

**Das folgende Interview wurde 2021 von Cordula Tomberger geführt und anschließend für die Veröffentlichung gekürzt und bearbeitet.**

## **Volker**

*„Das sind einschneidende Erlebnisse, die prägen einen, das kriegst du nicht mehr weg. Das ist eine Schramme, die hast du, aber die sollte man auch nicht verstecken.“*

Vor 34 Jahren nahm sich Volkers Vater das Leben, er selbst war damals 22 Jahre alt. Volker und ich kennen uns aus unserer Schulzeit, danach wohnten wir von 1988 bis 1990 zusammen in einer Wohngemeinschaft, gemeinsam mit einem weiteren Freund, der seinen Vater als Kind durch Suizid verloren hatte. Volker arbeitet am Theater, er ist verheiratet und hat vier Kinder.

### ***In welcher Konstellation habt ihr damals gelebt?***

*Ich habe mit meinen Eltern zusammengelebt. Meine beiden Brüder waren da schon einige Jahre aus dem Haus und ich war das Einzelkind. Meine Brüder sind aus der ersten Ehe meiner Mutter und ungefähr fünfzehn Jahre älter als ich.*

### ***Was ist an dem Tag des Suizids genau passiert?***

*Ich war an dem Tag selbst nicht zuhause, sondern auf einer Schulung im Rahmen meiner Malteser-Ausbildung des Zivildiensts. Am frühen Nachmittag*

*so zwischen zwei und drei kam dann meine Leiterin rein und sagte, ich solle mal ans Telefon kommen. Es war unser Nachbar, der sagte, ich müsste sofort nach Hause kommen, die Dienststellenleiterin wüsste wohl, worum es geht, und man würde mich zum Bahnhof bringen und dann sollte ich mich in den nächsten Zug nach Hause setzen. Da hat mir noch keiner gesagt, was passiert ist, aber da war mir schon klar, dass da irgendwas passiert sein muss. Die Dienststellenleiterin hat mich zum Bahnhof gebracht hat, ich hab sie gefragt, was ist denn jetzt los, ich möchte das gerne mal wissen. Ja, und dann hat sie mir eben gesagt, dass mein Vater sich umgebracht hätte und auch das, was man dann so sagt, wenn was ist, kannst du immer anrufen, kannst dich melden und wir können da drüber reden und so.*

*Das war ja die Zeit ohne Handy, du sitzt da in so einem Großraumabteil und fühlst dich ganz plötzlich alleine. Ich musste in X umsteigen und ich hatte tatsächlich nur einen Fünfzig-Mark-Schein dabei, ich wollte zuhause anrufen. Dann bin ich erst mal in einen Blumenladen rein und ich hatte wohl einen Gesichtsausdruck, dass es da auf meine Bitte, mir den klein zu machen, damit ich telefonieren kann, überhaupt keine Diskussion gab.*

*Also es war so, dass mein Vater offensichtlich noch nach der Arbeit nach Hause gekommen ist. Er hat mittags immer zuhause gegessen und dann eine halbe Stunde Pause gemacht, sich aufs Sofa gelegt und anschließend ist er wieder zur Arbeit gefahren. Es muss wohl so gewesen sein, dass er seinen Wagen abgestellt, seine Uhr abgelegt und sein Portemonnaie an den Platz gelegt hat, wo er es immer hinlegt, und er ist dann in den Keller gegangen und hat sich nicht das Essen heraufgeholt, was da von meiner Mutter bereitgestellt war, sondern hat sich im Keller erdrosselt.*

*Das war im Februar, kurz vor Karneval. Mein Vater hatte mich am Tag vorher noch weggebracht zu meiner Freundin. Ich bin mit ihr an dem Abend davor noch ins Kino gegangen und sie hat mich noch zum Bahnhof gebracht und von da bin ich wieder zur Schulung gefahren. Das war schon krass.*

