

MAIN - SPITZE

Donnerstag, 21.09.2017

Saskia Jungnikl erzählt vom Weiterleben nach dem Suizid ihres Vaters

Von **Charlotte Martin**

GROSS-GERAU - „Trauer ist individuell. Es gibt kein richtig oder falsch“, betont Franziska Schröder. Die Psychotherapeutin und Leiterin des Rüsselsheimer Trauercafés „Lichtblick“ hatte sich mit dieser Klarstellung in die Gespräche eingeschaltet, die auf Saskia Jungnikls Lesung aus ihrem Buch „Papa hat sich erschossen“ folgten.

Im mit gut 100 Zuhörern voll besetzten Raum des Landratsamtes ging es am Dienstag um die Situation von Hinterbliebenen, die einen nahestehenden Menschen durch Suizid verloren haben. Schröder, in deren Praxis die psychologische Arbeit mit Betroffenen ein Schwerpunkt ist, moderierte den Abend mit der aus Wien kommenden Autorin. Eingeladen hatten das Netzwerk Hospiz, das Bündnis gegen Depression sowie das Palliativ-Unternehmen „Leuchtturm“ und die Notfallseelsorge des Kreises.

Bewegende Schilderung

„Die Gesellschaft für das Thema zu sensibilisieren und darüber zu informieren“, sei Ziel, sagte Franziska Schröder. „Angehörige nach Suizid sind nicht selten selbst suizidgefährdet. Wie geht es Angehörigen nach Suizid – das ist ein brennendes Thema“, unterstrich die Therapeutin, die Saskia Jungnikl für den Mut dankte, ihre Erfahrungen veröffentlicht zu haben.

Bewegend las die Fünfunddreißigjährige aus dem Buch, das sie vier Jahre nach der Selbsttötung ihres Vaters zu schreiben begonnen und 2014 veröffentlicht hatte. Im

Raum herrschte Stille: „Am 6. Juli 2008 steigt er die Wendeltreppe hinunter in die Bibliothek und holt seinen Revolver. Dann geht er in den Hof. Dort legt er sich unter unseren alten Nussbaum. Ich weiß nicht, ob er irgendwann gezögert hat. Vielleicht hat er sich noch kurz die Sterne angesehen und der Stille gelauscht. Dann schießt er sich in den Hinterkopf.“

Saskia Jungnikl fasst in Worte, wofür viele Betroffene keine Sprache haben: „Sein Tod teilt mein Leben in ein vorher und ein nachher.“ Die Zuhörer dieser tiefgehenden Lesung waren teils selbst Betroffene, kannten die Verstörung, die Fassungslosigkeit, nachdem ein geliebter Mensch Suizid begangen hat, aus eigener Erfahrung.

Ins Dunkel der Verstörtheit

„Es bleibt die Schuldfrage, auch wenn niemand Schuld hat“, las Saskia Jungnikl. Und: „Das Gefühl des Versagens ist groß. Ich zweifle an meiner Wahrnehmung, Alles steht kopf.“ Und doch: Jede Trauer ist anders. Was die Autorin ihren Lesern schenkt, ist die Fähigkeit, sich dank ihrer Sprache (sie ist Journalistin) dicht ans Dunkelfeld der Verstörtheit heranzuarbeiten und im Leser damit die Nacht der Trauer ein wenig zu erhellen. „Ich wusste es nicht: Ein Herz kann schmerzen. Einfach so“, las Jungnikl.

Zu sprechen über das, was geschah, und neben Trauer auch Wut, Hilflosigkeit und Angst zuzulassen, kann heilsam sein. Es dauerte lange, bevor es Saskia Jungnikl besser ging: „Völlig aus dem Nichts bin ich plötzlich glücklich. Es ist, als hätte jemand eine schwarze, dunkle Decke von mir genommen.“ Das Schreiben war für sie immens wichtig, sagte sie. Und sie hat dem Tod darüber hinaus noch weiter nachgespürt: Im Oktober erscheint ihr Buch „Eine Reise ins Leben oder wie ich lernte, die Angst vor dem Tod zu überwinden“.