich dem Leben zu öffnen. Sie hat Angst vor dem „großen schwarzen Loch“, in das sie fallen könnte, wenn sie in ihr Leben zurückkehrt. In einem Tagebucheintrag schreibt die Protagonistin, dass ihre Familie in ihren Träumen sehr konkret ist. Das Aufwachen stellt für sie einen Schritt zurück in die Realität dar, wodurch das Leben keinen Platz in ihr findet. Sie fürchtet sich davor, das Bett zu verlassen, da außerhalb ihres Schutzraums das Leben mit all seinen Verpflichtungen und Ablenkungen auf sie wartet.¹⁰³ Im Buch lassen sich immer wieder Tagebucheinträge aus der Zeit des Trauerprozesses finden. Diese Einträge können als Text im Text angesehen werden und verleihen der Autobiographie einen collageartigen Charakter.

Einen weiteren wichtigen Schritt ihres Trauerprozesses sieht die Protagonistin darin, ihre alte Wohnung und die verbliebenen Sachen ihrer verstorbenen Familie zu räumen. Sie erkennt darin die Möglichkeit, die Vergangenheit loslassen zu können und die Trauerarbeit voranzutreiben, um so dem Schmerz zuvorzukommen und diesem entgehen zu können. Des Weiteren beginnt sie regelmäßig an den Ort des Unglücks zurückzukehren, an dem Ort, an dem ihre persönliche Geschichte geschrieben wurde, die sie Jahre nach dem Unglück niederschreibt, woraus auch hervorgeht, dass sie sich während dieser Zeit häufig mit schicksalsbezogenen Fragen befasst. Vor allem die Frage nach dem „Warum“ wird in ihrer Niederschrift ausführlich thematisiert. Jedoch lassen sich keine Antworten darauf ausma-

¹⁰² Pachtl-Eberhart: Vier minus drei. S. 119.

¹⁰³ Vgl. Pachtl-Eberhart: Vier minus drei. S. 134-135.

chen. Die trauernde Mutter kann als gutes Beispiel angesehen werden, dass Trauer individuell ist und der Trauerprozess mit all seinen Höhen und Tiefen durchlaufen werden muss, um am Ende ein neu strukturiertes Leben führen zu können. Aus ihren Darstellungen geht hervor, dass sie versucht, sich regelmäßig dem Prozess zu entziehen, in der Hoffnung dem Schmerz nicht zu verfallen. Auf ihr Umfeld wirkt sie zwar immer gefasst, doch in ihrem Inneren versucht sie mit allen Mitteln gegen die aufkommenden Gefühle anzukämpfen und hofft durch positive Einstellung sowie das aktive Befassen mit Trauerprozessen, ihrer eigenen Trauer entgegenwirken zu können.

Der bewusste Einbruch des Trauerprozesses wird von der Autorin sehr tiefgehend beschrieben, indem sie den Prozess in drei Stadien unterteilt. Zuerst der Schmerz, der sie überkommt, als sie schwach sein darf. Sie wirkt von Spannung erfüllt, da ein Teil von ihr die Situation noch nicht so akzeptieren kann, wie sie ist, und sich nach der Vergangenheit sehnt. Der andere Teil versucht, die neue Realität zu akzeptieren und zu begreifen. Diesen Zwiespalt, in welchem sich die trauernde Frau wiederfindet, sieht Bowlby charakteristisch für die zweite Phase des Trauerprozesses an (siehe Kapitel 4.1.2.). Sie lässt den Schmerz in ihr Leben und erkennt ihn als Teil ihres Schicksals an. Gleichzeitig ist sie sich bewusst darüber, dass dieser Schmerz vergehen wird. Dazu lässt sich folgender Textausschnitt finden:

„Der Schmerz gehört zu uns. Er ist schlimm. Oft sind wir ihm hilflos ausgeliefert, nicht selten laugt er uns völlig aus. Und doch: Er geht vorüber, immer wieder. Auch darauf ist Verlass. Vielleicht ist es sogar das Einzige, worauf man sich mit Sicherheit verlassen kann.“¹⁰⁴

An diesem Punkt lässt sich erkennen, dass das Aufkommen des Schmerzgefühls dem natürlichen Werdegang der Trauer entspricht und sie sich diesem nicht mehr entziehen kann. Mit dem Schmerz kehrt auch die Trauer über das Geschehen ein. Die Tränen fließen, weil sie zu akzeptieren beginnt und aufgehört hat, sich gegen das, was nicht mehr zu ändern ist, zu wehren. Durch das Einsetzen der Tränen in Kombination mit dem Schmerzerleben beginnt für Barbara der Prozess des Bewusstwerdens des Geschehenen. Als dritte Gefühlsregung beschreibt sie die Wut. Die Protagonistin sieht die Wut als Begleiterscheinung ihres Trauerprozesses an. Sie beschreibt sie als eine unberechenbare Größe, die dann einsetzt, wenn man am wenigsten damit rechnet. Zunächst bezieht sie sie auf sich selbst, auf alle Versäumnisse und Fehler der Vergangenheit. Dann überträgt sich ihre Wut auf andere Per-

¹⁰⁴ Pacht-Eberhart: Vier minus drei. S. 156.

sonen, auch auf Fremde, da sie ihr Leben zu wenig zu schätzen wissen, und auf ihren verstorbenen Mann, da die Möglichkeit besteht, dass dieser unaufmerksam war und dadurch den Unfall verursacht hat. Die aufkommende Wut und die damit verbundene Suche nach einem Schuldigen für das Unglück werden ebenfalls dem zweiten Stadium der Trauer zugeschrieben (siehe Kapitel 4.1.2.).

Aus den Schilderungen geht weiter hervor, dass sich die Autorin noch vor dem Unfall sehr intensiv mit Trauer und Trauerprozessen befasst hat und dieses Wissen zur Anwendung kommt, um ihre Trauer zu verstehen und die Phasen der Trauer schneller zu durchlaufen. Zu dieser Zeit präsentiert sie sich selbst als reflektierte Person, die gewissenhaft handelt und stark zu sein scheint. Bei genauerer Betrachtung kann jedoch festgestellt werden, dass dies nur ein Wunschdenken darstellt. Auch wenn sie retrospektiv betrachtet ihre Erlebnisse als durchdacht und gewissenhaft empfindet, kann davon ausgegangen werden, dass dies, kritisch betrachtet, nicht der Realität entsprechen kann. Diese geschilderte Selbstwahrnehmung kann als gutes Beispiel gesehen werden, dass autobiographische Texte ebenfalls als Fiktion zu verstehen sind, da sie nie die gesamte Wirklichkeit abbilden können, sondern lediglich eine ausgeschmückte Version unterbreiten. So präsentiert sich die Protagonistin als starke Frau, die sich selbst dafür verantwortlich sieht, ihren Trauerprozess voranzutreiben und ihr altes Leben wieder aufzunehmen. Dies soll so schnell wie möglich passieren, bevor es in ihrem Umfeld zu gravierenden Veränderungen kommt und sie den Anschluss verliert. Sie möchte ihren Weg zurück in ihr Leben finden, nur scheint es stillzustehen. Die Protagonistin erweckt den Anschein, dass sie immer wieder versucht, ihren persönlichen Trauerprozess voranzutreiben, muss jedoch am Ende immer kläglich feststellen, dass dies nicht möglich ist und sie sich ihrer Trauer stellen muss. Bereits drei Monate nach dem Unglück ist sie bemüht, in ihr altes Leben zurückzukehren. Die Protagonistin schildert ihre Stellung zu dieser Zeit als Zuseherin ihres eigenen Lebens. Bis zum Unfall war ihr einziger Sinn ihre Familie, für die sie sich liebevoll aufopferte. Von einem Moment auf den anderen erscheint ihr Leben sinn- und bedeutungslos zu sein.

7.2.4.3 Dritte Trauerphase

Nach ausführlichen Darstellungen über das Leben nach dem Unfalltod ihrer Kinder beschreibt Pahl-Eberhart, dass sie von neuer Energie erfüllt wird. Es sei nun an der Zeit, ins Leben zurückzukehren. Dabei wird sie mit Aufgaben konfrontiert, die zuvor ihr Mann zu erledigen hatte. Sie lernt auch, Hilfe ihrer Freunde anzunehmen, darum zu bitten und diese nicht mehr abzulehnen. Erst in diesem Moment wird ihr zum ersten Mal bewusst, welche

große Stütze ihr Mann für sie war. Ihr aktives Tun, die Übernahme neuer Aufgaben sowie die Anpassung an die veränderten Gegebenheiten stellen nach Bowlby ein markantes Merkmal für die dritte Phase des Trauerprozesses dar (siehe Kapitel 4.1.3.). Außerdem lernt sie einen neuen Mann kennen und geht bereits nach kurzer Zeit das Wagnis einer neuen Beziehung ein, wobei sie auf sehr viel Unverständnis bei ihren Freunden und Bekannten stößt, da diese der Meinung sind, dass sie ihren verstorbenen Ehemann einfach ersetzen würde. An mehreren Stellen im Buch lässt sich erkennen, dass die Autorin darauf beharrt, dass ihr die Liebe das Leben gerettet hat. Ihr Trauerprozess war zu diesem Zeitpunkt noch nicht abgeschlossen, aber sie hatte Glück, dass ihre Trauer und die Liebe zu den Verstorbenen in der neuen Beziehung Platz fanden und ihr neuer Mann ihre Vergangenheit und ihre Gefühlslage akzeptiert und ihr in dieser schweren Zeit beisteht.

Das Bild, mit dem sie sich selbst nach neun Monaten der Trauer beschreibt, zeigt, dass sie sich bewusst mit ihrem Trauerprozess auseinandersetzt. In Gedanken lässt sie die Protagonistin die einzeln durchlaufenen Phasen reflektieren und kommt zu dem Schluss, dass sie die letzte Phase der Öffnung und Neuorientierung schon vor längerer Zeit erreicht hat. Es ist auch wieder ersichtlich, dass sie versucht, ihre Trauer zu verdrängen. Bereits nach neun Monaten sieht sie sich am Ende ihres Trauerprozesses, ihr Leben und ihr Verhalten spiegeln dies jedoch nicht wider. In diesem letzten Abschnitt des Buches schildert die Autorin, dass sie bei ihrer letzten großen Aufgabe, nämlich dem Umzug in ein neues Leben, wieder an ihre Grenzen stößt und erkennen muss, dass ihr Weg aus der Trauer noch lange sein wird. Für ihren Weg in ein neues Leben, sieht sie es als notwendig an, viele alte Erinnerungen an ihre Familie auszumisten und diese loszuwerden, damit der Neuanfang für sie und ihr neues Leben kommen kann. Als sie um Hilfe ihrer Freunde bittet, stößt sie jedoch auf Ablehnung, da es ihr zu diesem Zeitpunkt wieder gut zu gehen scheint. Sie beschreibt ihren Zustand als hilflos und ratlos und ihre verdrängte Trauer bricht in diesem Zustand, in dem sie sich verlassen und verzweifelt fühlt, aus. Sie findet sich am Rande eines Nervenzusammenbruchs wieder und trifft in weiterer Folge die Entscheidung, sich für zwei Monate eine Auszeit zu nehmen, in denen sich ihr Körper erholen, sie wieder zu Kräften kommen und ihre Seele Frieden finden soll. An diesem Punkt muss sie sich eingestehen, dass sie ihr Trauerprozess immer wieder aufs Neue fordern wird und sie noch einen langen Weg vor sich hat.

7.2.4.4 Vierte Trauerphase und Ende des Prozesses

Ein Jahr nach ihrem Schicksalsschlag erkennt die Protagonistin ihre Trauer als ihre Lehrmeisterin an, jedoch mit dem Bewusstsein, dass ihre Lektionen noch nicht beendet sind. Ihr erlebter Weg durch die Trauer ist geprägt durch Selbsterforschung und Aufarbeitung alter Wunden, Reflexion über den Sinn des Lebens sowie neuen Zielen, Lebenswegen und Werten. Sie musste die Erfahrung machen, dass wenn man an einer Lektion scheitert oder diese zu verdrängen versucht, diese nochmals durchlebt und gemeistert werden muss.

„Die Zeit mit meiner Familie ist endgültig vorbei. Sie war wunderschön, daran ändert selbst ihr plötzliches Ende nichts. Ebenso verhält es sich doch auch mit meiner Kindheit. Auch sie ist vorbei und kommt nicht wieder. Genauso, wie ich an meine Kindheit zurückdenke, ohne Schmerz, mit Freude im Herzen, so will ich die Zeit mit Heli und unseren Kindern in Erinnerung behalten. Als ein weiteres Stück meines Lebens, das ich hinter mir lassen musste und dennoch weitertrage, als einen Teil von mir.“¹⁰⁵

Der Tod ihrer Familie hat sie sehr geprägt und der Schicksalsschlag hat sie gelehrt, wie wertvoll jeder Augenblick ist, wie wichtig Lachen und Lebensfreude sind, wie froh man über all die schönen Dinge sein darf, die einem das Leben so bietet. Ihr Verlust hat sie gelehrt, dass wir nichts auf Dauer besitzen. Mit dem Wissen, dass das Schicksal es gut mit ihr meint. Aber auch mit der Angst vor dem Tod und der Vergänglichkeit. Als der Tod in ihr Leben trat, hat dieser einen Verwandlungsprozess in Bewegung gesetzt, der ihr gesamtes Leben prägt. Ein Jahr nach dem Unglück hat sie gelernt, dass sie die Verantwortung für ihr Leben nicht abgeben kann, sondern sie die einzige Person ist, die die Verantwortung dafür trägt.

7.2.5 Pathologische Trauer

Der im Buch beschriebene Trauerprozess weist viele Züge eines gestörten Verlaufs auf. So wird beschrieben, wie sich die Protagonistin ihrer Trauer entzieht und sie sich in die Einsamkeit flüchtet. Ihr Alltag gestaltet sich während dieser Zeit durch abwechselndes Lesen und Schlafen, wobei sie immer wieder von Bildern, Gedanken und Erinnerung an die Verstorbenen geplagt wird. Wenn einer Person mehr Leid zustößt, als sie ertragen kann, kommt es in vielen Fällen dazu, dass sie sich gefühlsmäßig von der Außenwelt abgrenzt.

¹⁰⁵ Pachtl-Eberhart: Vier minus drei. S. 72.

Diese Reaktion dient als Verteidigung des Innenlebens gegen den aufkommenden Schmerz, der über das hinausgeht, was die trauernde Person in diesem Moment ertragen kann. Durch den Rückzug scheint es der Trauernden nicht möglich zu sein, bestimmte Gefühlsregungen zuzulassen, die Trauer und der damit verbundene Schmerz werden verdrängt.¹⁰⁶ Dieses Rückzugsverhalten deutet auf die Verdrängung des Verlustes hin. Als weiteres Indiz dafür können die inneren Dialoge, welche die Protagonistin mit den Verstorbenen führt, gesehen werden. Daran ist zu erkennen, dass sie nicht in der Lage ist, den Verlust als solchen zu akzeptieren und in Gedanken noch immer mit ihnen lebt.

Des Weiteren geht aus dem Geschriebenen hervor, dass sich die Hauptfigur in den ersten Wochen nach dem Unfalltod ihrer Kinder in die übermäßige Geschäftigkeit stürzt, um ihrem Trauerprozess dadurch keinen Raum zu geben. Vor allem die Vorbereitungen und Durchführung der Trauerfeier nehmen dabei einen großen Stellenwert ein. Die Frau weist eine für die Situation unangebracht hohe Gefühlsstimmung auf, welche vor allem von außenstehenden Personen beanstandet wird. Diese euphorische Stimmung dient der Protagonistin vor allem dazu, den Tod zu leugnen und der Situation etwas Positives abgewinnen zu können. Oft führt dieses Verhalten zur Bewunderung, da die Trauernde sehr gefasst wirkt. Solange die Phase der Euphorie andauert, beharrt die betroffene Person jedoch darauf, dass alles in bester Ordnung sei. Dieses Verhalten, welches die Protagonistin aufweist, wird von Bowlby charakteristisch für die pathologische Ausprägung der Euphorie gesehen (siehe Kapitel 6.).

Aus dem Werk geht allerdings hervor, dass es nicht möglich ist, sich seiner Trauer zu entziehen und diese weder verdrängt noch aufgeschoben werden kann. Dies kann auch in dem Werk beobachtet werden. Auch wenn die Autorin auf ihrer positiven Einstellung gegenüber ihres Trauerprozesses beharrt und es immer wieder so scheint, als würde sie mit ihrem Verlust bewusst umgehen, ihr Verhalten und Erleben immer wieder reflektiert und ihr Leben im Griff hat, muss sie am Ende feststellen, dass dies lediglich dazu dient, ihre Trauer zu verdrängen und sie sich am Ende ihrer Schilderungen in einer depressiven Phase wiederfindet. Trotz der einzelnen pathologischen Merkmale, die der Trauerprozess der Protagonistin aufweist, kann festgestellt werden, dass ihre Trauer keine gestörte Form annimmt, da sie sich immer wieder bewusst mit ihrem Schicksal auseinandersetzt und ihre Trauer nach einem Jahr überwindet.

¹⁰⁶ Vgl. Rothman, J. C.: Wenn ein Kind gestorben ist. Trauerbegleitung für verwaiste Eltern. Freiburg in Breisgau: Herder, 1998, S. 30.

Die gewählte Form des Werkes erweckt den Anschein, dass das Schreiben für die Autorin einen Teil des Trauerprozesses darstellt. Sie schreibt ihre eigene Lebensgeschichte mit all ihren Höhen und Tiefen nieder und gibt dadurch Einblicke in ihr Innerstes. Bei der Autobiographie handelt es sich um ein tiefgehend psychologisches Werk, das die Schwächen und Stärken des Menschen in den Mittelpunkt rückt. Pahl-Eberhart verarbeitet darin nicht nur ihre Trauer, sondern weist auch auf alltägliche Probleme trauernder Personen hin. Sie gewährt auch tiefgreifende Einblicke in die Psyche des Menschen, indem sie ihre eigenen Erfahrungen schildert. Die Leitthese, welche die Autorin mit ihrem Buch vermitteln möchte, stellt die Thematik in den Mittelpunkt, dass Trauer ein individueller Prozess ist, dem man sich nicht entziehen kann, und es keine richtige oder falsche Weise des Trauerns gibt.