### **Wie war die Vorgeschichte deines Vaters?**

*Also ich würde in der Nachschau sagen, dass mein Vater bestimmt Depressionen hatte, und er hatte auch bestimmt keine leichte Kindheit. Er ist mit 14 sehr früh von zuhause weggegangen, hat nur die Volksschule gemacht, die es eben auf dem Land gab und ist dann in die Ausbildung zum Schneidermeister geschickt worden. Das war nicht unbedingt sein erster Berufswunsch, aber das war der Berufswunsch, der realisierbar war. Er hat unter der Woche bei seinem Lehrherrn in der Werkstatt gewohnt und war nur am Wochenende bei seinen Eltern auf dem Hof. Die hatten einen landwirtschaftlichen Betrieb, viele Kinder, wenig Geld, deswegen war es wichtig für sie, dass der Junge schnell in Ausbildung kommt. Sie waren auch durch den Krieg gebeutelt. Er war also auch ein Kriegskind und ich glaube, dass das unsere Beziehung ein Stück weit geprägt hat. Das war jetzt nie so der „Wir-unternehmen-mal-was-Vater“, sondern der hat sein Leben gelebt, hatte seine Arbeit, seine Vereinsgeschichten, dann warst du eben verheiratet und hattest ein Kind und bist mitgelaufen.*

### **Habt ihr vorher irgendwelche Veränderungen an deinem Vater festgestellt?**

*Nein. Also ich hab da viel drüber nachgedacht, aber: nein. Es gab auch keinen Abschiedsbrief oder so. Nichts. Es war kein besonderes Datum. Ich glaube, für ihn war das einfach so, das war gelaufen. Das war für ihn die Entscheidung.*

### **Wie war dein Verhältnis zu deinem Vater?**

*Ich sag mal so, ich hab ein anderes Verhältnis zu meinen Kindern, als mein Vater das zu mir hatte. Wenn er mir gegenüber Nähe mal zugelassen hat, dann war das völlig überraschend für mich. Ich glaube, er hat mich auf seine Art und Weise geliebt. Es gab Momente der Nähe, aber die meiste Zeit haben meine Eltern so ihr Leben gelebt.*

### **Wie waren deine Gefühle deinem Vater gegenüber nach dem Suizid?**

*Also ich war schwer geschockt. Ich hab zuhause gesessen, der Notarzt hatte meine Mutter mit Beruhigungsmitteln abgeschossen, die war nicht ansprechbar, mein großer Bruder war da und musste aber wieder weg und sagte, ich wüsste ja, was zu tun wär. Wusste ich nicht - aber mich eben um die Beerdigung kümmern. Dann kam mein anderer Bruder später am Abend noch hierhin und wir haben hier gesessen und ich musste irgendwann die Uhr im Wohnzimmer anhalten, es war so still - ich hab das nie wieder so still erlebt. An dem Abend habe ich dann noch einen Freund, angerufen, der ist noch vorbeigekommen. Eine wahnsinnige Stille.*

### **Wie war die erste Zeit nach dem Suizid?**

*Es war so, dass ich dann funktioniert hab. Es ging ja auch darum, meine Mutter zu schützen und dann alles zu machen: bei ihr zu sein, mit ihr zur Sparkasse, du musst ja erst mal wieder an das Geld rankommen, das wurde ja schnell notwendig, die Beerdigung zu organisieren, die Kosten eben, die Verwandtschaft zu informieren...*

***Ich frag noch mal nach: Du solltest die Beerdigung organisieren?***

*Ja. Das hab ich dann gemacht. Natürlich hab ich meine Mutter mitgenommen, aber die saß da eigentlich mehr und war wie abgeschaltet. Sie stand unter Beruhigungsmitteln und war auch nicht die Frau, die sonst in der Familie den Hut aufhatte. Sie hat natürlich auch darunter gelitten, aber sie hatte auch diese Ängste, was sagen die anderen Leute. Meine Mutter war immer sehr darauf fixiert, wie ihre Außenwahrnehmung ist.*

