

Warum Männer anders trauern als Frauen

Das Hospiz Stuttgart bietet erstmals eine Trauergruppe an, die sich exklusiv an Männer richtet. Von Martin Haar

Diese Geschichte haut normalerweise den stärksten Mann um. Und doch kann sie Matthias Kopp (54) heute so gefasst erzählen, als berichte er von einer Krankheit, von der er längst genesen ist. Dabei geht es um den schmerzhaften Verlust seiner Frau. Es geht um ihre fünfjährige Leidensgeschichte zwischen Hoffen und Bangen, an deren Ende der Krebs ihren ganzen Körper erfasst hat. Und es geht darum, wie dieses Leid samt des Todes der Mutter den Vater und die drei Kinder (9, 11, 16) erfasst.

Kopp erinnert sich daran, dass dieser Verlust ihm den Stecker gezogen hat. Schlaflos, ohne Energie taumelte er zunächst durch die Tage und Nächte. Krank vor Seelenschmerz. „Viele Männer reagieren hier extrem“, weiß er. Entweder tröstet der Alkohol, Ausschweifungen oder destruktives Verhalten. Wut und Zorn sind die ständigen Begleiter. Und der Rest des Lebens? Mann funktioniert eben. Bei Matthias Kopp hingegen hat die Trauerkeule nicht mit dieser Härte zugeschlagen. „Nach drei, vier Monaten war ich wieder bei meiner alten Kraft“, erinnert er sich. Heute weiß er, warum: „Ich habe während des Trauerns gemerkt, was mir gut tut.“ Ihn hat die Naturerfahrung, die Bewegung, das Unterwegssein gestärkt. Kurz: die Wanderschaft. Der Weg ist damit weit mehr als das Ziel. Etappe für Etappe ist für Kopp etwas Neues entstanden. Was 2014 mit dem Angebot von Wandergruppen begonnen hatte, ist nun zu einem Pilotprojekt im Hospiz Stuttgart gereift. Ein neues und einzigartiges Angebot nur für trauernde Männer.

„Es ist männerspezifisch, dass sie ihre Trauer in Aktion verarbeiten.“

Matthias Kopp, Trauerbegleiter

Dahinter steckt die Selbsterfahrung und Kompetenz des Trauerbegleiters Kopp gepaart mit der Erfahrung von Mar-



Martina Reinalter und Matthias Kopp haben sich auf Trauerarbeit für Männer spezialisiert.

Foto: Lichtgut/Max Kovalenko

NEUE WEGE FINDEN

Männer-Trauerwerkstatt
Matthias Kopp hat selbst einen Trauerweg beschrritten und will andere Männer auf deren Weg unterstützen. Die Trauerwerkstatt für Männer findet jeweils montags fort-

laufend vom heutigen Montag an sechsmal (18 bis 21 Uhr) statt. Treffpunkt ist der Hobbyhimmel in der Siemensstraße 140 in Feuerbach. Die Trauerwerkstatt steht allen Männern offen,

unabhängig von Alter und Religion. Die Kosten liegen bei 25 Euro pro Termin. Infos und Anmeldung unter info@mattiaskopp.com. Man kann sich für einen oder mehrere Termine anmelden. mh

tina Reinalter aus dem Hospiz Stuttgart. „Es ist männerspezifisch, dass sie ihre Trauer in Aktion verarbeiten“, sagt Kopp, dessen Satz von Reinalter vollendet wird: „Für Männer ist es das falsche Konzept, wenn man ihnen sagt: ‚Jetzt komm mal zur Ruhe und heul dich erst mal aus.‘“

Erst im trauernden Handeln würden Männer zunächst ihre körperliche Sicherheit zurückgewinnen, dann mit der psychischen Unklarheit zurecht kommen. Dies hat Martina Reinalter bei neun von zehn Männern in ihrer langjährigen Trauerarbeit beobachtet. Frauen hingegen trauern auf andere Weise, weiß Kopp: „Die weibliche intuitive Art des Trauerns sucht das empathische Gespräch, das Sich-als-Person-verstanden-zu-Wissen.“

Die Vision vom Stuhlkreis, in dem man seine Seele entblößt, ist für Männer jedoch abschreckend. „Auch weil wir anders sozialisiert sind“, sagt der 54-jährige Kopp. Für Männer in seinem Alter gelte: Der Indianer kennt keinen Schmerz. „Man hat uns mundtot gemacht.“ Männer brauchen daher eine längere Aufwärmphase, sie brauchen eine für sie stimmige Atmosphäre. Und dabei gilt: Es wird nichts Gutes, außer man tut es.