7.2.6 Zusammenfassung

Vier minus drei stellt einen autobiographischen Text dar, in dem die Autorin retrospektiv ihre Erlebnisse nach dem Tod ihrer Kinder schildert. Die Form des Textes verleiht dem Inhalt Authentizität, wodurch die Thematik tiefgehend und emotional aufgearbeitet wird. Im Text können die einzelnen Trauerphasen nach Bowlby, welche die trauernde Mutter durchleidet, gut ausgemacht werden, da die Autorin diese mit all ihren Ausprägungen und Merkmalen darstellt. Bei kritischer Betrachtung kann jedoch festgestellt werden, dass sich die Protagonistin zeitweilig in einem pathologischen Trauerprozess befindet, was vor allem am Ende des Werkes durch den Zusammenbruch der Frau ersichtlich wird. Einzelne beschriebene Trauerrituale dienen der verwaisten Mutter als unterstützende Maßnahme zur Überwindung und Realisierung ihres Verlustes. Fragen über das Leben nach dem Tod, die intensive Suche nach den Verstorbenen sowie die endlosen inneren Gespräche, welche die Frau mit ihren Kindern zu führen scheint, nehmen eine zentrale Rolle im Text ein und finden im Verlauf der Geschichte immer wieder ihren Platz. Ob die Protagonistin nach diesem im Text beschriebenen Jahr ihre Trauer überwindet, geht jedoch nicht ganz eindeutig hervor. Es wird lediglich betont, dass sie gelernt hat, den Tod als ihren ständigen Begleiter zu akzeptieren und ihn als Lehrmeister für ihre Zukunft betrachtet.

7.3 *Terézia Mora: Das Ungeheuer*

7.3.1 *Inhalt und Form*

7.3.1.1 *Inhalt*

Der Roman *Das Ungeheuer* von der aus Ungarn stammenden Autorin Terézia Mora erschien erstmals 2013. Er handelt von Darius Kopp, einem IT-Experten, der an der täglichen Konfrontation mit seinem Schicksal zerbricht. Zuerst verliert er seinen Job und dann seine große Liebe Flora, die sich das Leben genommen hat. Der Realität gegenübergestellt, findet er sich vereinsamt und zweifelnd an seiner weiteren Existenz wieder. Sein guter Freund Juri versucht ihn mit allen Mitteln wieder zurück ins Leben zu holen, jedoch beschließt Darius, seinen eigenen Weg zu gehen. Um dieser Leere zu entfliehen, setzt er sich in sein Auto und reist nach Ungarn, an den Ort, an dem seine verstorbene Frau aufgewachsen ist, immer in Begleitung der Urne mit der Asche seiner Frau, die er an einem auserwählten Ort beisetzen möchte, und ihrem Tagebuch, welches sie zu Lebzeiten heimlich geschrieben hat. Die Reise endet jedoch nicht im Geburtsland seiner Frau, sondern scheint dort ihren Anfang zu nehmen. Während seiner Irrfahrt liest der Witwer die Aufzeichnungen seiner Frau und muss feststellen, dass das Leben seiner Partnerin nicht das war, wofür er es immer gehalten hat. Und so begibt sich der Witwer auf die Suche nach der Wahrheit über seine große Liebe, sich selbst und über die große, weite und ihm so unbekanntere Welt.

7.3.1.2 *Form*

Der Roman zeichnet sich vor allem durch seinen experimentell freien Umgang mit Erzählsituationen aus. Die Autorin wählt sowohl die Form des auktorialen Erzählens als auch die Ich-Erzählung, wodurch es zu einem ständigen Wechsel zwischen Außen- und Innenperspektive kommt. Folglich werden innere Monologe andauernd von einer dargestellten Außenperspektive unterbrochen oder ergänzt. Auf diese Art und Weise wird aufbauend erzählt, was bereits passiert ist und gegenwärtig passiert. Das Geschehen wird abwechselnd aus der Sicht des Erzählers und des Protagonisten dargestellt, was auf eine variable interne Fokalisierung¹⁰⁷ hindeutet. Mora lässt durch diesen ständigen Umschwung der Perspektive Kopp's Leben als Zerbrechen an seinem Schicksal darstellen, da der Witwer von seinem Schmerz innerlich zu zerreißen droht. Die Autorin vereint in ihrem Werk zwei Bücher in einem, welche durch einen horizontalverlaufenden Strich in der Mitte jeder Seite voneinander getrennt sind. Durch diese Grenze wird Darius' Leben gespalten. Im oberen Teil

¹⁰⁷ Vgl. Martinez, Matias/Scheffel, Michael: Einführung in die Erzähltheorie. Dachau: 2012. C. H. Beck. S. 68.

finden sich die Reiseerfahrungen und Erinnerungen des Protagonisten im Hier und Jetzt. Der untere Teil umfasst Floras Notizen und Tagebucheinträge, die sie zu Lebzeiten auf Ungarisch verfasst hat und Darius nach ihrem Tod übersetzen ließ. Es handelt sich dabei um Dokumente aus ihrem Doppelleben. Die beiden Erzählungen verlaufen topografisch parallel. Jede Buchseite stellt demnach zwei Hälften, zwei Geschichten, zwei Stimmen, zwei Erzählperspektiven und zwei Figuren dar, wodurch die Autorin zwei Räume schafft, die parallel zueinander verlaufen, aber miteinander unvereinbar sind. Oben der verwahrloste und einsame, aber lebende Mann auf seiner gegenwärtigen Reise ins Ungewisse und unten die tote Frau in ihrem Kampf gegen ihre Krankheit und ihre Suche nach Normalität.

Die Autorin nimmt in ihrem Werk im oberen Teil einen ständigen Wechsel der Perspektive vor. Der Wechsel erfolgt dabei teilweise innerhalb von Sätzen, in welchen sie zwischen der Innen- und Außenperspektive, zwischen der dritten und ersten Person, Darius inneren Monolog und der Erzählung eines Außenstehenden hin- und herspringt.

„Anfangs las er hin und her. Las in den Abschnitten, die er schon gelesen hatte, in der Hoffnung, etwas nicht mehr so genau zu wissen, so dass es ihm nun deutlicher würde. Aber nein. Ich erinnere mich noch an alles, und zwar auf unveränderte Weise. Nicht an das, was zur gleichen Zeit in der Wirklichkeit passiert war. Er erinnerte sich an die Texte. Wo ich mir sonst Worte keine zwei Minuten merken kann.“¹⁰⁸

An diesem Textausschnitt lässt sich gut erkennen, wie die Autorin die einzelnen Perspektiven abwechselnd zum Einsatz bringt. Der erste Teil wird hierbei von einer auktorialen Erzählperspektive, extradiegetisch-heterodiegetisch geschildert.¹⁰⁹ Plötzlich nimmt Mora einen Bruch vor, in dem sie radikal zu Darius als Ich-Erzähler, in eine autodiegetische Perspektive¹¹⁰ und ins Präsens wechselt, bis sich dieser Wechsel in den nächsten beiden Sätzen wiederholt. Neben diesem Perspektivenwechsel, welcher von Satz zu Satz vorgenommen wird, lassen sich auch Beispiele finden, in welchen der Wechsel noch deutlicher, nämlich in nur einem Satz, erfolgt. „Er sah nur zu, wie sie auf ihn zugerannt kam, ein Objekt im Rückspiegel, kleiner als in Wirklichkeit, und so jung, wie ich dich gar nicht kannte, und gut gelaunt.“¹¹¹

¹⁰⁸ Mora, Terézia: Das Ungeheuer. München 2015. btb. S. 573.

¹⁰⁹ Vgl. Martinez, Matias/Scheffel, Michael: Einführung in die Erzähltheorie. S. 84-85.

¹¹⁰ ebda. S. 84-85.

¹¹¹ Mora: Das Ungeheuer. S. 236.

Mora selbst schreibt über die Form ihres Werkes, dass es wichtig ist, Sätze zu kreieren, die Multiperspektivität abbilden, in welchen die Erzählung einen Dialog mit sich selbst zu führen scheint. Die Sätze sollen so angeordnet werden, dass sie flexibel sind und nicht nur Körper und Ereignisse, sondern auch Gedanken wie Gegenstände in das Geschehen miteinfließen lassen.¹¹²

Mit der Unterteilung in zwei Hälften charakterisiert Mora die beiden Figuren und stellt dadurch deren Unvereinbarkeit dar. Zeichnet sich der obere Teil durch den ständigen Wechsel der Perspektiven aus, so besteht der untere Teil aus Floras Aufzeichnungen, welche keine Handlung ergeben, sondern lediglich aus Notizen, Tagebucheinträgen, Listen und anderem zusammenhangslosen Nebeneinander bestehen. Floras Aufzeichnungen gestalten sich zu Beginn recht objektiv. In der Ich-Form gehalten, geben sie Einblick in das Leben einer einfachen Studentin. Mora selbst schreibt dazu, dass Floras Text einer sein sollte,

„dem man auf den ersten Blick ansieht, dass er in Stücken ist, und innerhalb der einzelnen Stücke sollen zunächst Ordnungsversuche stehen [...] und zum Ende hin zunehmend Dokumente der Zerstreuung. [...] einzelne Dateien, die sich zwar darum bemühen, eine Erklärung, eine Lösung, ein Nicht-Sterben zu finden, aber am Ende doch nur ein Argument für das Gegenteil finden.“¹¹³
Nach Mora sollte „Das Ungeheuer“ „ein Buch über die Extremen des Inneren werden.“¹¹⁴

Floras Lebensbeschreibungen stammen aus der Vergangenheit, sie selbst scheint erst dann eine Stimme zu erhalten, als sie bereits tot ist. Diese Erzählstimme ist vor allem durch Emotionen geprägt, die sie zu Lebzeiten unterdrückt und nur in ihrem Tagebuch festgehalten hat. Das Buch teilt sich demnach in einen gegenwärtigen oberen und einen vergangenen unteren Teil. Weiter wird das Buch dadurch in Leben und Tod sowie Frau und Mann geteilt. Durch diese Zweiteilung veranschaulicht Mora, dass die inneren Welten der Ehepartner zu Floras Lebzeiten weit voneinander entfernt waren, wodurch hervorgeht, dass Darius seine Frau nie wirklich kannte. Mora versucht durch die sehr radikal gestaltete Form, den Geheimnissen einer verstorbenen Frau eine Stimme zu geben. „Zwischen den Lebenden und den Toten verläuft eine Grenze. [...] Ein Lebendiger kann nicht mit den Toten leben, so ist es einfach.“¹¹⁵ Diese Worte richtet eine Frau an Darius, welcher er in

¹¹² Vgl. Mora, Terézia: Nicht Sterben. München 2014. Luchterhand. S. 58-59.

¹¹³ Mora: Nicht Sterben. S. 145.

¹¹⁴ Ebda. S. 140.

¹¹⁵ Mora: Das Ungeheuer. S. 647.

Athen begegnet und deren Ehemann ebenfalls Selbstmord begangen hat. Dieser kurze Textausschnitt kann als möglicher Hinweis für die Gestaltung des Textes gesehen werden, dass das Leben und der Tod, die Vergangenheit und die Gegenwart nicht miteinander zu vereinbaren sind.

In *Das Ungeheuer* gelingt es der Autorin zwei Charaktere, die ihr gemeinsames Leben aneinander vorbeilebten, in zwei unterschiedlichen Textformen darzustellen. Die beiden getrennten Textteile scheinen unabhängig voneinander zu existieren, nur in einzelnen Passagen kommt es vor, dass die obere Texthälfte auf die untere Bezug nimmt, nämlich in jenen Momenten, in denen Kopp sich mit Floras Einträgen beschäftigt und ihm klar wird, wie wenig er über sie wusste. Mora gelingt mit ihrem Werk eine zweifach kritische Hinterfragung. Zum einen wird durch die Verwendung wechselhafter Stimmen, wodurch die Wahrheit stockend ans Licht gebracht wird, die Legitimität des Erzählens hinterfragt. Und zum anderen übt die Autorin Kritik an gesellschaftlichen Strukturen von Gewalt und Sexismus.

Terézia Moras gewählter Titel für das Werk wirft zunächst Fragen auf, da vorerst nicht klar ausgemacht werden kann, in welchem Bezug der Titel zum Buch und dessen Inhalt steht. Bei genauerer Betrachtung kann jedoch festgestellt werden, dass die Autorin den Menschen, das Ungeheuer, mit all seinen Verfehlungen und vielen Gesichtern, auf äußerst humanistische Weise auftreten lässt und damit Einblick in die Psyche des Menschen gewährt. Die Autorin spielt mit dem Titel darauf an, dass es in ihrem Werk um etwas Ungeheuerliches geht. Hierbei legt sie den Fokus vor allem auf endgültige Verluste, Trauer, das Unbegreifliche seelischer Erkrankungen und des Freitods. Der Titel ergibt sich vorwiegend aus Floras Aufzeichnungen, die ihre Krankheit als Ungeheuer bezeichnet. Das Ungeheuer kann jedoch auch für das trostlose, verzweifelte und perspektivenlose Leben gesehen werden, das Darius und so viele andere Menschen führen. Weiters kann die Wahl des Titels mit der Reise des Protagonisten in Verbindung gebracht, denn er stellt das Gefühl dar, mit keinem Ort auf der Welt verbunden zu sein und keinen Menschen zu haben, dessen Gegenwart einen erfüllt.

7.3.2 *Beziehungsstruktur*

Für Darius ist seine Frau alles. Solange sie bei ihm ist, scheint seine Welt in Ordnung zu sein. Das erste Jahr ihrer Ehe verläuft ausgeglichen, sie sind eine Einheit, wie zwei Räder, die ineinandergreifen. Obwohl ihr Zusammenleben von Anfang an nichts anderes als ein ständiger Wechsel zwischen Krise, Zusammenbruch und Erholung ist. Was Darius nämlich nicht weiß, ist, dass Flora seit Langem an Depressionen leidet und durch eine belastende Vergangenheit geprägt ist. Flora ist sehr sensibel, ruhig und kann ihr Leid einfach nicht ausblenden. Als sie schließlich auf offener Straße von einem Mann belästigt wird, verlässt sie die Wohnung kaum noch, sein Leben hingegen besteht nur mehr aus Arbeit, Schlaf und seinem Arbeitsweg. Darius lässt sich vor allem durch die Mischung aus Liebe und Zerstörungswut charakterisieren, die ihn zum einen als liebevollen Ehemann und zum anderen als gnadenlosen Vergewaltiger auftreten lässt.

Nachdem beide ihren Job verlieren, zieht Flora zunächst aufs Land und weigert sich, die Stadt und ihre gemeinsame Wohnung jemals wieder zu betreten. Dies führt schließlich dazu, dass es zu Problemen in ihrer Ehe kommt, da es für die beiden keinen Ort mehr gibt, an dem sie gemeinsam leben können. Floras Rückzug aufs Land sieht Darius als Einschränkung seiner absoluten Liebe, was ihn letztendlich dazu treibt, seine Frau zu vergewaltigen. Bis sie sich schlussendlich im Frühjahr das Leben nimmt. Erhängt an einem Baum abseits des Weges und erst anderthalb Tage später gefunden.

Erst nach ihrem Tod wird Darius bewusst, dass seine Frau ihm all die Jahre hinweg etwas vorgemacht hat. Durch ihre geheimen Tagebucheinträge, die Darius vom Ungarischen ins Deutsche übersetzen lässt, findet er heraus, wer seine Frau wirklich war. Mit dem Lesen der Aufzeichnungen ihrer wahren Gefühle und ihres Parallellebens, das sie zu führen pflegte, wird ihm bewusst, dass seine Frau ein viel autonomeres Leben führte, als es ihm lieb ist. Ihr Tod setzt seiner Illusion der grenzenlosen Liebe ein Ende und konfrontiert ihn mit der Realität. Immer wieder lassen sich in diesen Aufzeichnungen Gedanken über Selbstmord finden, denn Flora glaubt zu Lebzeiten, dass der Tod ihr einziger Ausweg wäre. Sie schreibt über unzählige Träume, welche von Selbstmordszenarien und Situationen, in welchen sie umgebracht wird, geprägt sind. Kurz vor ihrem Tod erreicht sie den Höhepunkt ihrer Verzweiflung. Die Autorin stellt Flora als eine emotionale und gebrochene Person dar, die an der gesellschaftlichen Ausbeutung und Gewalt zerbricht. Sie hat aufgehört zu existieren, lebt nur mehr vor sich hin und erträgt von Tag zu Tag ihr Leben, das keines mehr ist. Und so kommt sie am Ende ihres Lebens zur Erkenntnis: „Man kann auf-

hören zu existieren, ohne tot zu sein“¹¹⁶ Dieser leitende Grundgedanke zieht sich durch das gesamte Werk. Mora lässt auch den Protagonisten Monate nach dem Suizid an den Punkt kommen, an dem er sich diese Frage stellt. Wenn einem das Leben nicht mehr lebenswert erscheint, man nur mehr vor sich hinlebt, stellt dieses Leben dann noch Existenz dar oder hat man dann bereits aufgehört zu existieren und lebt nur mehr? Durch zwei dargestellte Lebensformen, die den Anschein erwecken, nur mehr zu leben ohne zu existieren, begibt sich Mora in ihrem Buch auf die Suche nach dem Sinn des Lebens. Die Autorin beschreibt in ihrem Buch zwei unterschiedliche Persönlichkeiten. Das eine Leben in der Vergangenheit und selbstständig beendet, das andere in der Gegenwart, abhängig von den Ereignissen der Vergangenheit.

7.3.3 *Suizid*

Eine aktuelle und sehr umfangreiche Definition von Suizidalität lässt sich bei Wolfersdorf und Etzersdorfer finden, die unter Suizidalität die „Summe aller Denk-, Verhaltens- und Erlebnisweisen von Menschen“ verstehen, „die gedanklich, durch aktive Handlungen oder passives Unterlassen von lebenserhaltenden Maßnahmen den eigenen Tod veranlassen oder diesen als Folge in Kauf nehmen. Suizidales Verhalten tritt vor allem in Krisenzeiten und bei psychischen Erkrankungen auf.“¹¹⁷ Lindner beschreibt Suizidalität weiter als Ausdruck der Zuspitzung des Seelenlebens des Menschen, in der er hoffnungslos und verzweifelt über sich selbst ist und sein eigenes Leben und die Situation als ausweglos empfindet.¹¹⁸ Neben dem Begriff Selbsttötung lassen sich noch Bezeichnungen wie Freitod oder Selbstmord finden, wobei diese in Fachkreisen eher gemieden und anstatt dessen Begriffe wie Selbsttötung und Suizid verwendet werden.¹¹⁹ Wählt eine nahestehende Person den Freitod, kommen neben dem Leid über den plötzlichen Verlust noch Belastungen durch Scham, Angst, Wut oder Schuldgefühlen hinzu.

¹¹⁶ Mora, Terézia: Das Ungeheuer. S. 668.

¹¹⁷ Vgl. Wolfersdorf, Manfred/Etzersdorfer, Elmar: Suizid und Suizidprävention. Stuttgart: 2011. Kohlhammer. S. 26.

¹¹⁸ Vgl. Lindner, R.: Suizidale Männer in psychoanalytisch orientierter Psychotherapie. Gießen: 2006. Psychosozial-Verlag. S. 42.

¹¹⁹ Vgl. Schenk, Marion: Suizid, Suizidalität und Trauer. Gewaltvoller Tod und Nachsterbewunsch in der Begleitung. Göttingen: 2014, Vandenhoeck & Ruprecht. S. 11.