*Ich war tatsächlich bis nach der Beerdigung zuhause. Das dauerte ja auch ein bisschen, bis die Leiche freigegeben wurde. Ich war ungefähr zwölf Tage nicht im Dienst und bin dann wieder zurück in den Zivildienst gegangen. Und das hat auch alles erstmal ganz gut geklappt, ich hab funktioniert.*

***Wie wurde in der Familie mit dem Suizid umgegangen?***

*Meine Mutter hat sich da entweder gar nicht zu geäußert oder gesagt, wie konnte er ihr das antun. So dazwischen. Und es war eben die Frage, warum er das gemacht hat. Meine Mutter hatte gesagt, sie hätte hier keinen Brief gefunden, ich hab auch nie etwas in der Art gesehen.*

*Ich glaub, die Schlüsselgeschichte war tatsächlich die Beerdigung. Die Brüder meines Vaters sind alle sehr katholisch und „Selbstmord“ ist ein schwerwiegendes Problem. Mein Onkel J. hat sehr darunter gelitten, der hatte offensichtlich ein sehr enges Verhältnis zu meinem Vater. Der Gemeindepfarrer hat ihn da abgeholt, indem er gesagt hat, ja, mein Vater hätte sich umgebracht, aber er sei sicher, dass sich mein Vater in dem Moment, als es zu spät war, sicherlich hätte anders entschieden, wenn er noch gekonnt hätte. Also er hat da die Kurve gebaut, hat dem Onkel quasi gesagt, das war zwar ein „Selbstmord“, aber letztendlich hätte mein Vater im*

*letzten Moment bestimmt gesagt, das ist ein Fehler. Und dann war das für meine Verwandtschaft gut, dann war das nämlich kein „Selbstmörder“.*

***Wie sind Freunde und Bekannte und das berufliche Umfeld mit dem Suizid umgegangen?***

*Aus der Firma, in der mein Vater gearbeitet hat, kamen erstmal Beileidsbekundungen und gleichzeitig wurde bei dem Kondolenzbesuch dann gesagt, mein Vater hätte ja noch ein paar Hemden zur Auswahl mitgenommen für den Schützenverein, das müsste noch bezahlt werden. Das war eine merkwürdige Situation, ich fand's ein bisschen befremdlich in dem Moment. Das hätte auch nochmal 14 Tage Zeit gehabt.*

*Auf der Beerdigung waren viele Menschen, mein Vater war ja nun in vielen Vereinen und das war ja auch noch nicht so lange her, dass er seinen fünfzigsten Geburtstag gefeiert hatte. Da waren also ganz viele Leute. Und meine Mutter war halt wie versteinert. Und sie hat sich dann tatsächlich auch sehr zurückgezogen. Ich hab auch gemerkt, dass dieser Bekanntenkreis, mit dem wir Sachen unternommen haben wie z.B. Ausflüge oder Kartenspielen, sich zurückgezogen hat. Entweder konnte meine Mutter das nicht annehmen oder die konnten alle nicht wirklich damit umgehen. Die haben sich dann so darauf verständigt, ja, dann sieht man sich nicht mehr. Also meine Mutter ist sehr einsam gewesen nach dem Tod meines Vaters. Das hat Zeit gebraucht, bis sie sich wieder mit ihrer Freundinnenclique getroffen hat.*

*Mit meiner Dienststelle war geklärt, dass ich erstmal frei hatte, das war nicht das Problem. Aber das alles hatte natürlich Auswirkungen auf meinen Zivildienst, auf meinen Job, denn ich war ja in der Ausbildung. Als der Suizid passiert ist, war ich gerade dabei, den großen Sanitätsschein zu machen. Und*

