

51. Jg. · H. 9–10 · 471/15607 · 2334 · € 20,- (D)

sozialmagazin

Die Zeitschrift für Soziale Arbeit

BELTZ JUVENTA

Angehörigenarbeit

9–10.2026

Geschwister
Zu Wort kommen lassen

Hochbetagte
Altern als Herausforderung

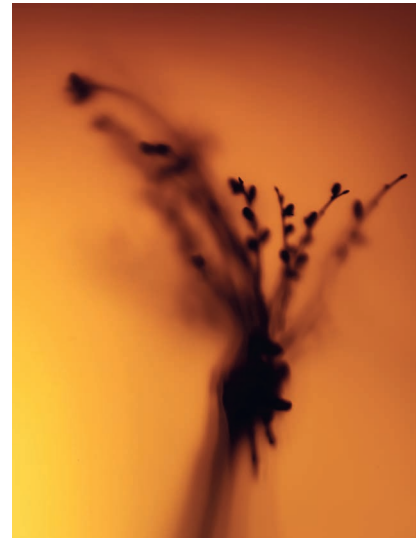
Arbeit mit Angehörigen
Unsichtbare Zielgruppe

Forensische Sozialarbeit
Praxisimpulse

Beruf und Pflege
Vereinbarkeit?!

Selbsthilfe
Für Suizidhinterbliebene

Angehörigenarbeit



© GettyImages.com/fileveniy

Gravierende soziale Problemlagen, Krisen, schwere Erkrankungen und Behinderungen wirken immer in die natürlichen Netzwerke hinein und berühren nahestehende Menschen in besonderer Weise. Daher stellen sich Aufgaben der Angehörigenarbeit in nahezu allen Handlungsfeldern der Sozialen Arbeit, auch, weil Angehörige bisweilen Schuldzuweisungen, Stigmatisierung und Beschämung erleben – leider auch im Kontakt zu Fachkräften.

Dennoch kommt die Hinwendung zu Angehörigen als eigenständige Zielgruppe mit spezifischen Bedürfnissen und Bedarfen in der Praxis und Forschung der Sozialen Arbeit nach wie vor zu kurz. Dabei darf Angehörigenarbeit weder zur Einsparung professioneller Angebote missbraucht werden noch ist sie auf den Erhalt sozialer Ressourcen für die ›eigentlich‹ Betroffenen zu reduzieren. Belastungen von Angehörigen können auch nicht ›nebenbei‹ bewältigt werden – es braucht verantwortliche Fachkräfte. In den meisten Handlungsfeldern ist Angehörigenarbeit hochanspruchsvoll, da sie in ein Gesamtkonzept einzubetten ist, das unterschiedliche Hilfen, auch aus verschiedenen disziplinären Bezügen (z.B. lebensweltorientierte Unterstützung im Alltag, pflegerische und medizinische Versorgung, Psychotherapie sowie sozialtherapeutische Hilfen), gelingend verzahnt.

Die Beiträge in diesem Heft beleuchten zunächst eher grundlegende Aspekte sowie verschiedene Angehörige in besonderen Belastungskonstellationen (z.B. Kinder von

Eltern mit psychischen Erkrankungen, Eltern von Kindern mit onkologischen Erkrankungen, Geschwister von Jugendlichen mit psychischen Erkrankungen). Anschließend werden konkrete Praxiskonzepte und -erfahrungen aus ausgewählten Handlungsfeldern vorgestellt (Kinder- und Jugendhilfe, Sozialpsychiatrie, Forensische Psychiatrie und Altenhilfe).

Da Angehörige sowohl gesamtgesellschaftlich als auch fachlich nur wenig gehört und gewürdigt werden, ist es uns ein besonderes Anliegen, ihre Bedürfnisse und Bedarfe sowie ihr Erfahrungswissen sichtbar werden zu lassen.