7.3.3.1 Suizid und Trauer

„Wer Suizid verübt, hinterlässt den Überlebenden sein düsteres Seelengeheimnis: Er verurteilt sie zur Auseinandersetzung mit vielen negativen Gefühlen und quälenden Zwangsgedanken, die immer wieder um die Frage kreisen, wie weit sie selbst vielleicht zu der Verzweiflungstat beigetragen haben oder ob sie es nicht hätten verhindern können.“¹²⁰

Die Auseinandersetzung mit dem Geschehen führt oft zu Unverständnis, da nie alle Faktoren, die zum Suizid geführt haben, ausgemacht werden können. In den meisten Fällen nimmt sich eine Person das Leben, weil sie für sich keinen anderen Ausweg mehr sieht, sich von den Schmerzen und Sorgen befreien zu können. Einer der Gründe für die Entstehung des Nicht-Wahrhabenwollens bei den hinterbliebenen Personen ist nach Lord die Tatsache, dass sich die nahestehende Person selbst für ihren Tod entschieden hat.¹²¹ Suizid kann nach der Forschung als der am schwersten zu bewältigende und zu akzeptierende Verlust angesehen werden. Es ist vor allem die Scham über das Geschehene, die sich belastend auf die Zurückgebliebenen auswirkt.¹²²

Zu diesem Schamgefühl mischt sich in den häufigsten Fällen das Gefühl von Schuld. Die trauernde Person fühlt sich für die Tat verantwortlich und wird von der Vorstellung geplagt, dass sie etwas gegen den Suizid hätte unternehmen sollen. Die Überwindung eines Selbstmordes einer nahestehenden Person scheint besonders dann schwierig zu sein, wenn die Motive dafür unklar sind oder sogar ganz fehlen. Dies löst bei der trauernden Person endlose Gedanken aus, welche häufig mit Schuldgefühlen einhergehen. Diese Schuldgefühle lassen sich schwer auflösen, da in vielen Fällen Argumente, die gegen eine Mitschuld sprechen würden, nicht mehr überprüft werden können. Zudem entwickeln Angehörige Wut gegenüber dem Verstorbenen, da die Frage nach dem „Warum“ für sie offen bleibt. Durch die entstandene Wut kommt es zur Minimierung des Selbstwertgefühls. Es entsteht die Meinung, dem Verstorbenen nicht viel bedeutet zu haben, da er sich sonst nicht das Leben genommen und sie alleine gelassen hätte.¹²³

Nach einem Suizid ist es nach Lord wichtig, dass sich die hinterbliebene Person ins Bewusstsein ruft, dass es sich hierbei um eine höchst komplexe Angelegenheit handelt und die begangene Tat nur einen Teil davon darstellt. Trifft ein Mensch die Entscheidung, sich

¹²⁰ Cain, Albert C.: *Survivors of suicide*. Springfield 1972, JL: Thomas. S. 10.

¹²¹ Vgl. Lord: *Nicht einmal ein Abschiedswort*. S. 129.

¹²² Vgl. Worden: *Beratung und Therapie in Trauerfällen*. S. 174.

¹²³ Ebd. S. 175-176.

das Leben zu nehmen, spielen sowohl viele äußere als auch innere Faktoren eine große Rolle.¹²⁴

Wie nach jedem Verlust einer nahestehenden Person hängt die Trauer nach einem Suizid von den individuellen Möglichkeiten ab, wie auf den Rückschlag reagiert wird. Selbsttötung stellt anfänglich eine große Herausforderung für den Trauernden dar, weil es sich dabei nicht um einen natürlichen Tod, sondern um einen frei gewählten handelt, der zunächst viele Fragen aufwirft. Wie bei jedem Trauerprozess durchlaufen auch Suizidtrauernde die Phasen des Trauerprozesses, jedoch verlaufen diese bei Selbsttötung meist verzögert und können stagnieren oder pathologisch werden. Hier spielen vor allem die bereits im Kapitel 4 beschriebenen Einflussfaktoren eine große Rolle. Führt die Selbsttötung zu psychischen oder physischen Problemen, sind die betroffenen Personen immer weniger in der Lage, Aufgaben nachzugehen und werden arbeitsunfähig.¹²⁵

Eine weitere Tendenz, die bei Suizidtrauernden aufkommt, ist, dass sie das Gefühl verspüren können, dem Verstorbenen nachsterben zu wollen. Sie sind nicht in der Lage sich mit dem Geschehen auseinanderzusetzen und den Verlust zu akzeptieren. Ihr einziger Wunsch ist es, mit der verlorenen Person wiedervereint zu sein. Dabei verliert die trauernde Person den Sinn ihres eigenen Lebens aus den Augen.¹²⁶

7.3.4 Analyse des Trauerprozesses

Über Darius' Zeit nach dem Tod seiner Frau verrät die Autorin nicht viel. Der Roman setzt erst eineinhalb Jahre nach dem Vorfall ein, als er bereits von seinem Freund Juri zu sich geholt wurde, um sein Leben wieder zu ordnen. Es kann jedoch herausgelesen werden, dass die Nachricht über den Suizid für Darius sehr überraschend kam. Er wusste, dass Flora psychische Probleme hatte, jedoch war er sich nicht im Klaren darüber, wie ernst die Situation wirklich war. Darius' Trauerprozess gestaltet sich als sehr komplex und langwierig und weist starke Anzeichen eines pathologisch verlaufenden Trauerprozesses auf. Daher wird in weiterer Folge nicht auf die einzelnen Trauerphasen nach Bowlby eingegangen, sondern einzelne Merkmale, die auf pathologische Trauer hinweisen, analysiert.

¹²⁴ Vgl. Lord: Nicht einmal ein Abschiedswort. S. 136.

¹²⁵ Vgl. Schenk: Suizid, Suizidalität und Trauer. S.52-53.

¹²⁶ Ebda. S. 53.

7.3.4.1 *Fehlende Trauer und Verdrängung*

Nach dem anfänglichen Schockzustand, in welchem er sich im Frühjahr nach dem Suizid befindet, beginnt er sich von August bis Juni des darauffolgenden Jahres zurückzuziehen. Seit dieser Zeit hat er seine Wohnung nicht mehr verlassen. Von Beginn an versucht Darius dem Trauerprozess zu umgehen, indem er bereits zwei Wochen nach dem Tod seiner Frau wieder zu arbeiten beginnt, weil er der Meinung ist, in der Routine seines Lebens bleiben zu müssen, um so seinem Schicksalsschlag aus dem Weg gehen zu können. Er flüchtet sich in Geschäftigkeit und versucht dadurch der Wirklichkeit zu entfliehen, was als Verdrängung und als erstes Anzeichen für einen pathologischen Verlauf der Trauer gesehen werden kann.

Erst nach Monaten zieht er sich in die Einsamkeit zurück. Darius bleibt in seiner Trauerarbeit stecken und versucht so dem Geschehenen aus dem Weg zu gehen. In dieser Zeit von über zehn Monaten verlässt er seine Wohnung nicht und lebt in der Hoffnung vor sich hin, dass sich alles von alleine bessern würde. Als er keine Rücksicht mehr darauf nehmen muss, bis Montag wieder nüchtern zu sein, versucht er, sich durch übermäßigen Alkoholkonsum das Leben zu nehmen. Während dieses Rückzugs in die Einsamkeit weigert sich der Witwer, sich mit der Realität auseinanderzusetzen und ist daher nicht fähig sein alltägliches Leben wiederaufzunehmen. Er geht keiner regelmäßigen Tätigkeit nach, pflegt keine Kontakte und befindet sich ständig im Glauben, dass seine Frau noch am Leben sei. Denn nachdem er mit einem Mann in eine Schlägerei gerät und daraufhin von der Polizei mit aufs Präsidium genommen wird, ruft er sich in Gedanken, dass er so nicht nach Hause gehen könnte, da seine Frau ihn verstoßen würde, wenn sie davon erfahren würde. An dieser Situation kann erkannt werden, dass Darius auch noch nach über einem Jahr den Tod seiner nicht realisiert hat. Er hat Angst davor, nachhause zu gehen, weil er sich vor ihrer Reaktion fürchtet.

Auf seinen Zustand angesprochen, dementiert er diesen lediglich als aktiven Trauerprozess, der dann abgeschlossen sein wird, wenn er mit dem Trauern fertig ist. Er selbst sieht seinen Zustand nicht als verwahrlost, sondern als Prozess der Trauer. Darunter versteht er einen aktiven Prozess, eine Aktivität, die alles andere als Nichtstun darstellt. Mora lässt den Protagonisten als sehr einsam lebenden Witwer auftreten, der sich jedoch im Klaren über seine Trauer zu sein scheint. Ihm ist bewusst, dass Trauer einen Prozess darstellt, der sehr viel Zeit in Anspruch nimmt und erst dann abgeschlossen sein wird, wenn alle Stadien

des Prozesses durchlaufen sind. Es ist ihm jedoch nicht bewusst, dass dieser bei ihm einen unnatürlichen Verlauf annimmt.

In den ersten eineinhalb Jahren nach dem Suizid seiner Frau kann nicht ausgemacht werden, in welcher Phase des Trauerprozesses der Protagonist sich befindet, es kann lediglich festgestellt werden, dass der Verlauf der Trauerarbeit vom normalen Trauerprozess abweicht und Darius darin festzustecken scheint. Die Autorin lässt in ihre Schilderungen zwar Merkmale miteinfließen, die auf die ersten beiden Phasen des Trauerns hinweisen, durch die ausbleibende Konfrontation mit dem Verlust kommt es jedoch zur andauernden Verdrängung dessen und einem Verharren im Prozess.

7.3.4.2 Reise als Flucht vor dem Trauerprozess und Selbstfindung

In der Wohnung seines Freundes entschließt er sich, seine Sachen zu packen, um Deutschland so schnell wie möglich verlassen und einen geeigneten Ort für die Asche seiner Frau finden zu können. Dieser Aufbruch kann nach Schmied als Flucht vor der Realität gedeutet werden. Darius flieht vor seinem Leben und den damit verbundenen Problemen, was sich durch ständiges Reisen äußert, wodurch die Trauer weiterhin aufgeschoben werden kann (siehe Kapitel 6.). Die Autorin lässt ihren Protagonisten auf eine doppelte Reise gehen. Zum einen findet er sich in seinem Auto Länder durchqueren und neue Leute, Mentalitäten und Schicksale kennenlernen. Zum anderen stellt es eine Reise ins tiefste Innere des Menschen auf der Suche nach Wahrheiten dar. Seine Reise dient ihm demnach nicht nur als Flucht, sondern Mora konfrontiert ihn dabei auch mit seiner Vergangenheit.

Darius bricht spontan und ohne Vorankündigung auf, setzt sich ins Auto und fährt einfach los. Das Einzige, an das er denken kann, ist, dass er nach Ungarn, in die Heimat seiner Frau, muss, um dort ein Begräbnis für sie zu organisieren. Es ist eine Reise ins Ungewisse, ohne bestimmtes Ziel, er will einfach nur seinem Leben entkommen und glaubt, mit dem Vorhaben, einen geeigneten Platz für die Asche seiner Frau zu suchen, wären seine Probleme gelöst. Dies kann jedoch nur als Flucht vor der Realität angesehen werden, da er sich bis zu diesem Zeitpunkt noch nicht aktiv mit dem Tod seiner Frau auseinandergesetzt hat und seinen Trauerprozess dadurch hinauszögert bzw. in ihm stehengeblieben ist. Während seiner Reise beschreibt die Autorin immer wieder Situationen, in welchen Darius beginnt in Gedanken mit seiner Frau zu sprechen. Er stellt sich vor, sie würde ihn auf seiner Reise begleiten. Er erträgt seine Einsamkeit nicht und verdrängt Floras Tod, indem er die Tatsachen nicht akzeptiert und in Gedanken noch immer mit ihr lebt. Der Witwer befindet sich

in einem Zwiespalt. Zum einen ist ihm bewusst, dass seine Frau tot ist, da er auf der Suche nach einem geeigneten Bestattungsort für ihre Asche ist. Zum anderen lebt er in Gedanken auch nach über einem Jahr nach ihrem Suizid noch immer mit ihr und lässt sie nicht los. Diese entstehende Widersprüchlichkeit stellt nach Bowlby ein markantes Merkmal der zweiten Trauerphase dar (siehe Kapitel 4.1.2.).

Als er an der Grenze zu Georgien vom Zoll kontrolliert wird, dies übersteht und die Grenze überquert hat, fühlt er sich, als hätte er etwas Wichtiges zur Zufriedenheit erledigt, denn er hat seine Frau über die Grenze gebracht. Zum ersten Mal ist er einfach nur glücklich. Das erste Mal seitdem er unterwegs ist, hat Darius das Gefühl, nicht abwesend zu sein. Er vermisst seine Wohnung und das ganze Drumherum nicht mehr. Die Situation, in der er sich jetzt befindet, ist zwar nicht weniger übersichtlich, aber auch nicht ungewisser. Das Einzige, das er weiß, ist, dass er friedlicher geworden ist und ein Gefühl von Sicherheit macht sich in ihm breit.¹²⁷ Dieser Moment in dem Roman kann als erster Wendepunkt im Trauergeschehen des Witwers angesehen werden. Zum ersten Mal seit Beginn des Trauerprozesses und seiner Irrfahrt nimmt er sein Leben wieder als positiv wahr, auch wenn dies nur für einen kurzen Moment anhält. Er beginnt sich seinem Leben und der Realität zu stellen und erkennt den Sinn seines Lebens wieder, auch wenn dieser in dem Moment lediglich darin liegt, die Asche seiner verstorbenen Frau auf seiner Reise zu beschützen.

Er begegnet unterschiedlichen Personen, die ihn auf sein Leben und seine Reise ansprechen. Darius weicht diesen Gesprächen jedoch aus und nennt nie den wahren Grund für seine Irrfahrt. In einem Gespräch mit einem Mann, sagt dieser zum Protagonisten:

„Denn, merke, keiner ist einfach so unterwegs, jeder hat etwas auszureisen. Die meisten hoffen, woanders als zu Hause gäbe es andere Weisheiten zu finden. Dabei gibt es die nicht. Die Weisheit ist, dass man sich von Zeit zu Zeit vergewissern muss, dass man noch in der Lage ist klarzukommen, auch wenn nicht alles unverändert und berechenbar bleibt.“¹²⁸

Er merkt, dass Darius den wirklichen Grund seiner Reise vor ihm verheimlicht und will ihn darauf aufmerksam machen, dass er nicht vor der Realität und seinen Problemen fliehen kann. Dass er die Wahrheit in der Ferne auch nicht finden wird und er sich mit seinem Zustand auseinandersetzen muss, um wieder ins Leben zu finden.

¹²⁷ Vgl. Mora: Das Ungeheuer: S. 479.

¹²⁸ Mora: Das Ungeheuer. S: 437.

Die letzte von Mora beschriebene Reisedestination führt den Protagonisten nach Athen, wo er bei einem Freund unterkommt. Er ist bereits ein halbes Jahr auf Reisen, aber immer noch antwortet er auf die Frage über den Grund seiner Reise, dass er nur ein bisschen herumfahren würde. Er verschweigt den wahren Grund seiner Irrfahrt und kommt letztendlich zu dem Schluss:

„Deine Frau ist eine vollendete Tatsache. Und was bist du? Unvollendet, wie jeder Lebende. Reisen hilft eine Weile. [...] Wertbar bleiben oder nicht. [...] Meine Frau war 37 Jahre alt, als sie beschloss, nicht mehr wertbar zu sein. Ich bin 46 und [...] ebenfalls nicht wertbar. Außer, dass ich noch lebe. (Wie geht es, dass eine Person aufhört zu existieren, ohne tot zu sein?)“¹²⁹

An diesem letzten genannten Ort seiner Irrfahrt muss sich der Witwer eingestehen, dass sein Leben an Wert verloren hat und er nicht weiß, was er damit anfangen soll. Darius stellt sich in diesem Moment dieselbe Frage, die sich auch seine Frau zu Lebzeiten gestellt hat, nämlich ob eine Person aufhören kann zu existieren, ohne tot zu sein. Im Grunde hat sich der Protagonist bereits aufgegeben und muss einsehen, dass er nur mehr existiert und nicht mehr lebt. Obwohl ihm der Verlust seiner Frau mittlerweile bewusst ist, findet er keinen Ausweg aus seiner Trauer. Der Schmerz über seinen Schicksalsschlag wird nicht mehr verdrängt, sondern nimmt sein gesamtes Leben ein und wird zum Mittelpunkt allen Geschehens, was für den Verlauf chronischer Trauer spricht (siehe Kapitel 6.). Dazu lässt sich folgender Textausschnitt finden:

„[...] und ich finde meinen Platz nicht, seitdem du nicht mehr bist. [...] Das Ausmaß meiner Trauer, die sich vor allem als Ratlosigkeit zeigt, überrascht mich selbst. Dieses neue Erlebnis von Tiefe ist schwindelerregend, es ist, in der Tat, ein Abenteuer, aber wenn es stimmt, dass ein Lebendiger nicht mit den Toten leben kann ---,“¹³⁰

An dieser Stelle versucht Mora einen Wendepunkt in die Geschichte einzubringen. Sie lässt den Protagonisten seine ausweglose Situation und das Ausmaß seines Zustandes, aus dem er nicht mehr hinausfindet, erkennen. Er sieht sich in seiner Trauer gefangen. Der letzte Teil seines Gedankenganges wird abrupt abgebrochen. Daher kann nur angenommen werden, dass er den Ernst seiner Lage, sein Leben nicht mit den Toten leben zu können, erkennt und ihm bewusst wird, daran etwas ändern zu müssen. Er sieht sich selbst als Le-

¹²⁹ Ebda. S.659-660.

¹³⁰ Mora: Das Ungeheuer. S. 664.

bender, der in der Vergangenheit festsetzt, da er diese nicht hinter sich lassen kann und sich auch noch zwei Jahre nach dem Tod seiner Frau nach deren gemeinsamen Leben sehnt.