es sollte so sein, dass ich danach weiter auf den Lehrgang zum Rettungssanitäter komme. Das wäre tatsächlich dann schon mal so etwas wie eine Berufsausbildung gewesen. Mich hat das auch sehr interessiert. Mein Dienststellenleiter hat mir dann relativ klar gesagt, dass das nichts mehr werden würde, weil: „Selbstmord ist ja erblich.“ Gut, jetzt war das nicht so, dass irgendeiner oder irgendeine sonst in meiner Familie, soweit ich das weiß, sich mal umgebracht hat, und abgesehen davon ist das natürlich auch völliger Schwachsinn. Also Haarausfall, das kann erblich sein, aber „Selbstmord“ mit Sicherheit nicht. Aber das war so katholisch geprägt – dann war ich eben raus. Ich wurde nicht auf den Lehrgang entsendet, sondern hab stattdessen Behindertentransporte gemacht. Das hat mir auch Spaß gemacht, aber ich war schon ein bisschen geknickt, muss ich sagen. Zu der Zeit war ich ja auch noch aktiv im Bund der Katholischen Jugend (BDKJ), war im Dekanatsleitungsteam. Nach den Beileidsbekundungen hab ich aber gemerkt, dass man mich in diesem Kreis nicht mehr wollte, weil mein Vater ja ein „Selbstmörder“ war, also Todsünde. Und dann hab ich mich da zurückgezogen. Ich hatte aber das große Glück, dass der Priester, der uns in der Ausbildung betreute, mir eine große Hilfe war. Ich hab viel mit ihm gesprochen. Zuerst war ich einfach nur angewidert von dem Umgang mit mir, aber irgendwann ist die ganze Sache so über mir zusammengeslagen, und als es mir dann schlechter ging, da war er da. Er hat dann auch nochmal eine kurze Ansage gemacht bei den Freunden vom BDKJ und die waren danach ziemlich angefasst. Dass er bei ihnen christliches Verhalten an der Stelle jetzt nicht so erkennen könnte. Und wenn sie an den Scheiß auch glauben würden – also sinngemäß: auch glauben würden, dass „Selbstmord“ jetzt erblich wäre und die ganze Familie irgendwie befleckt sei – sollten sie sich vielleicht doch noch mal eine andere Glaubensgemeinschaft suchen. Also das war ziemlich drastisch. Aber wie gesagt, ich war dann aus der Sache raus, und hab meinen Zivildienst zu Ende gemacht.

**Wenn du nach deinem Vater gefragt wurdest, was hast du dann geantwortet?**

Also ich bin da tatsächlich offen mit umgegangen. Wenn mich jemand fragte, ist ja auch schlimm, was war denn, dann hab ich gesagt, ja, er hat sich umgebracht. Also da hab ich kein Geheimnis draus gemacht, weder zu dem Zeitpunkt noch später. Wenn jemand das von mir wissen wollte, dann hab ich auch nie hinterm Berg damit gehalten, dass mein Vater sich umgebracht hat. Dass er jetzt keinen Herzinfarkt hatte oder eine irgendwie tragische Erkrankung und dann verstorben ist. Nach der Phase, wo ich dann selber nicht mehr alles auf die Reihe bekommen hab, war mir das einfach wichtig, weil sonst hätte ich das nie in den Griff gekriegt. Dann hätte ich es ja auch geleugnet letztlich. Und das funktioniert, glaube ich, nicht.

**Kannst du dich an den ersten Jahrestag des Suizids erinnern?**

Also jetzt nicht bewusst an den Jahrestag, aber ich bringe das immer mit dem Ende von Karneval in Verbindung. In der Karnevalszeit kommt das dann schon wieder hoch, denn Karneval war für meine Mutter eine ganz wichtige Sache. Die war früher Funkenmariechen und die waren alle in einer Karnevalsgesellschaft. Das hab ich zwei Jahre nach dem Tod meines Vaters tatsächlich dann mal gemacht, ich bin mit ihr auf eine Galasitzung gegangen, auf so eine Karnevalsveranstaltung im Saal.