Daher möchten wir Ihre Aufmerksamkeit in besonderer Weise auf die Beiträge lenken, in denen die Stimmen der Angehörigen selbst im Zentrum stehen. Dazu gehören vor allem die beiden Gespräche: Elfriede Loser skizziert den Aufbau von AGUS e.V. (Angehörige um Suizid) und lässt uns an der Bedeutung von Selbsthilfeangeboten für Suizidhinterbliebene teilhaben. Das Gespräch mit Katharina Nagel fokussiert die Relevanz von EX-IN-Begleitungsangeboten für Angehörige von Menschen mit psychischen Erkrankungen – es wird deutlich, welche Herausforderungen, aber auch welche Potenziale sich mit ihrer Arbeit verbinden.

Wir wünschen Ihnen eine inspirierende Lektüre!
Ihre Christine Kröger und Silke Birgitta Gahleitner

Inhalt

Titelthema · Angehörigenarbeit

- | | | |
|---|---|---|
| <p>6 Angehörigenarbeit – wichtig, aber oft vernachlässigt?!
Zwischen Belastungen und Ressourcen
Christine Kröger, Lisa Große und Gernot Hahn</p> <p>16 Zur Lebenssituation von Kindern psychisch erkrankter Eltern
Was bedeutet es, wenn Eltern erkrankt sind?
Albert Lenz</p> | <p>26 Geschwistern eine Stimme geben
Bedürfnisse und Unterstützungsbedarfe von Geschwistern von Jugendlichen mit einer psychischen Erkrankung
Iris Wildenauer</p> <p>36 Eltern von Kindern und Jugendlichen mit somatischen chronischen Gesundheitsproblemen
Auswirkungen, Belastungen und Herausforderungen
Kerstin Krottendorfer, Romana Schermann und Frederike Goller</p> | <p>45 Hochbetagte und ihre Angehörigen
Altern als Herausforderung
Michael Vogt</p> <p>53 Impulse für die Angehörigenarbeit in der Forensischen Sozialen Arbeit
Im Blickwinkel von justiznahen Arbeitsfeldern
Danny Ochs und Gernot Hahn</p> |
|---|---|---|



61 Arbeit mit Kindern von Eltern mit psychischen Erkrankungen in der Erziehungsberatung
Familienberatungsstellen
Thomas Köhler-Saretzki und Annette Vossen

73 Kinder- und Jugendbücher für die psychosoziale Praxis
Mit Kindern und Jugendlichen über psychische Erkrankungen ihrer Eltern sprechen
Christine Kröger

79 Vereinbarkeit von Beruf und Pflege
Ein Gleichstellungsthema
Carina Schleewitz, Adelheid von Spee und Sarah Hampel

86 Gespräch
Selbsthilfe für Suizidhinterbliebene
AGUS e. V.
Christine Kröger im Gespräch mit Elfriede Loser

92 Gespräch
Angehörige begleiten Angehörige
EX-IN-Angehörigenarbeit in der Sozialpsychiatrie
Christine Kröger im Gespräch mit Katharina Nagel

In eigener Sache

98 Vorschau

98 Impressum

Selbsthilfe für Suizidhinterbliebene

AGUS e.V. – Angehörige um Suizid – ist ein bundesweiter Selbsthilfeverein von und für Menschen, die Angehörige durch Suizid verloren haben. Es handelt sich um die größte und älteste Selbsthilfeorganisation in Europa, die sich für die Interessen von Suizidhinterbliebenen einsetzt. Elfriede Loser hat den gemeinnützigen Verein AGUS e.V. mitgegründet. Im Gespräch mit Christine Kröger skizziert sie die Entwicklung von AGUS e.V. und erläutert die Relevanz von Selbsthilfeangeboten für Suizidhinterbliebene.



Christine Kröger im Gespräch mit Elfriede Loser

Christine Kröger: Liebe Elfriede Loser, Sie haben den Aufbau von AGUS e. V. seit den Anfängen mitgestaltet. Wie ist AGUS e. V. entstanden und wann und wie sind Sie zu AGUS e. V. gekommen?

Elfriede Loser: AGUS e. V. entwickelte sich ab 1989 in ganz kleinen Anfängen durch die Privatinitiative einer Betroffenen, der Gründerin Emmy Meixner-Wülker. Ich habe zufällig einige Monate nach dem Tod meines Partners einen Bericht über Frau Meixner-Wülker in der Tageszeitung gelesen und fühlte mich sofort angesprochen. Zuerst war ich natürlich zögerlich und wusste nicht, was mich erwartet, aber es war ein großes Glück für mich, dass ich dort sofort andocken konnte. Wir haben damals Pionierarbeit geleistet und Frau Emmy Meixner-Wülker musste große Überzeugungskraft einsetzen, damit wir ernst genommen wurden.