7.3.4.3 *Endlose Suche*

Darius erlebt seine verstorbene Frau als permanente innere Begleiterin, die ihm auf seiner Reise beisteht. Er spürt ihre Anwesenheit und ist unfähig, sich von ihr zu trennen. Nach Volkan und Zintl kann die verstorbene Person als psychisches Double wahrgenommen werden, welches starken Einfluss auf das Leben des Trauernden haben kann.¹³¹ So beginnt Darius endlose Suche in der Heimat seiner Frau, in Ungarn. Mora stellt es als eine Suche nach Wahrheiten, über die Vergangenheit seiner Frau, das Doppelleben, das sie führte und sich selbst dar. Sie lässt die Suche nach der verlorenen Person, welche charakteristisch für die zweite Phase des Trauerprozesses ist, an unterschiedlichen Schauplätzen und Situationen in das Geschehen einfließen. So versucht er in Ungarn etwas über Floras Kindheit und ihre Familie herauszufinden. Der Witwer recherchiert im Internet nach Bildern, besucht Floras Schule, die sie als junges Mädchen besuchte und sucht ihren Heimatort auf, um dort die Bewohner nach seiner Frau und deren Familie zu befragen. In ihrer Heimat erfährt er, dass Floras gesamte Verwandtschaft bereits verstorben sei und es keine lebenden Verwandten mehr gibt. Daraufhin begibt er sich zum Grab ihrer Großmutter, nur um dort feststellen zu müssen, dass es ihn kein Stück weiterbringt. Seine Vorstellung, er würde seiner verstorbenen Frau näherkommen, indem er Orte ihrer Vergangenheit aufsucht, war reine Illusion. Daraufhin setzt er sich wieder in sein Auto und fährt einfach los, ohne ein bestimmtes Ziel vor Augen zu haben.

Weiter wird gezeigt, dass Darius auf seiner Reise beginnt, Flora in anderen Personen, anderen Frauen zu sehen und sich einbildet, es wäre seine verstorbene Frau. Er glaubt, sie in einer Kellnerin zu erkennen, nur um dann feststellen zu müssen, dass diese Frau viel jünger ist. Auf der Straße geht er einer Frau in der Hoffnung nach, sie sei seine große Liebe, doch auch dieses Mal wird er enttäuscht.

Am Weg in eine neue Stadt greift Darius zwei junge Frauen vom Straßenrand auf, wobei ihm eine davon besonders gut gefällt. „Er sah nur zu, wie sie auf ihn zugerannt kam, ein Objekt im Rückspiegel, kleiner als in Wirklichkeit, und so jung, wie ich dich gar nicht kannte, und gut gelaunt.“¹³² Doch bei näherer Betrachtung wird ihm schnell klar, dass dieses Mädchen nicht seine verstorbene Frau ist. „Aus der Nähe betrachtet sieht sie dir auch

¹³¹ Vgl. Volkan und Zintl: Wege der Trauer. S. 81.

¹³² Mora: Das Ungeheuer. S. 236.

gar nicht mehr ähnlich.“¹³³ Jede Frau, der er während seiner Reise begegnet, vergleicht der Witwer mit Flora, sucht deren Gemeinsamkeiten, nur um sich zu einem späteren Zeitpunkt einzugestehen, dass seine Frau keiner anderen Frau auf dieser Welt ähnlich war.

Dieses Suchverhalten ist als charakteristisch für die zweite Phase des Trauerprozesses nach Bowlby anzusehen. Es äußert sich, wie bereits in Kapitel 4.1.2. beschrieben, durch das Absuchen der Umgebung, Aufsuchen von Orten, an denen die verstorbene Person sich aufhalten könnte sowie das fortwährende Denken an die Person. Dies hat die Aufgabe, dem Drang nachzugehen, die verlorene Person wiederzufinden und alte Lebensverhältnisse wiederherzustellen. Mora stellt Darius' Suche als endlos dar, denn auch nach fast über zwei Jahren gibt er die Suche nach ihr nicht auf. Der Witwer kann sich nicht von seiner Frau lösen und den Verlust als solchen akzeptieren. Auch am letzten beschriebenen Ort seiner Reise hat er das Gefühl, als wäre sie noch am Leben. Ihm ist aber bewusst, dass sie bereits Asche in einem Karton ist, den er seit Monaten mit sich herumschleppt. Nach Bowlby befindet er sich in einem Zwiespalt, der für die zweite Phase des Trauerprozesses typisch ist (siehe Kapitel 4.1.2.). Der Protagonist weiß, dass seine Frau verstorben ist und alte Lebensverhältnisse nie wieder hergestellt werden können. Jedoch gibt er die Suche nach ihr nicht auf.

Als weiteres Merkmal, das auf das ausweglose Suchverhalten des Protagonisten hinweist, kann das Mumifizieren (siehe Kapitel 6.) der Hinterlassenschaften seiner Frau gesehen werden. In den Monaten, in denen er sich in die Wohnung zurückgezogen hat, wagt er es nicht, Floras Zimmer zu betreten. Er belässt alles beim Alten und gesteht sich zu einem späteren Zeitpunkt auf seiner Reise ein, dass er keine Veränderungen vornehmen wollte, weil er auf die Rückkehr seiner Frau hofft. Mora verstärkt mit dieser Verhaltensweise den Ausdruck des pathologischen Trauerprozesses. Sie lässt den Protagonisten in der Vergangenheit leben und schafft dadurch keinen Raum für die Neugestaltung seines Lebens.

7.3.4.4 *Trauerritual und Bestattung*

In der Fachliteratur werden Trauerriten und -sitten vor allem als unterstützende Maßnahme bei der Bewältigung von Todesfällen angesehen. Sie dienen dem Trauernden dazu, leichter Abschiednehmen zu können, weil sie zum einen den Verstorbenen ins Hier und Jetzt holen und ihm eine zentrale Rolle zusprechen. Zum anderen wird der Tod durch sie als endgültige Tatsache thematisiert, die nicht mehr rückgängig gemacht werden kann und deren Fol-

¹³³ Ebda. S. 237.

gen akzeptiert werden müssen. Nach Bowlby sollte der Zeitraum für die Abhaltung von Riten zeitlich begrenzt sein, damit der Trauernde nicht einem endlosen Trauerprozess ausgesetzt wird und sich wieder in sein Leben reintegriert.¹³⁴

Neben den bereits angeführten Ausprägungen, die darauf hinweisen, dass Darius sich in einem pathologisch verlaufenden Trauerprozess befindet, lässt ihn Mora sich weiter durch die Vermeidung von Riten seiner Trauer entziehen. Mit Floras Wunsch konfrontiert, ihre Asche nach ihrem Tod an einem geeigneten Ort zu verstreuen, findet sich der Witwer überfordert in seiner Einsamkeit wieder, denn er hat keine Ahnung, was er mit den Überresten anfangen soll. Er lässt daher die Urne vorerst im Bestattungsinstitut aufbewahren und lässt sie sich später schicken. Der eigentliche Anlass seiner Reise war, der Leere in seinem Leben zu entkommen. Mit der Zeit wurde ihm jedoch bewusst, dass er die Aufgabe hat, den letzten Wunsch seiner Frau zu erfüllen. Er weiß, dass er die Asche seiner Frau wegbringen muss, jedoch ist ihm in diesem Moment noch nicht klar, wie und wohin.

Darius wünscht sich für die Bestattung einen Ort, an dem ein Zurückkehren möglich ist. Innerlich sträubt er sich jedoch dagegen, da er es sich nicht vorstellen kann, seine Trauer jedes Jahr aufs Neue nur mehr zu zelebrieren und nicht mehr zu trauern. Er sucht daher nach etwas Spektakulärerem als einen Friedhof. Es fällt ihm allerdings nichts Annehmbareres ein. An dieser beschriebenen Situation und den herauszulesenden Zwiespalt, in dem sich Darius befindet, kann erkannt werden, wie sehr er in seinem Trauerprozess feststeckt. Der Witwer ist der Meinung, dass er nach der Bestattung lediglich nur mehr einen Ort der Trauer aufsuchen könnte, um dort zu gegebenen Anlässen zu trauern. Aus dieser Szene lässt sich herauslesen, dass Trauer für ihn einen endlosen Prozess darstellt und man auf Dauer um eine Person trauern muss, da sie sonst in Vergessenheit geraten könnte. Der Mann erkennt hierbei den eigentlichen Grund der Trauer nicht, da der Sinn von Bestattungsorten darin liegt, einen Ort zu haben, an dem man es sich erlaubt zu trauern, an den man zurückkehrt, um an den Verstorbenen zu denken, um sein Leben so wieder auf gegenwärtige Geschehnisse ausrichten zu können und die Trauer nicht als ständigen Begleiter bei sich trägt. Bis zu diesem Zeitpunkt sieht Darius die Urne mit der Asche nicht als das, was sie ist, sondern als einfachen braunen Karton, der ihn auf seiner Reise begleitet. Erst als er an der Grenze zu Georgien von Zollbeamten angehalten und dazu aufgefordert wird, den Karton mit der Urne zu öffnen, scheint ihn die Realität einzuholen. Dies ist der erste Moment, in dem Darius die Urne zu Gesicht bekommt und er hat Angst vor der

¹³⁴ Vgl. Bowlby: Verlust. S. 93.

Wahrheit, die sich im Inneren des Kartons finden lässt. Bis zu diesem Zeitpunkt war die Urne lediglich ein Karton, den er mit sich führt. Als er nun mit der Realität, den Überresten seiner Frau, konfrontiert wird, steigt Angst in ihm auf, denn er ist noch immer nicht im Stande, die Tatsache zu akzeptieren. Diese Unfähigkeit der Akzeptanz lässt Mora immer wieder in das Geschehen einfließen. Dies lässt sich auch daran erkennen, dass er während seiner Reise vielen Leuten begegnet, denen er sich gegenüber sehr verschlossen verhält und den wahren Grund seiner Irrfahrt nicht verrät. Doch in Wirklichkeit weiß er einfach nicht, was er mit der Asche seiner Frau und seinem Leben anfangen soll:

„[...] ich muss hier die Asche meiner Frau im Hotelzimmerschrank aufbewahren, ich fahre die arme Asche meiner Frau durch die Gegend, weil ich nicht weiß, was ich sonst ...“¹³⁵

Dieser innere Monolog ist einer der ersten Hinweise darauf, dass der Protagonist nicht weiß, was er mit der Asche und vor allem mit seinem Leben anfangen soll. Der Gedanke wird mitten im Satz abgebrochen, nicht zu Ende gedacht, was auf sein Unvermögen und seine ausweglose Situation hindeutet.

Im letzten Abschnitt des Buches weist die Autorin darauf hin, dass Darius von der Realität eingeholt wird. Er beginnt zu weinen, da ihm in diesem Moment klar wird, dass seine Frau lieber gestorben ist, als mit ihm zu leben. Seine Illusion grenzenloser Liebe erweist sich als Trug und er erkennt, dass er am Ende zu ihrem Leid beigetragen hat, indem er sie psychisch als auch körperlich misshandelt hat. In Gedanken gibt er ihr daher das Versprechen, dass er die Urne auf den Ätna bringen und in den Krater werfen wird, damit kein Mensch je wieder Hand an sie legen kann.

Auch wenn es den Anschein erweckt, als würde die Autorin ihren Protagonisten am Ende seine ausweglose Lage erkennen lassen, muss festgestellt werden, dass sie ihn auf seinem gesamten Weg lediglich reisen lässt, ohne eine Veränderung oder Weiterentwicklung seines Zustandes sichtbar machen zu lassen. Er wirkt wie erstarrt und steckt in seinem Leben und seiner Trauer fest.

¹³⁵ Mora: Das Ungeheuer. S. 432.

7.3.5 Zusammenfassung

Die Autorin Terézia Mora schafft mit ihrem freien Umgang von Erzählperspektiven einen Roman, welcher zwei Geschichten, optisch voneinander getrennt, erzählt, die im Großen und Ganzen doch als zusammengehörig empfunden werden. Eine Frau, deren Tiefen des leidvollen Lebens so unergründlich sind, und ein Mann, der sich nach ihrem Suizid mit seiner unermesslichen Trauer konfrontiert sieht und erkennen muss, dass sein bisheriges Leben nicht das war, wofür er es immer gehalten hat. Der Tod und dessen Folgen nehmen im Werk eine zentrale Rolle ein und scheinen den Protagonisten allgegenwärtig auf seiner Reise zu verfolgen. Auch wenn sich einzelne Züge der Trauerstadien nach Bowlby in seinem Trauerprozess erkennen lassen, können diese nicht aufschlussreich zugeordnet und der Verlauf der Trauer nicht ausgemacht werden. Mora beschreibt in ihrem Roman viel mehr einen pathologischen Trauerprozess, der den Protagonisten in all seinen Lebenslagen fordert und seine Existenz gänzlich einzunehmen droht.

Mit der Spaltung der Geschichte in zwei einzelne, voneinander unabhängige Texte, verdeutlicht die Autorin die Grenze zwischen dem Leben und dem Tod. Die beiden Instanzen sind voneinander getrennt zu betrachten und lassen sich nicht miteinander vereinen. Die Autorin zeigt an mehreren Stellen klar auf, dass Trauernde nicht mit den Toten leben können und visualisiert dies in ihrem Buch nochmals deutlich durch die horizontal verlaufenden Linie. Weiteres nimmt die Frage, ob eine Person aufhören kann zu existieren, ohne tot zu sein, über das gesamte Werk hinweg eine zentrale Stellung ein und markiert dadurch die ausweglose Situation des Protagonisten aber auch der Frau vor ihrem Suizid.

Die Reise des Ich-Erzählers stellt ein weiteres wesentliches Motiv der Handlung dar. Zu Beginn wird die Reise mit der Suche nach einem geeigneten Ort für die Asche seiner Frau begründet. Mit Verlauf der Geschichte nimmt sie allerdings immer mehr Züge einer Reise in die Vergangenheit und einen damit verbundenen Selbstfindungsprozess an und sie lässt den Protagonisten sein Leben und vor allem das seiner Frau immer mehr in Frage stellen, bis er letztendlich erkennen muss, dass seine Vergangenheit nicht die war, wofür er sie immer gehalten hat und seine Frau ein Parallelleben führte, von welchem er nichts ahnte bzw. welches er über all die Jahre zu verdrängen versuchte. Die Person, die er einst als sein zuhause bezeichnete, wurde ihm plötzlich so fremd, dass er sein eigenes Leben aus den Augen verloren hat. Die Reise stellt demnach eine endlose Suche nach seiner Frau und der Vergangenheit, sich selbst und einer neuen Zukunft dar.

7.4 Anna Mitgutsch: Wenn du wiederkommst

7.4.1 Inhalt und Form

7.4.1.1 Inhalt

In ihrem Roman *Wenn du wieder kommst*, welcher 2010 zum ersten Mal erschienen ist, scheint die österreichische Autorin Anna Mitgutsch die Liebesbeziehung zweier Menschen nach 35 Jahren des Wartens wieder neu aufflammen zu lassen. Dem seit über 15 Jahren geschiedenen Paar, das ihre Liebe zueinander nie verloren hat, wird dieser Neuanfang jedoch verwehrt. Ein ganzes Leben haben Jerome, ein Anwalt aus Boston mit jüdischen Wurzeln, und die Ich-Erzählerin, eine österreichische Schriftstellerin, gebraucht, um zueinander zu finden. Doch dann stirbt ihr Ex-Mann plötzlich und lässt sie mit der Ungewissheit über seine Liebe zu ihr zurück. Verzweifelt versucht die Protagonistin gegen die Wirklichkeit des Todes anzukämpfen, in der Hoffnung ein letztes Zeichen seiner Liebe zu erhalten. Während sie im Verlauf des Trauerprozesses ihre Vergangenheit Revue passieren lässt, muss sie feststellen, dass diese nicht nur von Liebe sondern vor allem durch Enttäuschung, Rückschläge und Sehnsucht geprägt war. So lernt sie im Verlauf des jüdischen Trauerjahres mit ihrem Verlust umzugehen und diesen zu akzeptieren.

7.4.1.2 Form

Der Roman zeichnet sich vor allem durch die melancholisch und nachdenklich gestalteten Schilderungen der Protagonistin über ihre Erlebnisse während des jüdischen Trauerjahres aus. Die Autorin wählt hierfür die Form der Ich-Erzählung und präsentiert die Geschichte aus der Sicht der namenlosen Protagonistin. Nur an einzelnen Stellen wird der jüdische Name der Hauptfigur Michal genannt, welchen sie bei der Konversion zum jüdischen Glauben erhalten hat. Die gewählte Erzählform weist in einzelnen Abschnitten des Romans biografische Züge auf, wodurch der Eindruck erweckt wird, dass die Autorin ihre eigenen Erlebnisse und Erfahrungen schildert. Dieser Eindruck wird durch die namenlose Ich-Erzählerin nochmals verstärkt. Mitgutsch lässt jedoch nicht durchblicken, inwieweit sich der Roman wirklich auf ihre eigenen Erfahrungen bezieht.

Die Autorin spielt in ihrem Werk mit der Zeit und wechselt immer wieder zwischen dem gegenwärtigen Erleben der Protagonistin und deren Erinnerungen an ihre Vergangenheit und dem gemeinsamen Leben mit dem Verstorbenen, welches sie retrospektiv in die Erzählung miteinfließen lässt. Durch diese Zeitsprünge lässt die Autorin die Ich-Erzählerin

ihre Gefühle über das Geschehen einbringen und schafft zugleich durch die Schilderung vergangener Ereignisse Distanz. Neben der retrospektiven Erzählform lassen sich auch Vorgriffe in der zeitlichen Erzählung finden, die jedoch nur in Gedanken der Protagonistin stattfinden:

„ Wenn die Gäste bis auf den letzten gegangen sind, denke ich, werde ich ihm alles erzählen, was er versäumt hat, und kein Detail auslassen, schließlich geht es um ihn. Wir werden jeden Besucher einzeln kommentieren, und am Ende werden wir verstehen, warum ihr Selbstbild durch seinen Tod so heftig erschüttert wird.“¹³⁶

Der Aufbau des Romans gestaltet sich parallel zum jüdischen Trauerjahr. Dies fängt mit Schiwa, der Trauerwoche an, welche die ersten sieben Tage nach dem Tod umfasst. Daran schließt der 30-tägige Trauermonat Scheloschim und endet mit dem Ablauf des Trauerjahres. Entsprechend dieser Ordnung gliedert die Autorin ihre Kapitel und benennt diese nach den einzelnen Zeitfolgen des Trauerjahres. Auffallend hierbei ist vor allem, dass sich der Umfang der Kapitel nicht nach dieser Zeitspanne richtet und so das letzte Kapitel, welches ein ganzes Jahr umfasst, eines der kürzesten ist. Das Buch beginnt also mit dem letzten Besuch kurz vor dem Tod und endet mit Ablauf des Trauerjahres.

Die Thematik selbst kann als umfassende Trauerklage gesehen werden, wodurch vor allem die Verdrängung der Trauer während des Trauerjahres thematisiert wird. Mit dem Tod des Mannes stirbt auch ein Teil der Protagonistin. Das Leben fordert sie auf, sich neu zu orientieren, die Vergangenheit und die damit verbundenen Erinnerungen loszulassen und endlich einen Schritt in die bevorstehende Zukunft zu gehen. Während der gesamten Geschichte rückt die Autorin durch Gedankengänge und Ereignisse den Tod immer wieder ins Zentrum des Geschehens. Die Ich-Erzählerin lässt sie dabei mit vielen Fragen an das Leben und den Tod auftreten. Vor allem Gedankengänge der Protagonistin über den Zeitpunkt des Eintritts des Todes sowie letzte Gedanken und Gefühle sprechen dem Tod über die gesamte Erzählspanne hinweg einen hohen Stellenwert zu. Es lassen sich im Roman jedoch keinerlei Antworten auf die aufgeworfenen Fragen finden. Die Autorin lässt die Protagonistin während des Romans alle Phasen der Trauer durchleben und beschreibt, wie diese mithilfe jüdischer Trauerrituale umgangen und überwunden werden können. Immer wieder lassen sich Zwiegespräche der Protagonistin mit dem Tod, der ihr als ihr verstorbener Mann begegnet, finden. In diesen Gesprächen konstruiert sie sich aus Erinnerungen das

¹³⁶ Mitgutsch: Wenn du wiederkommst. S. 57.