**Wie hat sich der Verlust deines Vaters in deiner weiteren Entwicklung bemerkbar gemacht?**

Ich bin dann ja mit dir und B. in eine WG gezogen, das war im April 1988, also relativ zeitnah. Meine Mutter ist einfach im Bett liegen geblieben. Die sagte, du kannst mich nicht alleine lassen. Ich sagte, doch, muss ich, sonst geh ich

*hier kaputt. Aber das war schon schwierig. Meine Mutter war nicht so begeistert. Aber das, was sie von mir erwartet hat, hätte ich nie einlösen können und dann hätte es ein ganz übles Ende genommen, glaube ich.*

*Ich hab dann ein Studium angefangen und währenddessen eine Hospitanz beim Theater gemacht. Das hat mir Spaß gemacht, darauf sind Assistenzen gefolgt und durch einen Zufall habe ich dann einen richtigen Job bekommen. Im Theater lebst du ja so in einer Blase, da unterhält man sich und wie gesagt, ich hab da ja nie ein Geheimnis daraus gemacht. Was ich ganz groß fand, war einer meiner ersten Geburtstage am Theater. Da hatte ich Vorstellung, hab Statisterie gemacht, und als ich dann in die Kantine kam, waren da Kerzen angezündet, die saßen da alle und haben mir ein Lied gesungen. Da war ich schwer gerührt, bin ich immer noch, wenn ich daran denke, und da war ich angekommen. Da hatte ich dann eine neue Familie tatsächlich.*

### **Welche Probleme oder Krisen gab es?**

*Ich hab zunächst meinen Zivildienst zu Ende gemacht. Das ging auch ein paar Monate alles ganz gut, und dann hab ich wirklich Alpträume gehabt. Ich hab meinen Vater vor mir stehen sehen und so. Hab schlecht geschlafen, schlechte Entscheidungen getroffen, also Alkohol getrunken, und dadurch wurde es nicht besser. Ich hatte Schlafstörungen, ich war antriebslos. Und ich wollte mir beweisen, dass ich lebe. Meine Freunde dachten, es ist halt gut, wenn wir zusammen losziehen. Wir haben zwar auch geredet, aber meistens sind wir zusammen losgezogen. Und das ist ja auch nett, aber irgendwann funktioniert das halt nicht mehr. Da war es gut, dass ich schon mit meiner Freundin zusammen war, die das auch erkannt hat, und dann bin ich erstmal zu meinem Hausarzt, hab ihm das geschildert und der hat mich dann an einen Psychiater überwiesen. Der hat sich mit mir unterhalten, hat gesagt, um dich*

*runterzuholen, kriegst du jetzt erst mal ein Medikament, was dich ein bisschen entspannt. So nach einer Woche habe ich gemerkt, wie ich ruhiger wurde und hab mich auch irgendwie wieder sortierter gefühlt.*

*Der Pfarrer, der mich da auf dem Lehrgang unterstützt hatte, der hatte hier in der Nähe eine Gemeinde übernommen, mit dem hatte ich jemanden, mit dem ich reden konnte. Und das war wirklich eine große Hilfe für mich, ihn zu haben, mit ihm zu reden. Da ist auch eine Freundschaft draus erwachsen, die bis heute anhält. Das hat mir sehr geholfen. Weil ich dann auch Angst hatte, meine Freundin zu verlieren. Ich hab in der Zeit so eine fürchterliche Unsicherheit entwickelt und ich hatte große Verlustängste. Da hat er mir sehr geholfen. Und meine Freundin auch, denn es ja nicht eingetreten ist, was ich immer gedacht habe.*

*Aber das war echt eine Scheißzeit und das zog sich über einen längeren Zeitraum, ungefähr eineinhalb bis zwei Jahre. Und das war echt fürchterlich. Weil, du verlierst dich dann auch so, du merkst, dass du nicht du selbst bist, aber du kannst dich selbst nicht halten. Du rinnst dir selbst durch die Finger. Du bist nicht mehr du, eigentlich. So in ruhigen Momenten war mir völlig klar, alles Quatsch, was ich hier so veranstalte, aber ich hab es nicht geschafft über einen längeren Zeitraum, ich hab es nicht in den Griff gekriegt. Da waren eben die Gespräche und eine Zeitlang auch Medikamente notwendig.*