.....

Wir haben damals Pionierarbeit geleistet.

.....

Jeder hatte zuerst gefragt, was wir denn überhaupt wollen. Die, um die es geht, sind doch tot – und was wollen Sie?

C. K.: Das ist aus heutiger Sicht erschütternd zu hören. Was sind – Ihrer Erfahrung zufolge – die wichtigsten Meilensteine in der gut 30-jährigen Geschichte von AGUS e. V.? Welche Angebote umfasst AGUS e. V. heute?

E. L.: In den letzten drei Jahrzehnten hat sich tatsächlich viel verändert. Die Gesellschaft geht heute anders mit der Todesart Suizid um. Es gibt weniger Tabus und mehr Verständnis für psychosoziale Krisen

Zur Person



Foto: privat

Elfriede Loser ist hauptamtliche Mitarbeiterin in der AGUS e. V. Bundesgeschäftsstelle Bayreuth und Gruppenleiterin. Kontakt: elfie.loser@agus-selbsthilfe.de

und Erkrankungen, mehr Hilfsangebote und weniger Ängste, diese auch anzunehmen. Die Angebote für trauernde Menschen sind um ein Vielfaches gewachsen.

Wir bei AGUS e. V. haben vielfältige Hilfsangebote für Suizidtrauernde (siehe auch <https://www.agus-selbsthilfe.de>):

- *Selbsthilfegruppen* an mittlerweile 120 Standorten in Deutschland, in denen sich Betroffene untereinander austauschen können,
- eine eigene *Schriftenreihe* mit 26 Themen-Broschüren,
- eine eigene *Wanderausstellung*, die das ganze Jahr über gebucht ist,
- *Wochenendseminare*, die speziell nach Betroffenheit ausgerichtet sind (z.B. Verlust eines Kindes, Elternteils oder Partner:in),
- *kostenlose Infoflyer* – einer davon dient als Hilfestellung für die ersten Tage und bei zwei weiteren wird die Situation betroffener Kinder und Jugendlicher thematisiert,

- eine *Online-Plattform* bzw. ein Forum für den Austausch Betroffener untereinander (zu jeder Tages- und Nachtzeit möglich),
- *Online-Gesprächsgruppen*,
- eine kostenfreie *Online-Vortragsreihe* mit namhaften und kompetenten Referent:innen.

C. K.: Was macht die Trauer und die Trauerarbeit nach einem Suizid besonders?

E. L.: Es braucht viel Wissen um die Besonderheit dieser Trauer, um Teilnehmende gestärkt mit neuem Mut und mehr Hoffnung nach Hause gehen zu lassen. Die Trauer nach Suizid ist kompliziert und langwierig (Wagner 2021).

Die Hinterbliebenen fragen sich unentwegt, was sie anderes hätten tun können und wo sie etwas anderes hätten sagen sollen. Dadurch weisen sie sich eine große Schuld zu. Sie sind sich selbst die schärfsten Richter, weil sie glauben, versagt zu haben.

.....

Die Trauer nach Suizid ist kompliziert und langwierig.

.....

C. K.: Sie leiten seit mehr als 25 Jahren die AGUS-Selbsthilfegruppe in Bayreuth. Was würden Sie auf der Grundlage Ihrer langjährigen Erfahrung sagen – was sind die wichtigsten Anliegen und Themen, die die Teilnehmenden beschäftigen?

E. L.: Die Frage nach dem Warum ist heute nicht weniger drängend und verzweifelt als vor 30 Jahren. Besonders Suizidtrauernde erklären sich hinterher zum Beispiel zu schlechten Eltern und sind überzeugt davon, dass der Tod des Kindes etwas mit ihnen zu tun haben muss. Die größte Belastung für viele ist nach wie vor die Schuldfrage und die Suche nach dem Sinn im Leben (Paul 2010, 2018).