Bild einer perfekten Beziehung, welche durch große Verbundenheit und Verständnis geprägt war. Dieses Konstrukt wird im Verlauf der Geschichte jedoch immer instabiler, indem sie durch Erzählungen und seine Hinterlassenschaften erkennen muss, dass ihre gemeinsame Zeit alles andere als harmonisch und von Liebe erfüllt war. Ihr Leben bekommt auf diese Weise mit jeder neuen Erinnerung Risse und zerstört ihr Bild von der perfekten Liebesbeziehung. Das Trauerjahr dient der Ich-Erzählerin demnach auch zur Selbstfindung. Mitgutsch lässt ihre Figur während des Romans einen Reifungsprozess durchleben, indem sie sie durch das Geschehene und ihre Trauer zwingt, ihre phantasievoll verschönerten aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten. Dadurch muss sie erkennen, dass ihr Leben nicht das war, wofür sie es immer gehalten hat.

Im engeren Sinn betrachtet, kann gesagt werden, dass die Autorin in ihrem Werk zwei Geschichten einer Frau erzählt. Zwei Leben aus zwei verschiedenen Zeiten. Zum einen das gemeinsame Leben mit Jerome, das sie immer wieder durch Erinnerungen in das Geschehen miteinbringt, und zum anderen ihr Leben nach seinem Tod und der begonnene Kampf mit ihrer Trauer. Markant hierbei ist vor allem, dass sie ihre Protagonistin den Verlust in zweifacher Ausführung erleben lässt. Zum einen der physische Verlust des Ex-Mannes und zum anderen der Verlust ihrer verschönerten Variante ihres bisherigen Lebens und der Beziehung zu ihm.

Die einzelnen Reden und Gedankengänge der Hauptfigur charakterisieren sich durch ihre ambivalente Perspektive, die den Anschein erweckt, nicht fähig zu sein, sich von ihrer Vergangenheit loszulösen zu können und diese immer wieder Revue passieren lässt. Zum einen erfolgt dies dadurch, dass die Protagonistin den Verstorbenen auch nach seinem Tod noch direkt anspricht: „Von Peter muß ich dir erzählen, sage ich zu Jeromes Foto, wie er von dir gesprochen hat, mit so viel Liebe, das wird dich freuen [...]“. ¹³⁷ Zum anderen werden Gefühlslagen beschrieben, indem die Autorin Wünsche und Sehnsüchte der Protagonistin schildert: „Wie sehr ich sie um diese letzte Stunde und diesen letzten Kuß beneide. Wie verzweifelt ich wünsche, ich wäre an seinem Totenbett gestanden.“ ¹³⁸ Die Autorin unterstreicht hiermit nochmals die aussichtslose Situation der Ich-Erzählerin, die versucht ist, durch das Nicht-Loslassen den Toten zurück ins Leben zu holen. Er bleibt ihr dadurch in der Gegenwart erhalten und sie vermeidet es, ihn in der dritten Person anzusprechen, um ihn so vor dem Tod zu bewahren. Aus dem „Du“ wird kein „Er“. Weiters gibt es vor allem am Beginn des Romans Momente, in denen die Autorin versucht, durch den Einsatz des

¹³⁷ Mitgutsch: Wenn du wiederkommst. S. 61.

¹³⁸ Ebda. S. 53.

Indefinitpronomens „man“ Distanz zwischen das Geschehene und die Protagonistin zu bringen:

„Zuerst kommt das sich Aufbäumen, denn man stößt mit dem Tod zusammen [...]. Es beginnt mit der Todesnachricht [...], und man glaubt sie nicht, weil das Unvorstellbare noch keinen Platz im Leben hat. Man verrichtet etwas, das man normalerweise am Ende des Tages bereits vergessen hätte. Nun aber wird man sich das ganze Leben lang daran erinnern [...].“¹³⁹

Auffallend sind auch Einschübe englischsprachiger Sätze und Satzteile, wodurch das Leben sowie die Lebenseinstellung der Figuren deutlicher dargestellt und nochmals betont wird, dass sich die aus Österreich stammende Protagonistin in einem ihr so fremd gewordenen Land befindet. Die Reise zum Begräbnis und zu ihrem gemeinsamen Haus stellt für sie demnach auch eine Reise in die Vergangenheit dar.

Das Ende des jüdischen Trauerjahres bildet gleichzeitig auch das Ende des Romans. Anschließend führt die Autorin in einem Glossar einzelne Begriffe jüdischer Rituale und Bräuche an, welche sie in ihr Werk miteinfließen lässt, um dem Leser ein besseres Verständnis dieser vermitteln zu können.

7.4.2 Beziehungsstruktur

Sie lernen einander im Flugzeug nach Israel kennen, es ist jedoch erst Liebe auf den zweiten Blick, denn noch bevor sie einander lieben, sind sie wie Geschwister. Jerome, ein fürsorglicher und selbstloser Mann mit jüdischen Wurzeln, der gerne im Mittelpunkt steht und dem es in seinem Job als Anwalt vor allem um Gerechtigkeit geht, und die namenlose Ich-Erzählerin aus Österreich, die freiheitsliebende Schriftstellerin, die für ihn zum Judentum konvertiert, von seiner Familie aber nie akzeptiert wird. Ihre Ehe ist alles andere als harmonisch. Sie stehen sich gegenseitig nur im Weg, denn ihre Ziele schließen einander aus. Sie sind beide unfähig in der Gegenwart zu leben und den Moment zu genießen. 15 Jahre vor seinem Tod kommt es zur Trennung, weil sich beide nach Freiheit sehnen. Sie will arbeiten und reisen, er für die Welt und vor allem für andere Frauen offen sein. Trotz der Trennung besteht zwischen ihnen ein unsichtbares Band, das sie während dieser Zeit zusammenhält. Die Vertrautheit treibt sie immer wieder zueinander zurück. Sie sind wie beste Freunde, erzählen sich alles voneinander und besuchen sich regelmäßig. Jerome ist fas-

¹³⁹ Ebda. S. 11.

ziniert von anderen Frauen und lässt dabei keine Gelegenheit aus, sie scheint es bis zu seinem Tod kalt zu lassen und ignoriert seine Affären über die Jahre hinweg. Erst nach seinem Tod wird ihr bewusst, wie sehr er sie damit verletzt hat. Ihre Beziehung ist ein Wechselspiel von Nähe und Distanz. Das Buch setzt mit ihrem letzten gemeinsamen Tag ein. Bei diesem letzten Treffen haben sie vor, ihr gemeinsames Leben wiederaufzunehmen: „[...]wir brauchten so lange, um einander zu verstehen, wir waren zum Schluß erst am Anfang, und auch die Liebe hatte gerade eine neue Gestalt angenommen.“¹⁴⁰ Es soll alles so werden, wie es von Anfang an vorgesehen war, denn jetzt haben sie alle Zeit der Welt. Sie haben ein ganzes Leben dafür gebraucht, ein Paar zu werden, das sich mit Maß und gegenseitigem Respekt liebt. Die Augenblicke vergehen, ohne dass sie merken, wie glücklich sie sind. Er weiß die ganze Zeit, dass sie immer wieder zu ihm zurückkehren wird und auch sie weiß, dass ihre endgültige Rückkehr nur eine Frage der Zeit ist. Sie ist immer davon ausgegangen, dass sie die letzten Jahre ihres Lebens gemeinsam verbringen werden. Sogar noch kurz nach seinem Tod glaubt sie daran und verdrängt damit die Realität des Todes.

7.4.3 Analyse des Trauerprozesses

Die Autorin lässt in ihrem Roman die einzelnen Phasen des Trauerprozesses deutlich identifizieren, denn die Ich-Erzählerin durchleidet während ihrer Trauer ein Stadium nach dem anderen, wobei sie auf einzelne Trauerrituale des Judentums zurückgreift.

7.4.3.1 Erste Trauerphase

Mit der Überbringung der Nachricht über den Tod des Ex-Mannes wird der Beginn der ersten Phase des Trauerprozesses nach Bowlby gekennzeichnet. Die Autorin beschreibt den Beginn des Trauerprozesses und dessen erste Phase als „erste Stufe auf dem langen Weg in die Nachbarschaft des Todes“¹⁴¹ und deutet bereits am Beginn ihres Werkes an, dass die Protagonistin einen erschöpfenden Trauerprozess vor sich hat. Die Mitteilung wird von der gemeinsamen Tochter per Telefon überbracht. Die Protagonistin beschreibt diesen Moment als ein sich Aufbäumen, ein unerwarteter Zusammenstoß mit dem Tod. Alles beginnt im Roman mit der Todesnachricht, die ihr zu Beginn unglaublich erscheint, denn das Unvorstellbare hat noch keinen Platz in ihrem Leben gefunden. Wie für jeden beginnenden

¹⁴⁰ Mitgutsch: Wenn du wiederkommst. S. 35.

¹⁴¹ Ebda. S. 14.

Trauerprozess üblich, verfällt die Protagonistin in Unglauben über das Geschehene, versucht sich mit aller Kraft dagegen zu wehren und verspürt gleichzeitig das Gefühl, in bodenlose Tiefe zu stürzen. Zudem erwartet sie sich von der Nachrichtenüberbringerin, dass diese die Situation auflöst und alles für einen schlechten Scherz erklärt. Am folgenden Textausschnitt kann die Fassungslosigkeit und das Nicht-Wahrhabenwollen des Verlustes der Protagonistin ausgemacht werden:

„Der Tod gehört zum Leben, sagen die Leute, die keine Ahnung haben, weil es tröstlich klingt, aber es stimmt nicht. Er ist das Udenkbarste, die uneinholbare, fremdste Fremdheit, und deshalb sage ich im ersten Augenblick, in den ersten Stunden: Nein. Das kann nicht sein. Das glaube ich nicht.“¹⁴²

Während sie noch versucht, sich gegen die Realität zu wehren und im Zustand der Betäubung verharret, werden ihr bereits die Einzelheiten über die Beerdigung mitgeteilt. Mit der Überbringung der ersten Informationen über die Bestattung des Verstorbenen steigt in der Protagonistin die erste Vorahnung über den Beginn eines langen Weges auf, den sie vor sich zu haben scheint. Ihren Zustand beschreibt die Figur als Unglaublich, wie mechanisch gesteuert beginnt sie sich für die Reise vorzubereiten. Mitgutsch lässt in dieser Szene der Nachrichtenüberbringung die Merkmale der ersten Trauerphase deutlich erkennen. Die Ich-Erzählerin ist wie betäubt und unfähig, die Nachricht aufzunehmen und zu akzeptieren (siehe Kapitel 4.1.1.).

Auch vor Beginn des Begräbnisses, zwei Tage nach dem Todesfall, lässt die Autorin die Protagonistin erneut ihren Unglauben über das Geschehene ausdrücken und beschreibt zugleich ihren Schmerz als unerträglich, jedoch will die Gegenwart in diesem Moment noch nicht Wirklichkeit werden. Am Grab findet sich die Ich-Erzählerin in ihren Gedanken wieder. Ihre Gefühlslage beschreibt sie in diesem Moment als kalt und tränenlos, als wäre sie eine Schauspielerin, die ihre Trauer nur spielen, aber nicht empfinden würde.

„Alles kommt mir unwirklich vor wie ein Drama, das sich auf einer Bühne abspielt. Habe ich Jerome denn nicht geliebt? Bin ich ein gefühlskalter Mensch? Was ist mit mir los, daß ich so taub und fühllos dastehe, während der Mensch begraben wird, der mein ganzes Leben begleitet hat, und ich denke nur, später werde ich es vielleicht einmal begreifen, für jetzt laß es einfach nur vorbei sein. Aber es nimmt kein Ende, als ob das Grab ohne Boden wäre und sich nie füllen ließe.“¹⁴³

¹⁴² Mitgutsch: Wenn du wiederkommst. S. 12.

¹⁴³ Ebda. S. 40.

Erst als die Tafel mit seinem Namen und Geburts- sowie Sterbedatum in die Erde geschlagen wird, beginnt sie sich das Geschehene langsam vor Augen zu führen, als würde ihr erst in diesem Moment die Nachricht über den Tod überbracht werden. Erst als sie am Grab steht und seinen Namen auf der Tafel deutlich lesen kann, beginnt die Realität sie einzuholen und lässt die Protagonistin aus ihrer Betäubung erwachen. Dieser Prozess kann als Übergang in die zweite Phase des Trauerprozesses gesehen werden.

7.4.3.2 *Zweite Trauerphase*

Die zweite Phase des Trauerprozesses beginnt im Roman deckungsgleich mit dem Kapitel der jüdischen Trauerwoche *Schiwa*. Während dieser Zeit stehen die Trauernden im Mittelpunkt, der Ich-Erzählerin wird dabei jedoch kaum Aufmerksamkeit geschenkt, da sie aufgrund der Scheidung nicht als seine Witwe angesehen wird. Demzufolge wird sie um ihr Recht zu trauern gebracht, was die Trauer der Protagonistin verstärkt. Sie wird gesellschaftlich dazu gezwungen, ihre Trauer zu verbergen, und flüchtet sich daher immer wieder in die Isolation. So steht sie am Rande der Trauergesellschaft, spricht mit dem Bild des Toten und entfernt sich dadurch immer mehr von den Lebenden. Durch die Abweisung der Trauergesellschaft wird sie in die Position des Eindringlings gedrängt. Sie sitzt wie ein Gespenst unter ihnen, außerhalb der Gesellschaft der Lebenden. Im Zeitraum der Trauerwoche ist sie aus der Fassung, von Verlassenheit und Sehnsucht zerrüttet und wie betäubt. Ihre Trauer beschreibt die Autorin als zügellos und nur durch Disziplin in Schach zu halten. Die Protagonistin blickt in einen Krater, der alles zu verschlingen droht, eine Welt, die vor ihren Augen zerfällt.¹⁴⁴ An dieser Beschreibung kann festgestellt werden, wie sehr sich die Ich-Erzählerin in ihrem Trauerprozess befindet, Mitgutsch lässt sie ihre Situation als ausweglos erscheinen.

Merkmale der zweiten Trauerphase lassen sich über das gesamte jüdische Trauerjahr hinweg finden. So lässt die Autorin viele Ereignisse der Vergangenheit in den Gesprächen der Ich-Erzählerin mit ihrer Tochter *Revue* passieren und bringt dadurch Fragen über das Leben, den Tod und allen Vorkommnissen ein. Sie können beide nicht aufhören, sich die letzten Minuten seines Lebens vorzustellen. Fragen über das Leben, den Tod, das Leben danach, den Moment des Todes und Erinnerungen, die in den Tod mitgenommen werden, nehmen im Roman eine bedeutende Stellung ein und werden im Verlauf der Geschichte immer wieder aufgegriffen. Jedoch verwehrt Mitgutsch ihren Lesern die Antwort darauf.

¹⁴⁴ vgl. Mitgutsch: Wenn du wiederkommst. S. 84.

Als die Trauerwoche vorbei und ihre Tochter abgereist ist, findet sie sich alleine im Haus wieder.

„Wie soll man das Schweigen überleben? Die Stille ist wie ein Gift, das mich betäubt und lähmt, [...] und im Zentrum des Stillstandes liegt der Tod [...].“¹⁴⁵

Die Protagonistin empfindet ihren Zustand als Stillstand und die vorherrschende Stille ihrer Einsamkeit bedroht sie. Diesen Zustand verdeutlicht die Autorin mit einer weiteren Textstelle, die auf die Verzweiflung und innere Leere der Ich-Erzählerin hinweist und deutlich macht, wie schwer es ihr fällt, die Vergangenheit loszulassen, weil sie sich eine Zukunft ohne den Verstorbenen nicht vorstellen kann.

„Unmittelbar nach dem Begräbnis war ein Leben zu bewältigen gewesen, das von allem Gewohnten abwich, und im Laufe der Monate war der Ausnahmezustand Alltag geworden, und ich habe mich in der Vorläufigkeit eingerichtet. Nun weisen die Tage nicht mehr über sich hinaus, sie sind so leer [...]. Es erstaunt mich, woran man sich gewöhnen kann, sogar an eine Gegenwart ohne Zukunft.“¹⁴⁶

Ein weiteres markantes Merkmal, das die Autorin für die Beschreibung der zweiten Trauerphase in den Roman miteinbezieht, ist, dass sie die Ich-Erzählerin in den Nächten mit Träumen des Verstorbenen plagt, in denen sie vergeblich auf ihn wartet. Sie hofft auf eine Nachricht von ihm, als wäre man den Toten in den Träumen näher. Ihr verstorbener Ex-Mann wandert durch ihren Schlaf ohne Spuren zu hinterlassen. Daher wandert sie meist schlaflos durch das Haus. Es besteht für die Protagonistin das Paradoxon, dass der Verstorbene in allen hinterlassenen Gegenständen anwesend und trotzdem nicht mehr da ist. Ihre Schlaflosigkeit bringt sie daher dazu, seine gesamten Sachen Nacht für Nacht wegzuräumen, denn die meisten Gegenstände haben ohne ihn ihren Sinn verloren. Mit der Entrümpelung des Hauses bringt Mitgutsch ein Reinigungsritual in die Geschichte mit ein, welches den Trauerprozess unterstützen soll. Die Spuren des gemeinsamen Lebens sollen ausgemistet werden. Jedoch kann sie sich gegen jede Vernunft von bestimmten Gegenständen nicht trennen, da sie an dem Glauben festhält, dass er sie wieder brauchen wird, wenn er zurückkommt. Die Autorin lässt ihre Ich-Erzählerin immer wieder feststellen, dass

¹⁴⁵ Mitgutsch: Wenn du wiederkommst. S. 155.

¹⁴⁶ Ebda. S. 246-247.

das Ausräumen des Hauses lediglich den Zweck erfüllt, das Haus für ihn wieder herzurichten. Insgeheim wartet sie auf seine Rückkehr, geht von Zeit zu Zeit in die Küche um nachzusehen, ob er nachhause kommt und das Ergebnis ihrer Arbeit bewundert.