### **Was hat dir gefehlt in der Zeit?**

*Ich konnte direkt danach nicht damit umgehen, was passiert war, und ich hatte Angst davor, Beziehungen zu verlieren, also ich brauchte irgendetwas Solides. Am Tod meines Vaters hab ich doch gemerkt, dass ich auch Kind war, auch Papakind war. Jetzt nicht so heftig, aber ja, das war's. Also ich brauchte Ankerpunkte und hatte gleichzeitig Angst, die zu verlieren, denn ich hatte ja*

einen verloren. Und da hatte ich echte Probleme. Das war auch eine treibende Sache, dass ich mich gefragt habe, warum hat er nicht mit mir gesprochen? Warum ist er so weggegangen? Ich wäre wahrscheinlich froh gewesen, egal jetzt, was da dringestanden hätte, aber sowas wie ein Abschiedsbrief, irgendwas, dass du was hast, wo du... - denn du fragst dich ja, woran hat es gelegen? Ich weiß das ja bis heute nicht. Und da machst du dir natürlich schon Vorwürfe, das war das Problem für mich. Denn irgendwann kommst du da drauf und denkst dir: Hätte ich das verhindern können? Ich kann mich noch an die Fahrt erinnern, als mein Vater mich zu meiner Freundin gebracht hat an dem Abend vor dem Ereignis. Da hat er zu mir gesagt, wenn du am Wochenende wiederkommst, kann sein, dass ich nicht da bin, dann holt Mama dich ab. Und da denkst du drüber nach. Meistens hat er mich am Bahnhof abgeholt, aber er ging freitags oft gerne mal in die Sauna und dann Knobeln, von daher hab ich mir nichts dabei gedacht. Aber da denkst du dann drüber nach.

#### **Gab es danach noch mal Krisen?**

Also ich hatte tatsächlich ein ungutes Gefühl, als es dann auf meinen Geburtstag zuging, als mir dann so langsam bewusst wurde, jetzt bist du fünfzig geworden, da war bei deinem Vater das und das los. Offensichtlich hat sich das bei mir verfangen, dieses „das ist erblich“. Und mit zunehmendem Alter bin ich ja langsam in sein Alter gekommen und hab zwischendurch auf dem Weg hierhin, wo ich jetzt gerade in meinem Leben stehe, gedacht: Jetzt hat er nicht meinen Sohn gesehen, jetzt hat er nicht meinen jüngeren Sohn gesehen, jetzt hat er nicht die Zwillinge gesehen. Die haben aber auch ihn nicht gesehen. Ich hätte jetzt gern so gesehen im Nachgang, was wäre er für ein Opa gewesen. Wie hätte er sich da gegenüber seinen Enkeln verhalten? Vielleicht wäre er ja ganz anders zu denen gewesen

als zu mir. Vielleicht wäre er der Opa gewesen, der gesagt hätte, ja kommt, wir fahren jetzt los in den Märchenwald, in den Zoo oder so was. Also ich war eher der, der oft auf meinen Vater gewartet hat, der gesagt hat, wir machen was. Ich seh mich immer noch so vorne in der Diele bei uns stehen, mit Gummistiefel an, Jacke an, und auf meinen Vater warten. Und der kam eben dann nicht. Und vielleicht hängt das auch damit zusammen, mit diesem Nicht-Kommen, Nicht-Dasein, dass ich dann Verlustängste hatte in Beziehungen zu Menschen. Dass die nicht kommen oder nicht mehr da sind. Also da kommen viele Sachen zusammen, aber zu dem Zeitpunkt, als wir damals in der WG zusammengezogen sind, konnte ich das noch gar nicht abgreifen. Dass sind echt erst Sachen, die mir gelungen sind mit zunehmendem Alter, wo ich selbst Kinder habe.

