

## Zusammenfassung

**Hintergrund.** Die steigende Suizidrate in Deutschland richtet das Augenmerk auf eine bisher kaum beachtete Zielgruppe in den Gesundheitswissenschaften. Jeder Suizident hinterlässt im Durchschnitt sechs Menschen, die diesen Verlust verarbeiten müssen. Hinsichtlich der Trauerprozesse bei Hinterbliebenen nach natürlichem Tod und nach Suizid bestehen Unterschiede, die für den Auf- und Ausbau von Hilfsangeboten für Trauernde eine entscheidende Rolle spielen. Bislang sind die Erkenntnisse diesbezüglich unzureichend. Die vorliegende Masterarbeit leistet einen innovativen Beitrag zur Schließung dieser Forschungslücke.

**Zielsetzung.** Die vorliegende Untersuchung hat das hauptsächliche Ziel, die Unterschiede in den Trauerprozessen bei Hinterbliebenen nach natürlichem Tod und bei Hinterbliebenen nach Suizid herauszustellen. Zudem sollen mit Hilfe von Nebenfragestellungen Unterschiede der Trauerprozesse aus Sicht von Expertinnen untersucht werden. Dies soll ermöglichen, Handlungsempfehlungen bezüglich eines Auf- oder Ausbaus von Hilfsangeboten für Trauernde zu erarbeiten.

**Methode.** Für eine Beantwortung der Fragestellung wurden insgesamt zehn Interviewpartner rekrutiert. Die Befragung von fünf Hinterbliebenen nach Suizid, drei Hinterbliebenen nach natürlichem Tod und zwei Expertinnen erfolgte mittels problemzentrierter, qualitativer Leitfadeninterviews. Die Interviews hatten eine durchschnittliche Dauer von 44 Minuten bei den Hinterbliebenen und 48 Minuten bei den Expertinnen und wurden überwiegend in den Räumlichkeiten von Lichtblick Flensburg e.V. durchgeführt. Für eine Beantwortung der Fragestellung wurde die strukturierende qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring (2016) gewählt. Die Ergebnisse der Interviews wurden unter Verwendung des Programms MAXQDA 11 bei den Trauernden in vier Kategorien zu den Themen Trauerreaktionen, Trauerphasen, Einflussfaktoren in dem Trauerverlauf und das bestehende Hilfsangebot unterteilt. Bei den Expertinnen wurde in drei Kategorien unterteilt, die auf die Trauergruppe, Trauerphasen und Einflussfaktoren abzielen. Diese Kategorienbildung gewährleistet die Vergleichbarkeit der Ergebnisse, um eine abschließende Zusammenfassung zu ermöglichen.

**Ergebnisse.** Die Untersuchung zeigte vielfältige Einblicke in Trauerprozesse der Hinterbliebenen nach Suizid und nach natürlichem Tod. Die Befragten berichteten über die ersten Trauerreaktionen, die Trauerphasen, die sie durchlebten sowie über Einflussfaktoren auf den Trauerverlauf. Zudem bewerteten sie das Hilfsangebot, was sie zur Trauerbewältigung in Anspruch nahmen. Es wurde festgestellt, dass sich im Gegensatz zu den Hinterbliebenen nach natürlichem Tod bei den Hinterbliebenen nach Suizid dem Verstorbenen gegenüber eine Wut aufbaut und sie sich Selbstvorwürfe machen, den Suizid

nicht verhindert zu haben. Hinzu kamen Schuldzuweisungen aus der Nachbarschaft. Diese Gefühle gepaart mit dem tiefen Trauerschmerz führten teilweise zu Suizidgedanken. In den Trauerphasen zeigten sich weitere Unterschiede, denn die Hinterbliebenen nach Suizid stellten sich in den ersten zwei Phasen häufig die Frage, warum der Suizident sich das Leben genommen hat und machten diesem Vorwürfe, da sie sich im Stich gelassen fühlten. Die Hinterbliebenen nach natürlichem Tod hingegen fragten sich, warum ausgerechnet diese Person sterben musste. Im späteren Trauerverlauf zeigt sich, dass sich die Trauernden nach Suizid neue Ziele setzten und neue Rollen übernehmen. Im Gegensatz zu den Hinterbliebenen nach natürlichem Tod suchten die Betroffenen als Trauerort die Todesstelle auf, um dem Verstorbenen näher zu sein. Es kann festgehalten werden, dass der Trauerverlauf nach Suizid häufiger pathologisch verlief und insbesondere der Anfang des Trauerprozesses geprägt ist durch Schuldgefühle und Empfindungen dem Suizidenten gegenüber. Die befragten Expertinnen unterstützten weitestgehend die Aussagen der Betroffenen. Ergänzend kann angeführt werden, dass aus Sicht der Expertinnen die Sozialisation der Trauernden im Trauerprozess eine entscheidende Rolle spielt. Zudem kann der Trauerverlauf positiv beeinflusst werden, wenn Hinterbliebene nach Suizid einen Abschiedsbrief vorfinden, in dem offene Fragen beantwortet werden.