„Ich warte, um ihm das Leben, dem ich mich all die Jahre widersetze, zum Geschenk zu machen. An manchen Tagen ist er lebendiger als zu Lebzeiten, ich lasse mich von Hoffnungen leiten, daß sich alles nachholen ließe, und wie ein Kind im Fiebertraum flehe ich: Nur noch ein einziges Mal, bevor das Licht ausgeht, noch ein allerletztes Mal, bitte!“¹⁴⁷

Mit der Entrümpelung des Hauses und dem Wunsch der Protagonistin, der Verstorbene möge ein allerletztes Mal nachhause kommen, lässt die Autorin den Zwiespalt, in welchem sich die Trauernde zu dieser Zeit befindet, deutlich erkennen. Auf der einen Seite will sie ihre Vergangenheit beseitigen, schmeißt alle überflüssigen Dinge weg und sieht dies als Teil ihrer Trauerarbeit an, auf der anderen Seite kann sie sich von bestimmten Gegenständen nicht trennen, da sie noch immer in der Hoffnung lebt, der Verstorbene würde zurückkehren und sein altes Leben wiederaufnehmen. Dieser Zwiespalt wird von Bowlby als wesentliches Merkmal des zweiten Stadiums des Trauerprozesses angesehen. Die Person ist dabei, sich ihren Verlust ins Bewusstsein zu rufen, kann jedoch gegen alle Vernunft nicht ganz loslassen (siehe Kapitel 4.1.2.). Drei Monate nach seinem Tod hat sie noch immer das Gefühl seiner Gegenwart und kann die Hoffnung nicht aufgeben, dass es nur ein Traum ist, aus dem sie bald erwachen und in ihr altes Leben zurückkehren wird. Das Ende dieses Traumzustandes erhofft sie sich erst mit Verkauf des Hauses und mit Ende des Trauerjahres.

Sehr markant bringt die Autorin außerdem die endlose Suche und die Sehnsucht nach dem Verstorbenen in ihren Roman mit ein. Die Protagonistin scheint ständig auf der Suche zu sein und hofft die ganze Geschichte über, dass sie ein Zeichen seiner Liebe erhalten oder er zu ihr zurückkehren wird. Alles, was geschieht, steht in Verbindung mit ihm. Außerhalb des Todes scheint es für die Protagonistin kein Leben mehr zu geben, denn alles Schlechte geschieht, weil er sie verlassen hat und alles Gute, weil er sie beschützt. Alle Erinnerungen an ihn scheinen so gegenwärtig zu sein, dass sie nicht Vergangenheit werden können. Die Autorin lässt ihre Figur in der Phase des Suchens verharren. Die Zeit, in der sie schon länger feststeckt, ist eine andere als die Gegenwart. Mitgutsch lässt während einzelner Gedankengänge die Protagonistin erkennen, dass Trauer keine Beschreibung für ihren Zustand

¹⁴⁷ Mitgutsch: Wenn du wiederkommst. S. 225.

ist, sondern es sich um Sehnsucht handelt. Im Inneren beginnt sie daher immer wieder mit ihm zu sprechen, da sie der Meinung ist, einzelne Kapitel ihrer gemeinsamen Zeit seien noch nicht abgeschlossen. Ihre Geschichte ist noch nicht zu Ende, sondern hat gerade erst begonnen. Sie findet in ihren Phantasiegesprächen allerdings keine Antworten. In Zusammenhang mit den einzelnen Gesprächen, die sie mit dem Verstorbenen zu führen scheint, erwähnt die Autorin immer wieder, dass die Protagonistin dabei seine Fotos betrachtet, in der Hoffnung, eine Antwort zu bekommen, jedoch findet sie sich lediglich in einer von der Zukunft abgetrennten Zeit wieder. Neben diesen Gesprächen lässt Mitgutsch ihre namenlose Ich-Erzählerin auch aktiv nach dem Verstorbenen suchen.

„Überall sehe ich ihn jetzt. Ich sehe, wie er in einem Geschäft verschwindet, mit den für ihn typischen kurzen, energischen Schritten, ich sehe ihn die Stufen von der Wäscherei herunterkommen mit einem frisch gebügelten Hemd [...]. Es nützt nichts zu wissen, daß er es nicht sein kann, daß er nirgendwo sein kann, mein Magen verkrampft sich, mein Herz beginnt ohne mein Zutun zu hämmern, und für einen Bruchteil einer Sekunde flammt eine wilde Hoffnung auf, gegen die Erwartung des Unmöglichen kommt die Vernunft nicht an. [...] Es kommt mir vor, als sei er verreist und ich räume das Haus für seine Rückkehr auf, [...].“¹⁴⁸

In dieser beschriebenen Szene versucht die Autorin die Situation und Gefühlslage zu verdeutlichen. Der Protagonistin ist bewusst, dass sie ihn nicht mehr finden kann und wird, jedoch gibt sie ihre Suche und Hoffnung nicht auf. Ein weiteres Merkmal für dieses Nicht-Loslassenkönnen des Verstorbenen äußert sich in Gesprächen mit ihrer Tochter da diese auch nach dem Tod in der Gegenwartsform von ihm spricht, sowie die Protagonistin zu Beginn nicht fähig ist, in der dritten Person von ihm zu sprechen, als könnte sie ihn so vor dem Tod bewahren. Ihn selbst empfindet sie als ein Gegenüber, mit dem sie spricht. Die Autorin lässt ihre Figur immer wieder Gespräche mit dem Tod führen, der sich ständig in ihrer Gegenwart aufhält und ihr in Form des Verstorbenen begegnet. Sie hört sich außerdem immer wieder die Tonbandaufnahme des Anrufbeantworters an, nur um seine Stimme zu hören.

Das Ende der zweiten Trauerphase stellt der Entschluss dar, den letzten von ihm gegangenen Weg nachzugehen. Der Weg endet bei ihrer gemeinsamen Bank im Park. Das Leben erscheint ihr in diesem Moment wie ein „unergründliches, mit der Fremdheit des Todes

¹⁴⁸ Mitgutsch: Wenn du wiederkommst. S. 187.

versiegeltes Geheimnis.“¹⁴⁹ Vergeblich wartet sie auf der Bank auf ihn. Ihr Leben kommt ihr vor, als wäre sie die Hauptperson in einem Ein-Personenstück mit dem Titel *Die Anatomie der Trauer*, was als Hinweis auf ihre ausweglose Situation gesehen werden kann, denn die Trauer scheint ihr gesamtes Leben eingenommen zu haben. An dieser Stelle kommt es zu einem Bruch in der Geschichte. Erweckt die Ich-Erzählerin im ersten Moment den Eindruck, als wäre ihre Suche nach dem Verstorbenen und die Trauer endlos, scheint sie im nächsten Moment einen großen Fortschritt zu machen, indem beschrieben wird, dass sie mit dem Verlassen des Parks auch ihre Trauer zurücklässt. Aus dieser Szene geht nicht klar hervor, wie es zu dieser plötzlichen Wende kommt, die Autorin scheint einen großen Sprung im Trauerprozess der Figur vorzunehmen, der nicht ganz nachvollziehbar ist. Denn von einem Moment auf den anderen scheint die Protagonistin den Toten im Park zurückzulassen und geht ihres Weges. Denn als sie den Park wieder verlässt, kommt es ihr vor, als würde sie ihn bei den Toten zurücklassen und in Gedanken bildet sie sich ein, ein letztes „bye, darling“ von ihm zu hören. Ihre Suche nach ihm scheint ein Ende zu nehmen. Die Autorin wagt hiermit den Versuch, die Protagonistin von ihrer Vergangenheit zu lösen und lässt diese im Park zurück. Im weiteren Verlauf des Romans erweckt sie jedoch weiterhin den Anschein, den Trauerprozess noch lange nicht abgeschlossen zu haben. Denn erst mit erhofftem Verkauf des Hauses soll ein weiterer Fortschritt im Trauerprozess stattfinden. Die Autorin versucht dadurch den Übergang in die dritte als auch vierte Phase, die in ihrem Werk ineinandergreifen, zu markieren.

7.4.3.3 *Dritte und vierte Trauerphase*

Mit Verkauf des gemeinsamen Hauses gelangt die Protagonistin in die letzten beiden Stadien ihres Trauerprozesses, denn der Abschied vom Haus bedeutet für sie der endgültige Abschied von ihrem bisherigen Leben. Jedoch wird sie zu diesem Zeitpunkt immer noch von der Angst geplagt, dass sie der Verstorbene an einem anderen Ort nicht finden könnte, denn sie hat die Hoffnung auf seine Rückkehr noch nicht ganz aufgegeben. In den ersten Wochen nach Verkauf des Hauses, ruft sie daher immer wieder dort an, in der Hoffnung, der Verstorbene würde ans Telefon gehen. Erst mit Einzug eines neuen Besitzers wird ihr der Tod ihres Ex-Mannes nachhaltig bewusst. An diesem Punkt nimmt die Autorin eine Wende vor, denn als sie die Ich-Erzählerin dazu bringt, die Realität zu akzeptieren, ändert sie gleichzeitig den Blickwinkel auf deren Vergangenheit, welche ihr bis dahin wie die perfekte Liebesbeziehung vorkam, und läutet damit die Zeit der Abrechnung ein. Denn

¹⁴⁹ Ebda. S. 203.

durch ihre Erinnerungen kommen alle Kränkungen der letzten Jahre hoch, Gründe, die ihr aufzeigen, dass ein gemeinsames Leben nie möglich gewesen wäre, wodurch die Protagonistin in Wut verfällt. Diese aufkommende Wut stellt im Grunde ein Merkmal der zweiten Phase des Trauerprozesses dar, jedoch tritt diese bei der Ich-Erzählerin erst in dem Moment auf, in dem sie bereit ist, sich neu zu orientieren und den Verlust zu akzeptieren. Durch die Entwicklung neuer Denkmuster beginnt sie ihre Vergangenheit aus einer anderen Perspektive zu betrachten und muss enttäuschend feststellen, dass diese nicht so war, wie sie sie immer gesehen hat. Abschließend lässt Mitgutsch ihre Figur zu der Erkenntnis kommen, dass Tote nicht mit den Lebenden leben können und weist darauf hin, dass zwischen den beiden Welten keine Verbindung besteht.

„Der Tod hat am Leben keinen Anteil, und es gibt keine fließenden Übergänge, er ist nicht der entfernte Pol eines begehbaren Spektrums, sondern ein Bruch, vor dem ich immer wieder zurücktaumle. Hier ist das Leben, und solange ich im Wasser immer weiter auf den Horizont zugehe, lebe ich, und spiele mit dem Gedanken an etwas, das ich weder denken noch fühlen kann. Es gibt keine Botschaften, die zwischen hier und drüber hin- und hergehen, nicht in der sichtbaren Welt, nirgends. Vor dem Tod gibt es keine Gegenwart.“¹⁵⁰

Wie die Autorin Terézia Mora in ihrem Werk *Das Ungeheuer* die Grenze zwischen den Lebenden und den Toten thematisiert, kommt auch Mitgutsch zu dem Schluss, dass der Tod vom Leben getrennt zu betrachten ist und die beiden Instanzen nicht miteinander zu vereinbaren sind.

Der Abschluss ihres Trauerprozesses wird mit Ablauf des Trauerjahres als letztes Buchkapitel präsentiert, wobei die die Protagonistin noch immer den Anschein erweckt, als würde sie nach dem Verstorbenen suchen. Da sie ihn an seinem Grab nicht finden kann, geht sie erneut zu ihrer gemeinsamen Bank im Park, spricht dort zu ihm, fühlt die Verbindung, wartet und bittet ihn ein letztes Mal um ein Zeichen seiner Liebe, um am Ende wieder enttäuscht zu werden. Wie süchtig geht sie die nächsten Tage durch die Stadt, immer auf der Suche nach ihm, obwohl sie seinen Tod insgeheim bereits akzeptiert hat.

„Trotzdem weiß ich, daß er nirgends ist, an keinem Ort, daß seine Abwesenheit ein Nichts in der Welt ist, die sich ohne Narben etwas zu vermissen über ihn geschlossen hat.“¹⁵¹

¹⁵⁰ Mitgutsch: Wenn du wiederkommst. S. 252.

¹⁵¹ Ebda. S. 262.

In der letzten Szene des Buches kommt es endgültig zur Anerkennung des Verlustes und Aufgabe alter Hoffnungen. Die Autorin lässt die Ich-Erzählerin hierbei ein letztes Mal zum Grab des Verstorbenen zurückkehren und beschreibt ein aufkommendes Gefühl, das sie anschließend glücklich und getröstet fortgehen lässt. Sie fühlt sich anders und erleichtert. Der Verlust wurde akzeptiert und das Grab als ein Ort anerkannt, an dem sie sich mit ihm treffen und zu ihm sprechen kann. Mit dem Grab hat sie einen Platz für ihre Trauer gefunden und muss diese nicht mehr mit in ihren Alltag nehmen.

7.4.4 Trauerprozess zur Selbstfindung

Mit dem Tod des Mannes stirbt auch ein Teil der Protagonistin und das Leben fordert sie dazu auf, sich neu zu orientieren, die Vergangenheit loszulassen und den Blick auf die Zukunft zu richten. Der Protagonistin fällt es sichtlich schwer, sich von ihrem bisherigen Leben zu verabschieden, erweckte dieses doch den Eindruck einer perfekten Liebesbeziehung. Auch nach dem Tod hält sie an der Vorstellung der endlosen Liebe und tiefen Verbundenheit der beiden fest. Immer wieder bringt die Autorin die Figur an den Punkt, an dem sie sich fragt, was sie nun mit sich anfangen soll, wofür das Leben noch gut sei, wo sie doch nicht mehr zusammen alt werden können. Jedoch drängt sich ihr seit seinem Tod immer wieder die Frage auf, ob er sie wirklich geliebt hat. Sie stellt das Versäumnis, die gemeinsame Zeit nicht ausreichend genutzt zu haben, als ihre größte Pein dar. Die Autorin beschreibt ihre Figur, als würde sie an jeder kleinen Erinnerung und Erzählung von ihm hängen, als könnte der Moment kommen, in dem es zu spät ist, etwas über ihn zu erfahren. Sie hat Angst davor, dass die Erinnerungen an ihn verloren gehen könnten. Ihre Trauer beschreibt sie selbst als „Trauer einer Frau um ein Leben, das sie immer wieder für später aufgeschoben hatte [...], eine alles verschlingende Sehnsucht.“¹⁵² Mit diesem Textauschnitt wirft die Autorin die Frage auf, ob ihre Figur über den Tod des Mannes oder lediglich über den Verlust ihres alten Lebens und den in der Zukunft zusammenhängenden Veränderungen trauert.

Mitgutsch lässt ihre Figur im Verlauf des Romans immer mehr an ihrer Illusion der großen Liebe und an ihrem gemeinsamen Leben zweifeln. „Wie kann ich sicher sein, daß ich mir in dieser langen Zeit nicht eine Liebe erdichtet habe, die ganz anders war?“¹⁵³ Den Wendepunkt in ihrer Geschichte gestaltet die Autorin in Form der Erkenntnis darüber, dass das

¹⁵² Ebda. S. 117.

¹⁵³ Ebda. S. 212.

bisherige Leben der Ich-Erzählerin nicht das war, wofür sie es immer gehalten hat. Denn als sie sie jetzt, nach mehreren Monaten der Trauer, an die gemeinsame Zeit zurückzudenken und Fotos aus dieser Zeit ansehen lässt, kommt die Frage auf, ob sie in diesen Momenten überhaupt glücklich war. Mit dem Betrachten der Bilder bringt die Autorin Erinnerungen ins Spiel, welche die Ich-Erzählerin bis zu diesem Zeitpunkt verdrängt hat. Erst nach seinem Tod erkennt sie seine Geringschätzung ihr gegenüber und es kommt Wut in ihr auf, denn er hat sie als seine Ehefrau nie wie alle anderen Frauen, die er begehrt, gesehen. Nie als Möglichkeit oder Zukunft, sondern als selbstverständlichen Teil seines Lebens. Sie muss feststellen und sich eingestehen, dass beide ein anderes Verständnis von Liebe hatten und nie über dieselbe gesprochen haben, es nun jedoch spät ist, sich zu entschuldigen oder einander zu vergeben. Jetzt, wo er tot ist, sieht sie ein, was sie einander eigentlich angetan haben und erkennt dadurch einen Mann und eine Frau deren beider Leben gegeneinander liefen und nicht miteinander zu vereinbaren waren. Jedoch erkennt sie auch, dass sie sich trotz allem so nahe waren, um sich schweigend verständigen zu können, mit dem Wissen, dass ein Leben ohne den anderen unvollständig gewesen wäre.

„[...] die Toten gehen anders fort und ich bleibe mit meinen unbeantworteten Fragen ohne Gegenüber und ohne Antwort sitzen. Niemand nimmt das Gewicht des Unannehmbaren mehr weg, indem er sagt, es tut mir leid, so war es nicht gemeint. Man muß es annehmen, nicht vorläufig, bis man versteht, sondern endgültig, für den Rest des Lebens.“¹⁵⁴

Mit dem Perspektivenwechsel und der damit gewonnenen Erkenntnis lässt Mitgutsch die Trauernde mit sich selbst ins Reine kommen, mit der Vergangenheit abschließen und die Gegenwart als solche akzeptieren. Am Ende des Romans fällt es der Protagonistin leichter, sich mit dem Verlust auseinanderzusetzen und inneren Frieden zu finden. Die Autorin lässt sie am Ende wieder zu sich selbst finden, indem sie die zuvor erschaffenen zwei Geschichten bzw. Leben der Ich-Erzählerin auf die gleiche Ebene bringt und miteinander vereint.

7.4.5 Jüdische Trauerrituale

Trauerrituale dienen den Trauernden vor allem als unterstützende Maßnahme, sich mit ihrem Verlust auseinanderzusetzen. Dem Verstorbenen wird dabei für einen begrenzten Moment eine Stellung im Hier und Jetzt zugesprochen und den Trauernden wird die End-

¹⁵⁴ Mitgutsch: Wenn du wiederkommst. S. 174.

lichkeit des Lebens nochmals vor Augen geführt. Trauerritten sollten sich dabei stets auf einen bestimmten Zeitraum begrenzen und nicht endlos fortgeführt werden. Jüdische Trauerrituale begrenzen sich hierbei auf ein Jahr, wobei vor allem der erste Monat nach dem Todesfall eine bedeutende Rolle einnimmt.

