

Christina Erdkönig mit Emir Ben Naoua

Loslassen und Leben aufräumen

Was mit uns geschieht, wenn wir die Wohnung unserer Eltern aufräumen

Kreuz Verlag, Freiburg im Breisgau 2014, ISBN 978-3-451-61248-0, 160 Seiten, Paperback, 12,5 x 20,5 cm, € 14,99

Trauern hat viele Facetten und für jeden Hinterbliebenen sind im Trauerfall andere Dinge bedeutend. Welche Bedeutung es haben kann, das Zuhause seiner verstorbenen Eltern auflösen zu müssen zeigt die Diplom-Kulturwirtin Christina Erdkönig in diesem Buch. Zusammen mit dem Psychologen Emir Ben Naoua geht sie in mehreren Kapiteln durch diesen Prozess. Sie macht Station an Punkten wie dem Elternhaus als Ort des Gedenkens, der Spurensuche nach Unbekanntem über die Eltern, Geschwisterdynamik und Streit im Familienverbund. In jedem Kapitel gibt es viele Fallbeispiele zu lesen, für die die Autorin verschiedene Betroffene zur entsprechenden Situation befragt hat. Abschließend wird aus psychologischer Sicht erläutert warum die angesprochenen Punkte so wichtig sind, aber auch problematisch sein können, und wie man einen Umgang damit finden kann.

Das Buch ist sehr verständlich geschrieben und bietet auf Grund der vielen erzählten Fallbeispiele die Möglichkeit, seinen eigenen Standpunkt in der jeweiligen Frage besser zu erkennen. Die im Vergleich dazu relativ kurzen Kommentare des Psychologen dürften für psychologisch interessierte Leser allerdings zu knapp gefasst sein.

Trotzdem erzählt das Buch viel über die vielen Seiten von Abschied und Trauer und zeigt den Sinn und die Notwendigkeit, den Umgang mit der Entrümpelung des Lebens der Verstorbenen jedem selbst zu überlassen. Denn die Vergangenheit der Eltern aufzugeben heißt auch immer, sich von einem Teil der eigenen Biografie zu verabschieden.

Bärbel Gamerdinger / 07.März 2014