#### **Kann man sagen, dass das Theater und die Beziehung zu deiner Partnerin dir viel Stabilität gegeben haben für dein Leben gegeben haben? Dass es ganz wichtig war, dass du da so eine Kontinuität hattest?**

Ja! Ja. Also wenn du irgendwas suchst, was eine Kontinuität hat, dann ist es Theater. Denn es basiert einfach darauf: Der Vorhang muss hochgehen. Also das ist eine sehr verschworene Gemeinschaft, natürlich gibt es da auch immer Zickereien und so, sonst wäre es ja auch langweilig. Aber im Großen und Ganzen ist das tatsächlich ein ganz wichtiger Anker. Das ist mir auf jeden Fall so über die Jahre bewusst geworden. Also das ist schon eine eigene Welt, das ist auch meine Welt. Der Vorhang muss hoch und man gibt nicht auf. Am Ende wird es immer noch klappen. Das macht den Reiz auch aus.

**Von wem bekommst du Anerkennung dafür, dass du den Suizid deines Vaters überlebt und verarbeitet hast, damit weiterlebst?**

Also das klingt jetzt ja ein bisschen pathetisch, aber ich denke, so wie ich damit umgehe: ich hatte ja auch mit meinen Kindern darüber gesprochen, dass die da Bescheid wissen, und ich hatte auch mal mit meinem Sohn wegen seinem Unglücklichsein mit der Schule gesprochen, das war vermutlich der Pubertät geschuldet. Damals machte ich mir echt Sorgen, dass er depressiv wird, dass er das wegkaspert, und da haben wir uns mal hingestellt und einfach mal auf eine Wiese geguckt und geredet und ich glaube, er konnte mich dann auch verstehen und ich konnte ihn verstehen. Und wir haben eben das Gespräch geführt. Vielleicht hat das Gespräch meinem Vater gefehlt. Also das ist die Anerkennung.

Und sonst: Die Tatsache, dass wir beide noch unser Ding machen mit allen Widrigkeiten – aber wir sind noch da! Das sind einschneidende Erlebnisse, die prägen einen, das kriegst du nicht mehr weg. Das ist eine Schramme, die hast du, aber die sollte man auch nicht verstecken. So sehe ich das.

Und ich glaube, dass sich da im letzten Jahr echt eine Menge in der Gesellschaft getan hat, dass ist immer noch ein bisschen tabuisiert, aber man kann da schon ganz anders drüber reden, als es früher der Fall war. Zumindest ist das mein Eindruck. Ich meine, das ist ja auch etwas Unbegreifliches, was da in unser Leben eingebrochen ist, da rechnest du doch nicht damit, dass ein Elternteil sich umbringt. Das ist im Plan nicht vorgesehen. Ja, die Eltern sterben wahrscheinlich vor einem, aber doch nicht so.

**Wie gehst du heute damit um, wenn dich jemand nach deinem Vater fragt?**

Ich geh damit offen um. Ich komme durch meine Aktivitäten auch viel mit Älteren zusammen, die meinen Vater gekannt haben. Wenn die dann sagen: Und damals, die Sache... Ich sag dann, kannst du ruhig sagen, der hat sich umgebracht, ich weiß das, ich war dabei. Viele Ältere können da schlecht mit umgehen, auch aus dem erweiterten oder entfernten Freundeskreis meiner Eltern. Ich habe eine Begegnung gehabt mit einem engen Freund von meinem Vater, das war einer aus dieser Sauna- und Knobeltruppe. Wir sind ins Gespräch gekommen, ich hab ihn zuhause besucht, der hat dann einen Schuhkarton rausgeholt mit Fotos, da hab ich meinen Vater so gesehen, so wie ich ihn im Leben bei mir, seinem Sohn, nicht erlebt hab. Also mit seinen Freunden eben. Und da haben die es richtig krachen lassen. Die haben Spaß gehabt. Also das war kein depressiver Vater, sondern der, der Spaß hat. Die waren gut zufrieden. Und das hat mir gutgetan.