Die Autorin Anna Mitgutsch baut ihren Roman parallel zum jüdischen Trauerjahr auf. Im Buch lassen sich während dieser Zeit einzelne Rituale und Bräuche finden, die den Trauernden bei der Überwindung des Schicksalsschlages helfen sollen. So wird traditionell direkt nach dem Tod einer Person ein Sch'ma Jisreal¹⁵⁵ gesagt, welches im Roman von der Tochter am Totenbett gesprochen wird. Das Begräbnis einige Tage nach dem Tod findet auf einem jüdischen Friedhof statt und die Trauerfeier wird von einem Rabbi abgehalten. Während der Trauerfeier ist es Brauch, dass die Oberbekleidung direkter Verwandter mit einer Rasierklinge aufgeschnitten wird. Im Roman wird zuerst nur das Hemd der Tochter und des Bruders des Verstorbenen aufgeschlitzt, da sich der Rabbi im Glauben befindet, die Protagonistin wäre durch die Scheidung nicht mehr mit dem Verstorbenen verbunden gewesen. Auf Erklärungen hin, dass sie zwar seine Ex-Frau aber mit dem Verstorbenen nur standesamtlich verheiratet gewesen war und daher das jüdische Gesetz nicht gebrochen hätte, wird auch der Ich-Erzählerin das Recht zu trauern zugesprochen und ihre Oberbekleidung vom Rabbi aufgeschlitzt. Die physischen Überreste des Verstorbenen werden anschließend an die Trauerfeier in einem Grab beigesetzt. Die Autorin beschreibt das Grab selbst lediglich als eine kahle Stelle auf einem Rasen zwischen anderen Gräbern. Am Ende der Beerdigung wird eine Tafel mit dem Namen und Geburts- sowie Sterbedatum des Verstorbenen in die Erde gesteckt, was als endgültiger Schlussstrich unter das Leben gesehen wird. Nach den Trauerfeierlichkeiten werden anwesende Männer dazu aufgefordert Kaddisch¹⁵⁶ zu sagen. In ihrem Roman lässt die Autorin die Tochter des Verstorbenen dieses traditionell jüdische Gebet sprechen, was im Grunde gegen die jüdischen Traditionen verstößt. Die Autorin löst diesen Widerspruch, indem sie den anwesenden Rabbi als loyal und mitfühlend auftreten lässt und der Tochter daher den Zuspruch erteilt.

Die ersten sieben Tage nach dem Todesfall werden Schiwa¹⁵⁷ genannt. In dieser Zeit wird regelmäßig Kaddisch in Abwechslung mit traditionell jüdischen Gebeten wie Mincha¹⁵⁸

¹⁵⁵ Hauptgebet der Juden, welches als letztes Gebet vor dem Tod gesprochen wird. (Vgl. Mitgutsch: Wenn du wiederkommst. S. 271)

¹⁵⁶ Ein Trauergebet, das zu verschiedenen Traueranlässen gesprochen wird. Kann nur in Anwesenheit von zehn Männern gesagt werden und in orthodoxen Gemeinden auch nur von Männern gesagt werden. (Vgl. Edda. S. 270)

¹⁵⁷ Bei Schiwa handelt es sich um eine siebentägige Trauerzeit. (Vgl. Ebda. S. 271)

und Ma'ariv¹⁵⁹ gesagt. Während dieser Tage stehen die Trauernden im Mittelpunkt und werden von ihren Angehörigen in ihrer Trauer unterstützt. Sie bleiben während dieser Zeit zu Hause, sitzen auf einem niedrigen Hocker, arbeiten nicht und erhalten Besuch von Freunden und Verwandten. Zweimal täglich wird dabei gebetet, wobei jeweils zehn Männer anwesend sein müssen. Es wird während dieser Zeit viel über den Toten gesprochen, gebetet und in angemessenen Momenten geschwiegen, wobei immer das Wohl der Familie im Mittelpunkt steht. Während dieser Woche wird das Seelenlicht angezündet, welches die gesamte Woche immer tiefer in ein Glas abbrennt. Die Autorin beschreibt dieses Licht wie das Leben des Verstorbenen, das nach einer Woche erneut verlischt. In der Schiwa-Woche trauert die Seele des Toten um die Trennung von ihrem Körper. Im Roman lassen sich in dieser Zeit immer wieder Schilderungen der Protagonistin finden, die sich im Glauben befindet, die Unruhe seiner Seele, seine Trauer zu spüren, als wäre er anwesend. Die Trauerwoche endet nach jüdischer Tradition mit dem ersten Schabbat¹⁶⁰. Nach der Trauerwoche beginnt der Trauermonat Scheloschim¹⁶¹, welcher die ersten 30 Tage nach dem Todesfall umfasst. Die Trauernden nehmen während dieser Zeit an keinen öffentlichen Veranstaltungen teil und männliche Angehörige werden jeden Tag dazu aufgefordert Kaddisch zu sagen.

Vor allem im ersten Monat nach dem Todesfall wird den Trauernden eine besondere Stellung zugesprochen, indem ihre Situation respektiert und sie bei ihrem Trauerprozess unterstützt werden. Mit Ablauf des jüdischen Trauerjahres kommt es zu einem erneuten Einfinden am Grab des Verstorbenen, womit gleichzeitig auch das Ende der Trauerzeit eingeleitet wird.

Anna Mitgutsch beschreibt in ihrem Werk einzelne Rituale und Bräuche des jüdischen Trauerjahres und lässt diese als unterstützende Maßnahme des Trauerprozesses der Protagonistin in Erscheinung treten. Immer wieder tauchen im Text jüdische Begriffe auf, die für die einzelnen Sitten stehen. Diese erklärt die Autorin im Anschluss an den Roman in einem Glossar und trägt dadurch zum besseren Verständnis des Textes bei.

¹⁵⁸ Das zweite der drei Gebete, die ein Jude täglich verrichten muss. (Vgl. Ebda. 270)

¹⁵⁹ Abendgebet (Vgl. Ebda. S. 270)

¹⁶⁰ Der siebte Tag der Woche, mit Beginn am Freitagabend und endet am Samstag mit Einbruch der Nacht. Er wird als Ruhetag, zur Erinnerung an das Ruhen Gottes nach der Erschaffung der Welt, angesehen. (Vgl. Ebda. S. 271)

¹⁶¹ Trauermonat (Vgl. Ebda. S. 271)

7.4.6 Zusammenfassung

Der Roman *Wenn du wiederkommst* von Anna Mitgutsch zeichnet sich vor allem durch die dauerhaft gedrückte Stimmung der Protagonistin aus. Der Tod und die Trauer scheinen dabei das gesamte Leben der namenlosen Ich-Erzählerin und Ex-Frau des Verstorbenen einzunehmen. An dem Text ist vor allem die Gliederung der Kapitel markant, die sich nach dem Ablauf des jüdischen Trauerjahres richtet. Die Autorin lässt während ihrer Geschichte viele jüdische Trauerrituale sowie Merkmale der einzelnen Trauerphasen, welche die Hauptfigur durchleidet, in das Geschehen miteinfließen. Der Text selbst weist an manchen Stellen autobiographische Züge auf, wodurch nicht ganz klar ist, inwieweit es sich um Fiktionen oder Tatsachen aus dem Leben der Autorin handelt.

Wie auch bei Mora zieht Mitgutsch in ihrem Werk eine Grenze zwischen das Leben und den Tod und zeigt mit Verlauf der Geschichte auf, dass zwischen diesen beiden Instanzen keine vernehmbare Verbindung besteht. Sie wirft außerdem die Frage auf, ob man einer verstorbenen Person in den Tod folgen kann, ohne selbst dabei das Leben zu verlieren. Hierbei lässt die Autorin erkennen, wie tief die Ich-Erzählerin in ihrem Trauerprozess feststeckt, da sie ihren Verlust auch nach Monate nicht akzeptieren kann und ein Leben in der Vergangenheit mit ihrem verstorbenen Ex-Mann führt. Das lässt sich vor allem durch ihre endlose Suche nach ihm sowie durch die einzelnen geistigen Gespräche mit ihm erkennen.

Neben den zentralen Themen Tod und Trauer wird dem Selbstfindungsprozess der Protagonistin große Bedeutung zugesprochen. Dieser Prozess scheint dabei etappenweise mit den einzelnen Phasen der Trauer einherzugehen. Hält die Protagonistin kurz nach dem Verlust und der damit verbundenen Verdrängung noch stark an der Vorstellung einer perfekten Liebesbeziehung zu ihrem verstorbenen Ex-Mann fest, so wird sie im Verlauf des Romans immer wieder mit Aspekten ihrer gemeinsam oder getrennt erlebten Vergangenheit konfrontiert, die sie an ihrer eigenen Wahrnehmung zweifeln lassen, bis sie sich letztendlich eingestehen muss, dass ihr Eindruck ihrer Vergangenheit reines Wunschdenken darstellt und das Leben mit dem Verstorbenen alles andere als harmonisch und perfekt war.

8 Zusammenfassung der Ergebnisse

Das Ziel der vorliegenden Diplomarbeit war es, die Darstellung des Todes und die damit verbundenen Trauer in der Literatur des 21. Jahrhunderts zu untersuchen. Die Repräsentation und Aufarbeitung erfolgte dabei anhand von drei literarischen Texten der deutschen Gegenwartsliteratur, nämlich Barbara Pahl-Eberharts *Vier minus drei*, Terézia Moras *Das Ungeheuer* und Anna Mitgutschs *Wenn du wiederkommst*. Durch die theoretische und darauffolgende analytische Auseinandersetzung mit der Thematik konnten unterschiedliche Ergebnisse gewonnen werden.

Zum einen stellte sich heraus, dass der theoretischen Auseinandersetzung mit den beiden zentralen Themenstellungen Tod und Trauer sowohl in der Literatur und Forschung als auch im Leben des Menschen eine bedeutende Stellung zugesprochen wird, wobei vor allem der Psyche des Menschen Aufmerksamkeit geschenkt wird. Die Faszination des Todes stellt einen bedeutenden Forschungsschwerpunkt sowohl psychologischer, theologischer als auch literaturtheoretischer Untersuchungen dar, wobei der Begriff Trauer meist sehr vieldeutig verstanden wird. Des Weiteren wurde festgestellt, dass das Durchlaufen der Trauerphasen sehr unterschiedlich aufgefasst wird und es mehrere Modelle zur Beschreibung dieses Phänomens gibt, wobei lediglich drei dieser Modelle in die vorliegende Arbeit aufgenommen wurden. Diese umfassen im Grunde dieselben Merkmale des Trauerprozesses, teilen diesen jedoch in unterschiedliche Stadien und Zeitabfolgen auf. Es wurde auch darauf eingegangen, welche Faktoren den Verlauf von Trauer beeinflussen. Hierbei stellte sich heraus, dass vor allem die Art und die Umstände des Verlustes starken Einfluss auf den Umgang mit Trauer sowie deren Verlauf und Ausprägung haben. Im Zusammenhang damit wurden die Merkmale pathologischer Trauerprozesse und deren Einfluss auf das Leben der Betroffenen genauer untersucht. Aus der theoretischen Auseinandersetzung mit den beiden Themenstellungen geht hervor, dass Trauer einen individuellen Prozess darstellt, der von Person zu Person, von Verlusterlebnis zu Verlusterlebnis unterschiedliche Ausprägungsgrade annehmen kann und die aktive Auseinandersetzung mit dem Tod einen wichtigen Faktor bei der Verarbeitung darstellt. Außerdem konnte aufgezeigt werden, dass sich der Trauerprozess den psychologischen Phasenmodellen nicht immer eindeutig zuordnen lässt und sie daher eher als richtungsweisende anstatt als festgelegte Richtlinien anzusehen sind.

Die unterschiedlichen Themen und Ansätze wurden anhand dreier ausgewählter literarischer Werke untersucht. Dabei zeigte sich, dass dem Thema Tod in allen Texten ein hoher Stellenwert zugesprochen wird, wobei festgestellt werden konnte, dass alle Werke trotz ihrer unterschiedlichen Formen, Persönlichkeiten der Trauernden und Umstände des Todes ein hohes Bewusstsein von Trauer und deren Verarbeitung aufweisen. Die Trauer nimmt in den einzelnen Texten jedoch unterschiedliche Positionen ein, da der Weg aus dem Leid der Protagonisten auf mannigfache Weisen dargestellt wird.

Thematisch besteht eine große Ähnlichkeit, da es vorwiegend um die Verarbeitung von Trauer nach einem plötzlichen Todesfall geht. In allen drei Fällen wird der Trauerprozess als kräftezehrend und leidvoll geschildert. Es lassen sich zudem in allen Texten Merkmale der einzelnen Trauerphasen finden, wobei auch alle Trauernden Züge pathologischer Ausprägungen aufweisen.

Der Tod und die damit verbundene Trauer spielen in allen drei Texten eine bedeutende Rolle. So findet der plötzliche Verlust nicht nur tatsächlich statt, sondern scheint mit all seinen nach sich ziehenden Fragen und Anforderungen an die Trauernden heranzutreten und allgegenwärtig zu sein. Die Darstellungen des Todes und der darauffolgende Trauerprozess der einzelnen Hauptfiguren sind jedoch von Text zu Text sehr unterschiedlich gestaltet. Die Ursache für die unterschiedliche Darstellung der Thematik kann vor allem in den vielfältigen Lebenslagen und Situationen, in denen sich die Hauptfiguren befinden, ausgemacht werden.

Barbara Pacht-Eberhart beschreibt in ihrem biographischen Text *Vier minus drei* den Trauerprozess einer Mutter, deren Kinder viel zu früh aus dem Leben gerissen worden sind. Sie findet sich alleine in einem endlosen Prozess zwischen Akzeptanz des Verlustes und seiner Verdrängung wieder. In mentaler Begleitung ihrer Kinder durchläuft sie so eine Phase der Trauer nach der anderen, nur um am Ende feststellen zu müssen, dass sie sich in einer endlosen Schleife eines Verdrängungsprozesses befindet und sie ihr Leid noch lange nicht überwunden haben wird. Trotz der unermesslichen Trauer der Mutter wird der Tod nicht als etwas dargestellt, wovor man sich fürchten sollte, sondern mehr als etwas Wunderbares, als ein besserer Ort, an dem sich alle wiedervereinen und ein sorgenfreies Leben führen können.

In *Das Ungeheuer* spricht die Autorin dem Tod eine ambivalente Rolle zu, indem sie ihr Buch in zwei voneinander getrennte Texte teilt. Oben der trauernde Mann, der sich mit dem Suizid seiner Frau auf einer endlosen Reise konfrontiert und sich damit auf der Suche nach sich selbst und nach Wahrheiten über sein vergangenes Leben befindet, stets in Begleitung des Todes als eine abgründige und unverständliche Realität. Unten das vergangene Dasein einer Frau, deren Leben von Trauer, Zurückweisung und Hilflosigkeit geprägt war und die sich dem Tod freiwillig hingab, um ihrem Leid zu entkommen. Mora beschränkt sich hierbei vor allem auf die Ausprägungen eines pathologisch zu bewertenden Trauerprozesses, den sie ihre Hauptfigur über die gesamte Zeit durchleiden lässt. Der Tod wird bei Mora als etwas Unergründliches dargestellt, wodurch das Leben des Protagonisten stark eingeschränkt wird. Die Autorin versucht dieser entstandenen inneren Leere mit Reisen entgegenzuwirken, jedoch stellt sich schnell heraus, dass man der Gegenwart des Todes nicht entfliehen kann. Da Darius nicht dazu bereit ist, sich seinem Schicksal zu stellen, gelingt es ihm auch nicht, den Verlust seiner Frau als solchen zu akzeptieren, wodurch der Tod und die Trauer über das gesamte Werk hinweg allgegenwärtig zu sein scheint und die Reise des Protagonisten als endlose Suche nach sich selbst und nach Wahrheiten dargestellt wird.

Und zuletzt präsentiert sich der Tod im Roman *Wenn du wiederkommst* als unergründliche Leere, die plötzlich in das Leben der Protagonistin tritt und alles einzunehmen droht. Trotz der stets negativ besetzten Stellung des Todes gelingt es der Autorin am Ende, ihre Ich-Erzählerin aus ihrer Trauer zu führen. Mitgutsch lässt in ihrem Text die einzelnen Stadien der Trauer deutlich erkennen und schildert durch sie das Leid der Hauptfigur. Dabei wird vor allem Trauer Ritualen zur Unterstützung des Prozesses große Bedeutung zugesprochen.

Stellt man die einzelnen Analysen der literarischen Werke nun in Zusammenhang und vergleicht diese miteinander, kann festgestellt werden, dass trotz der unterschiedlichen Darstellung der Thematik viele Gemeinsamkeiten vorhanden sind. Vor allem bezüglich des Trauerprozesses ähneln sich die Protagonisten der einzelnen Werke sehr. So kann ausgemacht werden, dass jede Autorin ihre trauernde Figur die einzelnen Stadien des Trauerprozesses durchleiden und viele Merkmale dessen in ihre Schilderungen miteinfließen lässt. Kommt es bei Pacht-Eberhart und Mitgutsch zur bewussten Auseinandersetzung mit dem Verlust und der Trauer, findet sich der Protagonist bei Mora vor allem in einer pathologischen Ausprägung wieder, wobei die einzelnen Merkmale nicht direkt einem bestimmten Stadium der Trauer zugeschrieben werden können, da er zeitweise in einem vollständigen

Stillstand des Prozesses verweilt. Jedoch stellen vor allem die Suche nach der verlorenen Person, innere Gespräche mit dieser sowie Träume, in welchen Botschaften erhofft werden, ein markantes Merkmal dar, welches die Autorinnen sehr präsent in ihre Werke miteinfließen lassen. Die Suche der drei Trauenden ist dabei vor allem durch die Inakzeptanz des Verlustes und ein Weiterleben in der Vergangenheit geprägt. Des Weiteren schildern die Autorinnen den Zwiespalt zwischen dem nicht Wahrhaben-Wollen des Verlustes und der anfänglichen Akzeptanz der vorherrschenden Situation deutlich, was vor allem für die zweite Phase des Trauerprozesses kennzeichnend ist. Um den Trauerprozess der Protagonisten voranzutreiben, werden in allen drei Werken Trauerrituale als Unterstützungsmaßnahme miteinbezogen. Wird bei Mora der Anschein erweckt, dass eine Bestattung der Asche der Verstorbenen ihren Protagonisten in seinem Trauerprozess unterstützen würde, dies jedoch nie umgesetzt wird, lässt sich in den anderen beiden Texten eine genaue Beschreibung einzelner Trauerritten in Form von Gebeten, Begräbnissen und Trauerzeiten finden.