Zur Person



Foto: privat

Christine Kröger, Prof. Dr. rer. nat., ist Professorin für Psychologische Grundlagen der Sozialen Arbeit und Klinische Sozialarbeit an der Hochschule Coburg. Kontakt: christine.kroeger@hs-coburg.de

der Beziehung ist es, die Betroffene als entlastend und stützend erleben, denn hier spricht kein »Blinder von der Farbe«.

Die Kunst der Seelsorge besteht darin, die Einmaligkeit zu respektieren, die jeder trauernde Mensch für sich erlebt.

C. K.: Worin genau liegen Ihrer Erfahrung zufolge die besonderen Stärken der AGUS-Selbsthilfegruppe und wo gibt es möglicherweise auch Grenzen?

E. L.: Niemand kann den Verlust eines Menschen so begreifen wie ein Mensch, der Ähnliches erlebt hat. Seinen Schmerz mit anderen teilen zu können und auf Menschen zu treffen, die sich für die eigene Geschichte wirklich interessieren, kann wichtige Impulse geben, wie man mit dem eigenen Schicksal besser um-

überaus wichtig in der Trauer. Die gegenseitige Unterstützung unter Betroffenen findet aber auf einer anderen Ebene statt, die sich durch ein tieferes Verstehen auszeichnet, durch

.....

Selbsthilfe ist wichtig, will und kann aber keine Therapie ersetzen.

.....

die Erkenntnis »Ich bin nicht allein mit meinem Schicksal«. Suizidhinterbliebene brauchen ein authentisches Gegenüber, das sich nicht hinter Regeln versteckt; es ist wichtig, dass keine spürbare professionelle Distanz im Raum steht.

Für viele Betroffene ist in dieser oft langfristig schweren Lebenssituation die Erfahrung »Hier interessiert

C. K.: Wie erleben Sie Ihre »Doppelrolle« bzw. Ihre zweifache Expertise? Auf der einen Seite haben Sie selbst die Erfahrung machen müssen, einen nahestehenden Menschen durch Suizid zu verlieren, das heißt Sie sind Expertin durch die eigene Erfahrung, auf der anderen Seite haben Sie auch einen fachlichen Hintergrund als Telefonseelsorgerin. Was ist wichtiger für Ihre Beratungsarbeit und auch für die Gruppenleitung? Oder anders gefragt: Wie passen und wirken diese beiden »Erfahrungsschätze« zusammen?

E. L.: Ich bin »Beraterin« auf Zeit in einer emotional schwierigen Lebenssituation. Die Ausbildung und Tätigkeit in der Telefon-Seelsorge (Hoff/Rohleder 2019) waren für mich ein gutes Fundament, auf dem ich aufbauen konnte.

Ich habe die Freiheit, auch von meiner eigenen Erfahrung und Haltung zu sprechen – wenn ich den Eindruck habe, dass das für mein Gegenüber eine Hilfe sein könnte, um sich verstanden zu fühlen. Diese Art



© Gettyimages.com/Frazae Studio Latino (Bei abgebildeten Personen handelt es sich um Models.)

geht. Die Erfahrung zeigt, dass es oft leichter fällt, sich mit Fremden auszutauschen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben. Unterstützung im Freundes- und Bekanntenkreis ist

sich jemand für mich, denkt und fühlt mit, begegnet mir auf Augenhöhe und zieht gegebenenfalls auf respektvolle Art klare, nachvollziehbare Grenzen« existenziell bedeutsam.

Selbsthilfe ist wichtig, will und kann aber keine Therapie ersetzen.

C. K.: Was denken Sie, was ermöglicht es Menschen, den Suizid eines An- oder Zugehörigen im Laufe der Zeit zu bewältigen? Damit meine ich nicht, nicht mehr traurig zu sein, wenn an den Verlust gedacht wird oder keinen Schmerz mehr darüber zu empfinden, sondern sich dem eigenen Leben wieder zuwenden zu können, den eigenen Lebensweg wieder gestalten und dabei auch Freude empfinden zu können.

E. L.: Heutzutage sind wir alle darauf »gedrillt«, alles so schnell wie möglich abzuarbeiten, aber das wird nicht funktionieren, denn der Faktor »Zeit« ist ein ganz wichtiger Helfer. Gras wächst auch nicht schnell, wenn man daran zieht ... Die Zeit rückt das Unwiederbringliche aus dem Lebensmittelpunkt. Damit meine ich *nicht* den Satz: »Die Zeit heilt alle Wunden«.