**Schlussfolgerungen.** Methodische Einschränkungen wie beispielsweise die kleine Stichprobengröße, fehlende Einschätzungen zu bestimmten Themenbereichen und die unterschiedliche Kategorienbildung der Betroffenen und der Experten schränken die Aussagekraft der Ergebnisse ein. Um diese zu stärken, sollten in Zukunft größere Stichproben untersucht werden und auf eine sorgfältige Abarbeitung des Leitfadens geachtet werden. Die Befunde belegen Unterschiede in den Trauerprozessen bei Hinterbliebenen nach natürlichem Tod und nach Suizid. Zudem ist für Akteure der Prävention und Gesundheitsförderung zu empfehlen, dass der steigenden Suizidrate entgegengewirkt wird und das Hilfsangebot zur Trauerbewältigung ausgebaut und mit weiteren Akteuren vernetzt wird. Wichtig ist, dass hierbei auf eine Trennung der Hinterbliebenen nach Todesursache geachtet wird. Abschließend ist festzuhalten, dass die vorliegenden Ergebnisse einen bedeutenden Beitrag zur Schließung der Forschungslücke geleistet haben.

## Abstract

**Background.** The increasing suicide rate in Germany emphasizes a so far barely-considered target group in health sciences. On average each suicide leaves six people behind needing to cope with bereavement. Comparing the grieving processes of the bereaved after natural death and suicide, differences can be ascertained that are crucial to the development and improvement of offering help for mourners. Preliminary findings to this topic are insufficient, but the following master thesis will contribute to the closure of the research gap.

**Aim.** The overall aim of the present study is to emphasize the differences in the grieving process of the bereaved after natural death and suicide. Moreover, differences in grieving processes as seen from the perspective of experts shall be evaluated as well. Consequently, recommendations concerning the development and/or improvement of the offer of help for mourners shall be acquired.

**Method.** Ten interviewees were found, divided into five bereaved after suicide, three bereaved after natural death and two experts, who were surveyed using the method of problem-centered, qualitative guided interviews. The interviews mainly took place on the premises of Lichtblick Flensburg e.V. and had an average duration of 44 minutes with the bereaved and 48 minutes with the experts. To answer the questions a structuring qualitative content analysis according to Mayring (2016) was chosen. The results of the interviews were separated into different categories by using MAXQDA 11. The outcomes of the interviews with the bereaved were separated into four categories: mourning sorrows, mourning stages, influencing factors of the grieving process and the existing offer of help. The outcomes of the interviews with the experts were separated into three categories aiming at the mourning group, mourning stages and the influencing factors. By separating into these categories, a comparability of the results is guaranteed to facilitate a conclusive summary.

**Outcomes.** As a result of the study one can gain various insights in the grieving processes of the bereaved after suicide and after natural death. The interviewees told about mourning sorrows, mourning stages they had to undergo and influencing factors on the grieving process. Furthermore, the offer of help used for coping with bereavement was evaluated. In contrast to the bereaved after natural death, the bereaved after suicide came up with rage and self-recrimination for not being able to prevent the suicide. Additionally, they had to deal with recrimination of their neighborhood. Which in turn and in combination with the deep mourning again led to suicide thoughts. Comparing the mourning stages, the bereaved after suicide were mainly asking themselves why the suicide took one's own life and then blamed the suicide for marooning them, whereas the bereaved after natural death

dealt with the question why this exact person had to die. Within the later mourning stages, it appeared that the bereaved after suicide set new goals, took over new roles and, contrary to the bereaved after natural death, visited the death place for grieving and to be closer to the decedent. As a result, it can be stated that the grieving process after suicide more often proceeded pathologically. Especially the beginning of the grieving process is characterized by agonizing thoughts and feelings. The interviewed experts supported as far as possible the statements of those affected. In addition, it can be stated that, from the perspective of the experts, the socialization of mourners plays a decisive role in the mourning process. In addition, the mourning process can be positively influenced if bereaved relatives find a suicide note in which open questions are answered.

**Conclusions.** Due to methodical limitations, for example the small survey sample size, missing assessments to certain topics, different categories for evaluating the survey of the bereaved and the experts, the significance of the results is limited. For the future and to avoid these limitations, a bigger sample should be surveyed and the guideline should be worked through thoroughly. Nevertheless, the study emphasizes differences in the grieving processes of bereaved after natural death and after suicide. Moreover, it is recommended that the responsibilities for prevention and health promotion counteract the increasing suicide rate and develop as well as improve the offer of help for coping with bereavement. While doing so, it is important to separate the bereaved into groups of cause of death. In conclusion, the present outcomes significantly contributed to the closure of the research gap.