Vor allem die Werke von Mora und Mitgutsch weisen trotz ihrer unterschiedlichen Form viele Gemeinsamkeiten auf. In beiden Werken wird die Hauptfigur auf eine Reise geschickt, bei welcher sie dazu aufgefordert wird, sich mit ihrem Verlust auseinanderzusetzen. Beide Autorinnen lassen die Figuren die Reise dabei auf zweifache Weise durchleben. Zum einen erfolgt sie als Reise in die Vergangenheit, in das Leben mit der verstorbenen Person. Zum anderen durchleben die Protagonisten damit auch eine Reise in die Tiefen der menschlichen Seele auf der Suche nach Wahrheiten. Das Motiv kann daher nicht nur als Flucht vor der Realität, sondern vor allem als innerpsychische Darstellung des Menschen mit all seinen Schwächen gesehen werden. Zusätzlich vertreten beide Hauptfiguren zu Beginn die Meinung, dass ihre Ehe bzw. Beziehung zu der verstorbenen Person harmonisch und von Liebe erfüllt war. Durch einzelne Erlebnisse, die sie während der Trauer und ihrer Reise überwinden müssen, lassen beide Autorinnen ihre Figur am Ende des Romans zu der Erkenntnis gelangen, dass ihr Leben nicht das war, wofür sie es immer gehalten haben. Vor ihren Augen beginnt das Bild der perfekten Liebe zu zerfallen und sie finden sich mit der Realität konfrontiert, dass ihre Vergangenheit eine auf der Basis von Lügen konstruierte Scheinwelt darstellt. Vor allem die Ich-Erzählerin aus *Wenn du wiederkommst* scheint an dieser Erkenntnis zu wachsen, wodurch der Trauerprozess vorangetrieben und letztendlich abgeschlossen wird. Im Gegensatz zu Darius, den Mora lediglich reisen lässt und welcher sich trotz seiner Erkenntnis nicht weiterentwickelt bzw. seine Trauer überwindet. Weiters weisen die beiden Autorinnen durch die Form ihres Schreibens darauf hin, dass die hinter-

bliebenen Personen nicht mit den Toten leben können. Mora veranschaulicht diese These nochmals deutlich, indem sie jede Seite ihres Werkes durch eine horizontal verlaufende Linie in zwei Teile spaltet und dadurch eine Grenze zwischen die beiden Welten Leben und Tod zieht. Diese beiden Instanzen lassen sich nicht miteinander vereinen. Aus dem Verhalten, das sie den Protagonisten zuschreiben, wird ersichtlich, dass kein gegenwärtiges noch zukünftiges Leben möglich ist, solange sie an der Vergangenheit festhalten.

Markant für die beiden Texte ist vor allem auch die Darstellung mehrerer Geschichten in einem Werk. So präsentiert Mora, wie bereits an einzelnen Stellen ausgeführt, die Geschichten zweier Personen, deren Leben nicht miteinander zu vereinbaren waren. Mitgutsch dagegen beschäftigt sich in ihrem Werk mit einer Figur, deren Leben in zwei Geschichten zu unterschiedlichen Zeiten geschildert wird. Die eine in der Vergangenheit mit dem Verstorbenen, die andere trauernd in der Gegenwart.

Neben der zentralen Thematik des plötzlichen Todes und der damit verbundenen Trauer wird in allen drei Werken vor allem der Frage nach dem Sinn des Lebens ein hoher Stellenwert zugesprochen. So bringen die Autorinnen ihre Figuren immer wieder an den Punkt, an dem sie sich mit dieser Frage konfrontiert sehen. In Verbindung zu ihr stehen auch Gedanken zum Leben nach dem Tod und nach dem Warum. Mit dem Tod der nahestehenden Person stirbt auch ein Teil der einzelnen Hauptfiguren. Zu Beginn des Trauerprozesses, welcher bei allen dreien mit der Überbringung der Nachricht eintritt, verfallen alle zunächst in einen Schockzustand, der charakteristisch für die erste Phase des Trauerprozesses ist. Erst nach Tagen erwachen sie aus dieser Betäubung und beginnen sich mehr oder weniger mit ihrem Verlust auseinanderzusetzen. Die Frage nach dem Sinn des Lebens steht dabei in enger Verbindung mit dem Verlusterlebnis. Die trauernde Person sieht sich mit der Situation konfrontiert, alte Verhaltens- und Denkmuster aufzugeben und ihr Leben neu zu orientieren. Der Sinn ihres bisherigen Daseins hat sich von einem Moment auf den anderen aufgelöst und sie finden sich vor der endlosen Leere ihres Lebens wieder, vor der Lücke, die der Verstorbene hinterlassen hat. Jedoch lassen sich in keinem der drei Texte Antworten auf die Fragen der Protagonisten finden.

Auch die Enden der drei Texte sind sehr unterschiedlich konzipiert. Während die trauernde Mutter bei Pahl-Eberhart am Ende in eine Depression verfällt, sich die Verdrängung ihres Kammers eingesteht und erkennt, dass ihr Weg aus der Trauer noch mehr Zeit in Anspruch nehmen wird, lässt Mora ihren Protagonisten sein Fehlverhalten gegenüber seiner verstorbenen Frau erkennen, jedoch endet seine Reise und Suche an diesem Punkt noch nicht, da

sie ihn diese fortsetzen und damit den Trauerprozess noch nicht abschließen lässt. Wie sein weiterer Weg und das angestrebte Ende seiner Trauer aussehen, lässt die Autorin im Ungewissen. Weiter kommt es bei Mitgutsch mit Ablauf des jüdischen Trauerjahres auch zum Abschluss des Trauerprozesses. Interessant ist hierbei vor allem, dass der Text, in welchem die positiven Aspekte des Todes hervorgehoben werden und die trauernde Mutter den Eindruck erweckt, bewusst mit ihrem Verlust umzugehen und die Trauer dadurch überwindet, am Ende doch daran scheitert. Dagegen sind der Tod und der Kummer bei Mitgutsch sehr negativ behaftet und werden als leidvoll und unermesslich dargestellt. Doch letztendlich finden sie einen positiven Abschluss, wobei diese Wende im Werk sehr plötzlich und nicht völlig nachvollziehbar vor sich geht.

Bezüglich der gewählten Erzählform unterscheiden sich die ausgewählten Texte maßgeblich voneinander. Beim ersten Text *Vier minus drei* handelt es sich um eine autobiographische Erzählung, in welcher die Autorin ihre Erlebnisse retrospektiv nach dem Verlust ihrer beiden Kinder schildert. Das Werk stellt eine homo- bzw. autodiegetische Erzählung dar, in welcher die Autorin, Erzählerin und Hauptfigur formal in eine Identität zusammengefasst sind. Die Form der autobiographischen Erzählung verleiht dem Inhalt Authentizität. Dies weist darauf hin, dass Pachtl-Eberhart gerade deshalb diese Aufmachung des Werks gewählt hat, um dem Lesepublikum die Thematik tiefgehend und emotional darzulegen.

Terézia Moras Werk *Das Ungeheuer* charakterisiert sich hingegen vor allem durch den experimentell freien Umgang mit Erzählsituationen, denn die Autorin wählt sowohl die Form des auktorialen Erzählens als auch die Ich-Erzählung, wobei zweites überwiegt. Somit findet ein ständiger Wechsel zwischen Außen- und Innenperspektive statt, wodurch innere Monologe der Hauptfigur fortwährend von einer dargestellten Außenperspektive unterbrochen werden. Mora vereint in ihrem Werk zwei Bücher in einem, welche sie durch einen horizontalverlaufenden Stich in der Mitte jeder Seite voneinander trennt. Jede Buchseite des Romans stellt demnach zwei Hälften, zwei Geschichten, zwei Figuren und zwei Erzählperspektiven dar, wodurch es der Autorin gelingt, zwei getrennte Erzählräume zu schaffen. Markant erscheint vor allem die Gestaltung einzelner Sätze und Satzteile. Mora kreiert in ihrem Text Sätze, die Multiperspektivität abbilden, wodurch die Erzählung einen Dialog mit sich selbst zu führen scheint. Die Sätze weisen ein hohes Maß an Flexibilität auf, was dazu führt, dass Gedanken wie Gegenstände in das Geschehen miteinbezogen werden. Während im oberen Teil ein ständiger Wechsel der Perspektive stattfindet, charakterisiert sich der untere Abschnitt durch Aufzeichnungen, welche im Gesamtbild keine

einheitliche Handlung ergeben, sondern lediglich Notizen, Tagebucheinträge und Listen umfassen. Es handelt sich dabei um Textteile, denen auf den ersten Blick anzusehen ist, dass sie nur einzelne Stücke sind, wie das Leben der Figuren im Text.

Gleich wie bei Mora handelt es sich auch bei Mitgutschs Text um eine Ich-Erzählung, bei welcher die namenlose Protagonistin ihren gegenwärtigen Trauerprozess ausführt und retrospektiv Einzelheiten ihrer Vergangenheit einfließen lässt. Die Autorin spielt im Werk mit der Zeit, es findet ein fortwährender Wechsel zwischen dem gegenwärtigem Erleben der Protagonistin und deren Erinnerungen an die Vergangenheit statt. Der Text ist dabei sehr melancholisch und nachdenklich gestaltet, die Thematik selbst kann als umfassende Trauerklage verstanden werden. Der Aufbau des Romans gestaltet sich parallel zum jüdischen Trauerjahr, was dem Werk Authentizität verleiht, da der Verlauf des Prozesses besser nachvollzogen werden kann. Der Text charakterisiert sich außerdem durch Einschübe englischsprachiger Satzteile. Dadurch werden dem Text collageähnliche Momente zugesprochen. Außergewöhnlich gestaltet sich auch der letzte Teil des Romans, welchen die Autorin in Form eines Glossars gestaltet, worin abschließend einzelne Begriffe des Judentums und des jüdischen Trauerjahres erläutert werden.

Trotz der unterschiedlichen Gestaltung der analysierten Texte kann festgestellt werden, dass sie sich derselben Darstellungsformen bedienen, um die Thematiken Tod und Trauer zu veranschaulichen. Alle drei Texte kennzeichnen sich dadurch, dass der Schwerpunkt beim erzählenden Ich liegt, welches die vergangene Zeit thematisiert und ihren Bezug zur Welt offenlegt. Vor allem der Prozess des Erzählens und die damit verbundene Vergegenwärtigung des Geschehenen und der Vergangenheit führen die Hauptfiguren zur Selbsterkenntnis. Die inneren Monologe der Figuren, welche in allen drei Werken zahlreich vorhanden sind, erwecken zudem den Eindruck, dass die darin stattfindenden Gedanken mit allen Erinnerungen, Zeitsprüngen und Bewusstseinsströmen gegenwärtig verfolgt werden können. Zusätzlich kann gesagt werden, dass die Werke von herkömmlichen Erzähltraditionen abweichen und deutliche Merkmale gegenwärtiger Erzählstrategien aufweisen. Demzufolge lassen alle Autorinnen ihre Hauptfigur als orientierungslos und einsam auftreten. Sie leben zurückgezogen und sind stark mit sich selbst beschäftigt, was sich vor allem an den zahlreichen inneren Monologen feststellen lässt. Die Autorinnen lassen ihre Protagonisten als Figuren auftreten, denen die Welt, in der sie bis zum Zeitpunkt des Unglücks gelebt haben, fremd geworden ist, und treten dieser mit Skepsis gegenüber. Ergänzend nehmen alle drei in ihrem Text Abschied von der klassischen Heldenfigur. Ihre Protagonis-

ten treten als Durchschnittsmenschen mit allen Schwächen und Verfehlungen auf. Die Darstellung der Thematik erfolgt durch eine komplexe Gliederung der Inhalte, welche sich vor allem durch den experimentierenden und fragmentarischen Umgang mit dem Themengebiet und den eingebauten Zeitsprüngen im Geschehen auszeichnet. Anstatt des üblichen chronologischen und kausalen Handlungsgefüges weisen die Texte vor allem eine durch Zufälligkeit, Sprunghaftigkeit und Unverbundenheit gekennzeichnete Aufmachung auf. Anknüpfend lassen alle drei Autorinnen vergangene Ereignisse durch Flashbacks oder Erinnerungsmonologe in den Ablauf des Textes miteinfließen, wodurch die Struktur des chronologischen Ablaufes des Geschehens aufgebrochen wird. Ein weiteres Merkmal, welches in allen Werken ausgemacht werden kann, ist das Miteinbeziehen von Notizen, Tagebucheinträgen, Listen oder Zitaten in den Erzählungsverlauf, womit der Eindruck einer collageartigen Aufmachungsart erweckt wird.

Abschließend kann gesagt werden, dass die Auseinandersetzung und Darstellung des Todes und der Trauer in der Literatur des 21. Jahrhunderts sehr vielfältig erfolgt. Durch die drei ausgewählten Werke konnte aufgezeigt werden, wie individuell die Thematik behandelt wird und wie mannigfaltig das Spektrum der Darstellung ist. Vor allem die konstruierten Umstände des Todes und die Persönlichkeit der trauernden Person haben großen Einfluss auf den Verlauf des Trauerprozesses. Alle drei Texte können als Einblick in die Innenwelt des Menschen gesehen werden. Er wird mit all seinen Verfehlungen, Emotionen, Sehnsüchten und innerpsychischen Prozessen präsentiert. Durch die vielschichtige, ungebundene und sprunghafte Form der einzelnen Texte gelingt es den Autorinnen die Verzweiflung, Zerrissenheit und Hilflosigkeit der einzelnen Protagonisten tiefgehend darzustellen und den Prozess der Trauer mit all seinen Ausprägungsformen zu veranschaulichen.

9 Literaturverzeichnis

9.1 Primärliteratur

Mitgutsch, A., 2010. *Wenn du wiederkommst*. München: btb.

Mora, T., 2015. *Das Ungeheuer*. München: btb.

Pachl-Eberhart, B., 2012. *Vier minus drei. Wie ich nach dem Verlust meiner Familie zu einem neuen Leben fand..* München: Wilhelm Heyne.

9.2 Sekundärliteratur

Brettschneider, W., 1979. *Zorn und Trauer. Aspekte deutscher Gegenwartsliteratur*. Berlin: Erich Schmidt .

Cain, A. C., 1972. *Survivors of suicide*. Springfield: J.L. Thomas.

Charlier, T., 1987. *Über pathologische Trauer*. In: *Psyche. Zeitschrift für Psychoanalyse*. 41(10).

Foer, J. S., 2005. *Extremely Loud and Incredibly Close*. New York: Houghton Mifflin Harcourt.

Fratacek, R. & Nindl, A., 2001. *Normale und Abnormale Trauerreaktionen*. Wien: Facultas.

Goldbrunner, H., 1996. *Trauer und Beziehung. Systemische und gesellschaftliche Dimensionen der Verarbeitung von Verlusterlebnissen*. Mainz: Matthias-Grünwald-Verlag.

Hanglberger, M., 2004. *Tränen, die heilen. Neue Wege der Trauerarbeit*. Regensburg: Topos.

Holzschuh, W., 1998. *Die Trauer der Eltern bei Verlust eines Kindes. Eine praktisch-theologische Untersuchung..* Würzburg: Echter.

Kast, V., 1982. *Trauern. Phasen und Chancen des psychischen Prozesses..* Stuttgart/Berlin: Kreuz-Verlag.

Kübler-Ross, E., 1993. *Kinder und Tod*. Zürich: Kreuz-Verlag.

Lindner, R., 2006. *Suizidale Männer in psychoanalytisch orientierter Psychotherapie*. Gießen: Psychosozial-Verlag.

Lord, J. H., 1999. *Nicht einmal ein Abschiedswort. Trauern nach einem unerwarteten Todesfall..* Zürich: Kreuz-Verlag.

Martinez, M. & Scheffel, M., 2012. *Einführung in die Erzähltheorie*. Dachau: C.H.Beck.

Miles, M. S. & Demi, A. S., 1991-1992. *A comparison of guilt in bereaved parents whoes children died by suicide, accident, or chronic disease*. s.l.:Omega.

- Moody, R. A., 2003. *Weiterleben nach dem Tod. Trauer bewältigen und Hoffnung schöpfen*. Hamburg: Rowohlt.
- Mora, T., 2014. *Nicht Sterben*. München: Luchterhand.
- Priester, K., 2001. *Mythos Tod. Tod und Todeserleben in der modernen Literatur*. Berlin: Philo.
- Rehberger, R., 2004. *Angst zu trauern. Trauerabwehr in Bindungstheorie und psychotherapeutischer Praxis*. Suttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.
- Rothmann, J. C., 1998. *Wenn ein Kind gestorben ist. Trauerbegleitung für verwaiste Eltern*. Freiburg in Breisgau: Herder.
- Schaeben, U., 2002. *Trauer im humanistischen Dialog. Das Trostgespräch des Giannozzo Manetti und seine Quellen. Beiträge zur Altertumskunde*. München/Leipzig: Saur Verlag.
- Schenk, M., 2014. *Suizid, Suizidalität und Trauer. Gewaltsamer Tod und Nachsterbewunsch in der Begleitung*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Schertler, E.-M., 2011. *Tod und Trauer in der deutschsprachigen Gegenwartsliteratur*. Innsbruck: s.n.
- Schmied, G., 1985. *Sterben und Trauern in der modernen Gesellschaft*. Leberkusen: Leske und Budrich.
- Stubbe, H., 1985. *Formen der Trauer. Eine kulturanthropologische Untersuchung*. Berlin: Reimer.
- Tyler, A., 2012. *The Beginner's Goodbye..* New York: Alfred A. Knopf, Inc.
- Volkan, V. D. & Zintl, E., 2000. *Wege der Trauer. Leben mit Tod und Verlust*. Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Wolfersdorf, M. & Etzersdorfer, E., 2011. *Suizid und Suizidprävention*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Worden, W. J., 2011. *Beratung und Therapie in Trauerfällen. Ein Handbuch*. Bern: Hans Hube

10 Anhang

10.1 Abstract

Den Themen Tod und Trauer wird in der Literatur ein hoher Stellenwert zugesprochen. Verlust, Trauer und die Verarbeitung bzw. der Umgang mit dieser ist ein allgegenwärtiger Gegenstand. Der plötzliche Verlust einer nahestehenden Person stellt für die Hinterbliebenen eine große Herausforderung dar. Vor allem in den ersten Wochen und Monaten durchlaufen sie eine Zeit, die von unterschiedlichen Emotionen und Stadien des Trauerverlaufs geprägt ist. Wie sich die hinterbliebene Person im Verlauf der Trauer entwickelt, ob sie neue Perspektiven in ihr eigenes Welt- und Selbsterleben einbringt, oder ob sie daran zerbricht und aus ihrer Trauer nicht mehr herausfindet, hängt davon ab, wie sie mit ihrem Schicksalsschlag umgeht.

In der vorliegenden Diplomarbeit werden Werke des 21. Jahrhunderts untersucht, welche ausschließlich den plötzlichen Verlust einer nahestehenden Person thematisieren. Der Fokus liegt vor allem auf dem Prozess des Trauerns der hinterbliebenen Person. Die analysierte Primärliteratur umfasst die Werke von Anna Mitgutsch *Wenn du wiederkommst*, Terézia Mora *Das Ungeheuer* und Barbara Pahl-Eberhart *Vier minus drei*. Durch die vielschichtige, ungebundene und sprunghafte Form der einzelnen Texte gelingt es den Autorinnen die Verzweiflung, Zerrissenheit und Hilflosigkeit der einzelnen Protagonisten tiefgehend darzustellen und den Prozess der Trauer mit all seinen Ausprägungsformen zu veranschaulichen. Alle drei Texte können als Einblick in die Innenwelt des Menschen gesehen werden. Durch ihr Schreiben präsentieren die Autorinnen den Menschen mit all seinen Verfehlungen, Emotionen, Sehnsüchten und innerpsychischen Prozessen.