



Zoe Näf, 1991
Erlinsbach, AG

Neue Kantonsschule Aarau

Sara Michalik-Imfeld

Würdigung durch den Experten

Jörg Weisshaupt

Das Interesse am Thema «Hinterbliebene nach Suizid» dokumentiert Zoe Näf mit gründlicher Datenerhebung und ausgezeichneten Recherchen in themenbezogener Literatur. Durch engagierte Interviews mit Fachpersonen gewinnt die Arbeit eine aktuelle gesellschaftliche Relevanz. Dem Fachwissen stellt die Verfasserin detaillierte, mit Empathie geführte Interviews mit Hinterbliebenen gegenüber und präsentiert eine kritische Synthese. Die hervorragende Arbeit wird durch eine Broschüre ergänzt, von welcher Fachleute wie Betroffene nachhaltig profitieren können.

Prädikat: Hervorragend

Sonderpreis Academia Engelberg

Teilnahme an der Wissenschaftskonferenz Academia Engelberg

Suizid – Die Problematik der Verarbeitung im betroffenen Umfeld

Fragestellung

«Selbstmord.»

Für Angehörige bedeutet dies der Beginn eines schwierigen Verarbeitungsprozesses. Sie werden mit Fragen, Zweifeln und Ängsten konfrontiert und haben zugleich mit der Tabuisierung dieser Thematik zu kämpfen. Wie gehen Hinterbliebene mit einem Verlust durch Suizid um?

Diese Arbeit, bestehend aus einer wissenschaftlichen Analyse und einer aussergewöhnlichen Broschüre, bricht das Schweigen, geht der Komplexität dieser Thematik auf den Grund und findet beispielsweise heraus, welche Aspekte einen Verarbeitungsprozess fördern, welchen Schwierigkeiten Betroffene begegnen und wie Dritte positiv unterstützend wirken können.

Methodik

Das Studium von Fachliteratur erklärt in einem Theorieteil das Basiswissen zu Suizid im Allgemeinen und dessen Verarbeitung. Interviews mit vier Experten (Leiter von Selbsthilfegruppen, Psychiater, Forscher auf dem Gebiet Suizid) vertiefen die Theorie, wobei fünf sehr offene Interviews mit Hinterbliebenen den Verlauf individueller Verarbeitungswege beleuchten. Im Folgenden werden die Trauerprozesse der fünf näher betrachteten Personen mit der Theorie und Expertenerkenntnissen analysiert und verglichen.

Das Produkt neben der schriftlichen Arbeit, eine Broschüre, konzentriert sich auf die Hinterbliebenen, erzählt deren Verarbeitungsgeschichten in Reportagen und enthält herausgefilterte Statements zur Verarbeitung, ergänzt durch ein Fachstellenverzeichnis.

Ergebnisse

Experten und Fachliteratur sind sich grundsätzlich einig in folgenden Punkten:

In den ersten Stunden nach einem Suizid befinden sich Hinterbliebene in einem Schockzustand, welcher deutlich wird durch eine Achterbahn der Gefühle aus Trauer, Wut, kurzfristiger Erleichterung oder Hilflosigkeit. Die Frage nach einer Schuldzuweisung sowie den Gründen für den Schritt

in den Tod bedeutet eine eindeutige Erschwerung des Prozesses und überfordert viele Hinterbliebene. Folglich versuchen sich diese teilweise, bereits nach wenigen Tagen vom Geschehenen abzulenken, was im Extremfall zu einem Verdrängungsprozess mit nachhaltigen psychischen Störungen führen kann. Ratsam ist das Finden einer Balance zwischen Verarbeitung und Weiterführung des Alltagslebens.

Belastend ist zudem die Tabuisierung der Thematik in der Gesellschaft. Das Bedürfnis, sich mit Freunden über den Suizid auszutauschen, wird gehemmt durch Unsicherheit und Zurückhaltung.

Das Spektrum zur Unterstützung der Verarbeitung reicht von Gesprächen oder Tagebucheinträgen über den künstlerischen Ausdruck von Gefühlen, geführten Selbsthilfegruppen oder Seelsorge bis hin zu psychiatrischen Therapieformen.

Die fünf porträtierten Hinterbliebenen illustrieren diese Verhaltensmuster auf eindrückliche Weise. Ihr Verhalten deckt sich generell mit Einschätzungen aus der Fachwelt.

Diskussion

Hinterbliebene eines Suizidenten müssen alle ihre Emotionen, Gefühle, Fragen und Zweifel, die bezüglich des verlorenen Menschen und dessen Suizid auftreten, zulassen, sofern sie einen aktiven Verarbeitungsprozess anstreben. Durch die Konfrontation mit dem traumatischen Erlebnis und den damit verbundenen Assoziationen werden Prozesse eingeleitet, die über längere Zeit eine Ablösung vom Toten und gleichzeitig die Annahme des Suizids und dessen Integration in die Psyche ermöglichen.

In welcher Form, in welcher Kombination von verschiedenen Methoden dies erreicht wird, ist sehr typenspezifisch und hängt von diversen inneren und äusseren Faktoren ab. Die Suizidmethode nimmt genauso Einfluss wie die psychische Verfassung des Hinterbliebenen vor dem Suizid oder dessen Geschlecht. Der genaue Verlauf, die Intensität und die Dauer einer Verarbeitung sind somit wenig generalisierbar.

Schlussfolgerungen

Es ist gelungen, durch einen fortlaufenden Perspektivenwechsel einen aussergewöhnlichen Typ einer psychologischen Arbeit zu erschaffen. Objektives Fachwissen und subjektive Erfahrungen von Hinterbliebenen ergänzen sich. Sie bieten anderen Hinterbliebenen oder Interessierten Identifikations- und Vergleichsmöglichkeiten und fungieren ähnlich einem Brückenbauer als Kommunikationsmittel, um ein Tabu anzusprechen. Als nächster Schritt wird die Arbeit in Fachstellen der Öffentlichkeit zugänglich gemacht.