Hinterbliebene stellen sich schnell die »Frage nach dem Sinn« im Weiterleben. Es hilft, sich für etwas zu

engagieren, das einem am Herzen liegt. Dazu gehört das Pflegen von Beziehungen zu Menschen, die uns guttun und mit denen wir gemeinsame Interessen, Hobbies oder eine Leidenschaft teilen. Manchmal führen die daraus entstehenden Impulse von außen auch dazu, dass es einem unvermutet gelingt, neue Fähigkeiten in sich zu entdecken. Daraus entwickelt sich ein besseres Selbstwertgefühl und eine neue Selbstwirksamkeit. Selbstmitleid und Bitterkeit machen einsam. Es ist für jeden Hinterbliebenen eine große Herausforderung, den Tod eines geliebten Menschen ins Leben zu integrieren. Auch die Tiefen sind Teil unseres Lebens und deswegen kann ich mich trotzdem freuen, aber es braucht seine Zeit.

C. K.: Was gibt Ihnen die Kraft für Ihre Arbeit, für Ihr jahrzehntelanges Engagement?

E. L.: Grundsätzlich bin ich ein sehr positiver Mensch, psychisch stabil und lebe im »Hier und Jetzt«. Das ist eine gute Voraussetzung für die Ar-

beit in diesem Bereich. Bei aller professioneller Distanz ist es entscheidend, berührbar für das Leid der Hinterbliebenen zu sein. Mir sind im Laufe meines Lebens viele Menschen begegnet, die es gut mit mir gemeint haben. Ich werde oft gefragt, warum machst du denn das alles noch? Es ist doch schon so lange her. Darauf kann ich immer nur antworten: Ich werde für das Leben und es macht mir Freude zu sehen, dass meine Arbeit Erfolg hat. Denn der Mensch heilt am Menschen.

C. K.: Ja, absolut, die authentische und empathische Zuwendung von anderen Menschen entfaltet tiefe heilsame Kräfte. Gerade weil die Verbindung zu anderen Menschen so hochbedeutsam ist, sind aber auch Erfahrungen von Ausgrenzung und Stigmatisierung so verletzend. AGUS e.V. hat mit seiner Arbeit sicher einen wichtigen Beitrag zur Enttabuisierung von Suiziden geleistet. Dennoch: Inwiefern werden Suizide nach wie vor tabuisiert?

E. L.: Selbsttötung ist immer noch

ein großes gesellschaftliches Tabu, verursacht durch Unsicherheit, Unkenntnis, aber auch durch die frühere Verurteilung der Kirchen. Jahrhundertlang gab es die Vorstellung, dass man das durch Gott gegebene Leben nicht selbst beenden darf. Es ist wichtig, zu akzeptieren, dass es die Entscheidung dieses Menschen war, so zu sterben. Wir müssen den Schmerz darüber gemeinsam aushalten und dürfen niemanden deswegen verurteilen.

AGUS e. V. leistet einen entscheidenden Beitrag, gleich zwei Tabus zu brechen und sowohl den Blick auf Suizid als auch auf Depressionen zu schärfen. Durch eine gezielte Aufklärungsarbeit trauen sich mittlerweile viele Betroffene mit ihren Bedürfnissen an die Öffentlichkeit und erfahren ihrerseits mehr Verständnis und Akzeptanz.

Die Gesellschaft geht heute anders mit der Todesart Suizid um, es gibt weniger Tabus. Es gibt mehr Verständnis für psychosoziale Krisen und Erkrankungen, mehr Hilfsangebote und weniger Ängste, diese auch anzunehmen. Die Angebote für trauernde Menschen sind um ein Vielfaches gewachsen.

C. K.: Welche Erfahrungen haben Sie selbst, aber auch die Angehörigen, die Sie begleiten, mit Stigmatisierung und/oder Diskriminierung gemacht?