Die heilsamen Gespräche entwickeln sich dann automatisch. Der Vorteil dabei sei: „Man muss sich nicht ständig in die Augen schauen“, sagt Kopp. Reinalter präzisiert: „Man hat so das Gefühl, dass man zu sich und für sich selbst redet.“ Dieses Wissen machen sich Kopp und sein Mit-

streiter in der Trauer-Werkstatt, Georg Brandstetter, nun zunutze. Bei dieser Arbeit hebt er zwei Aspekte hervor: „Wir wollen einen Raum schaffen, wo wir Solidarität und Zusammengehörigkeit unter Männern stärken, woraus sich im besten Fall ein Netzwerk ergibt, das einen dann mittelfristig trägt.“ Der zweite Punkt sei dabei aber nicht minder wichtig: „In diesem Raum sollen Männer selbstwirksam und kreativ handeln. In diesem Tun sollen sie etwas erschaffen, das in Verbindung mit dem Verlust steht.“ Etwa einen Kerzenständer, dessen Licht die Bilder der Verstorbenen auf dem Sims erhellt.

Natürlich können Trauerbegleiter den Schmerz des Verlustes nicht wegzaubern, schickt Martina Reinalter voraus: „Aber wir helfen dabei, den Verlust in das Leben zu integrieren, bis jemand sagen kann: So, jetzt ist mein Leben wieder lebenswert.“ Kopp hat das gleiche Ziel, formuliert es aber anders: „Wir wollen Trauernden Wege aufzeigen, dass sie ihren eigenen Weg wieder finden.“ Es gehe darum, die Wanderschaft des Lebens wieder an- und aufzunehmen. Und dies über einen besonderen – einen exklusiv männlichen – Pfad.

Eingeschränkter Putzdienst

Wegen Coronaerkrankungen fehlt Personal für die Straßenreinigung. Von Kai Müller

In der Stuttgarter Innenstadt und in Bad Cannstatt kommt es in den nächsten Tagen zu Einschränkungen bei der Reinigung von Straßen und öffentlichen Plätzen. Als Grund nennt die Stadt Stuttgart in einer Pressemitteilung vom Freitag, dass in der Betriebsstelle Mitte der Abfallwirtschaft Stuttgart (AWS) bei 13 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern eine Infektion mit dem Coronavirus festgestellt und für drei weitere eine Quarantäne ausgesprochen wurde.

Was sind die Folgen genau? In der Innenstadt werden die Unterführungen sowie die Zugänge zu den Stadtbahnen nicht nassgereinigt, davon ausgenommen sei die Klett-Passage, heißt es in der Mitteilung weiter. Gewährleistet sei aber das Fegen sowie die Leerung der Papierkörbe. In Bad Cannstatt werden laut Stadtverwaltung im Bereich Kurpark bis nach Fellbach vorübergehend nur die Papierkörbe geleert. Die Reinigung der Straßen hingegen bleibt aus, teilt die Stadt mit.

Der Technische Bürgermeister Dirk Thürnau sagte dazu am Freitag: „Die Pandemie macht auch nicht vor den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Abfallwirtschaft halt. Im Straßenbild wird sich am Wochenende zeigen, wie wichtig ihre Arbeit ist. Noch wichtiger ist allerdings eine schnelle und umfangreiche Besserung der Betroffenen. Wir werden in der kommenden Woche sehen, ob wir ihren Ausfall auffangen können.“

Es ist nicht der erste Vorfall dieser Art bei der AWS. Schon im Januar war es in der Betriebsstelle zu einem beträchtlichen Corona-Ausbruch gekommen. Damals waren zwölf Müllwerker mit dem Coronavirus infiziert, 13 weitere in Quarantäne und 23 anderweitig erkrankt, so die AWS damals. Insgesamt hat die Betriebsstelle 91 Beschäftigte. Der Corona-Ausbruch hatte damals Auswirkungen auf die Stuttgarter Filderbezirke. Dort blieb der Papiermüll einige Tage stehen, weil zu wenig Personal im Dienst war.