E. L.: Betroffene, die heute an einer Selbsthilfegruppe teilnehmen, sind viel aufgeklärter und selbstbewusster geworden als noch vor 20 bis 25 Jahren. Sie wissen viel mehr über psychische Erkrankungen, sind aufgeschlossener für professionelle, therapeutische Unterstützung und kommen oft direkt auf Empfehlung ihrer:ihres Therapeut:in in die Selbsthilfegruppen.

Ich würde jeder:jedem Betroffenen raten, offen über die Todesursache

zu sprechen, denn: gerade bei dieser Todesart stehen am Anfang Spekulationen über den Hergang des Suizids im Vordergrund. Plötzlich glaubt jeder: zu wissen, weshalb der:die sich das Leben genommen hat. Das ist oft für die Familie am schlimmsten. Man muss sich für etwas rechtfertigen, wofür man gar nichts kann. Wer so verzweifelt ist, dass er:sie keinen anderen Ausweg sieht, als sein Leben zu beenden, dem fehlt die Kraft, an andere Menschen, auch an die nächsten, zu denken.

C. K.: Was wünschen Sie sich für die Zukunft von AGUS e. V.?

E. L.: Uns erreichen täglich hilfesuchende Anfragen betroffener Menschen aus dem ganzen Bundesgebiet, sei es am Telefon oder per Mail. Es sind Angehörige, die gerade den Tod eines Familienmitglieds erleben mussten.

.....

Die Angebote für trauernde Menschen sind um ein Vielfaches gewachsen.

.....

Ohne den Blick auf die Uhr zu richten, nehmen wir uns Zeit für die Sorgen und Nöte der Anrufer:innen. Jedes Gespräch verläuft individuell, und dennoch ist allen eines gemeinsam: Es zeigt, wie zutiefst zerbrechlich und gefährdet das Leben ist und auch, dass hinter Glück, Erfolg und Beliebtheit oft abgrundtiefe Einsamkeit und Verzweiflung liegen können, die Menschen immer wieder an ihre Grenzen führen.

Mit Stolz können wir heute auf unsere Arbeit zurückblicken, die mit der Gründerin Emmy Meixner-Wülker begonnen hat und mit viel Engagement von den Nachfolger:innen weitergeführt wird.

Für AGUS e. V. wünsche ich mir eine entschlossene und konsequente Stra-

tegie für die Zukunft, die mit dem Elan der jungen Generation weitergetragen wird und auf dem Fundament langjähriger Erfahrungen weiterhin aufbauen und zurückgreifen kann. Wir haben bisher viel erreicht, aber wir haben in Zukunft auch noch viel vor!

C. K.: Liebe Elfriede Loser, haben Sie ganz herzlichen Dank für diesen offenen und bereichernden Einblick in Ihre Erfahrungen. Gibt es zum Abschluss etwas, was Ihnen wichtig zu sagen ist, was wir bislang noch nicht angesprochen haben?

E. L.: Ja, wichtig ist, dass auch Betroffene signalisieren müssen, wie wir mit ihnen umgehen sollen. Es braucht Zeit und Geduld von beiden Seiten, um sich der Normalität des Alltags wieder zuwenden zu können. Eine wortlose, stille Anteilnahme kann oft am ehesten stützen.

Suchen Sie nach Hilfsmöglichkeiten für die Betroffenen, aber überlassen Sie es den Trauernden, ob und wann sie diese annehmen möchten. Betroffene werden oft als schwach und hilfsbedürftig angesehen, das sind sie aber nicht. Ich habe selten Menschen getroffen, die so mutig und tapfer sind.

Literatur

- Hoff, W./Rohleder, C. (2019): TelefonSeelsorge als Beratungsangebot in einer pluralisierten Gesellschaft. In: Pastoraltheologie 108(9), S. 338–364.
- Paul, C. (2010): Schuld – Macht – Sinn: Arbeitsbuch für die Begleitung von Schuldfragen im Trauerprozess. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus.
- Paul, C. (2018): Warum hast Du uns das angetan? Ein Begleitbuch für Trauernde nach einem Suizid. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus.
- Wagner, B. (2021): Postvention: Hinterbliebene nach einem Suizid. In: Teismann, T./Forkmann, T./Glaesmer, H. (Hrsg.): Suizidales Erleben und Verhalten. Ein Handbuch. Köln: Psychiatrie, S. 234–252.