Und wenn du siehst, wie ein Mann aus seiner Generation da wie ein Häufchen Elend sitzt und weint, weil er sich die Bilder von seinem Kumpel anguckt, dann war das für ihn gut, hat ihm gutgetan und mir hat es gutgetan und ich denke, für meinen Vater war das auch gut, dass ich auch eine andere Sicht auf ihn habe. Und das hat auch ein Stück von dem Eindruck des Suizids eben, diese Enttäuschung bei mir über ihn, die das ja auch war, hat das relativiert. Das hat mir eine andere Sicht gegeben und dafür bin ich ganz dankbar.

Und ich glaube, als Hinterbliebene stigmatisiert zu werden, also der Zug ist für mich abgefahren. Obwohl es immer noch Leute gibt, die solche Vorurteile haben, aber wie gesagt, das ist mir mittlerweile völlig egal. Macht mir mittlerweile auch Spaß, solche Leute damit zu provozieren

**Mit der Tatsache, was passiert ist?**

Ja. Es gibt Leute, die da nicht mit umgehen wollen oder die da irgendwie Vorbehalte haben. Wenn ich das merke oder vermute, ist das umso schöner für mich. Ist wahrscheinlich auch Selbstschutz.

**Hat der Jahrestag oder die Karnevalszeit heute noch eine besondere Bedeutung für dich oder hat sich das verändert?**

Es kommt dann mal so abschnittsweise wieder hoch, aber längst nicht so, wie das früher war. Also nicht so intensiv. Wenn du selber älter wirst und wenn du Bilder von deinem Vater so siehst und wenn ich mich so im Spiegel anschau, kann man da eine gewisse Ähnlichkeit erkennen. Da hab ich mich dann schon erkannt. Oder meinen Vater. Aber auf eine gute Art. Also das hat mich nicht runtergezogen. Aber das hat mir auch gezeigt, du kannst davor auch nicht weglaufen. Das bleiben deine Eltern, das ist dein Papa, und ich bin eben halt ein Stück weit mein Vater, wie ich ein Stück weit meine Mutter bin, aber zum Großteil der Volker, der hier im Stadtteil aufgewachsen ist.

**Ist dein Verhältnis zu deinem Vater heute entspannter?**

Ja. Aber eben auch was Beziehungen angeht, Partnerschaft. Also ich glaube, dass die Generation meiner Eltern mit Beziehungen noch ein Stück weit anders umgegangen ist, als wir das heute tun. Da standen viele Sachen einfach unausgesprochen im Raum, den Elefant konnte jeder sehen. Dass meine Eltern nicht besonders gut klarkamen, dass die da ihre Probleme und Schwierigkeiten hatten. Meine Mutter sagte immer, das liegt daran, dass dein Vater so und so ist und trinkt, aber das wurde auch nie hinterfragt, warum hat der getrunken? Also jetzt mit meinem Wissen als Suchtbeauftragter bei uns im Betrieb würde ich einfach mal sagen, mein Papa

hat ein Alkoholproblem gehabt. Aber da ist ihm auch nicht richtig geholfen worden, nicht richtig mit umgegangen.

**Würdest du sagen, du hast dich mit deinem Vater ausgesöhnt?**

Ja. Und manchmal ärgere ich mich darüber – das macht zwar keinen Sinn, aber ich ärgere mich darüber – dass ich ihm damals nicht so begegnen konnte, wie ich es heute könnte. Aber das ist unserem Alter geschuldet gewesen. Lebenserfahrung ist da, glaube ich, ganz wichtig.

**Wie gehst du mit deinen Kindern hinsichtlich des Suizids deines Vaters um?**

Also, als sie in einem Alter waren, in dem sie das auch verarbeiten konnten, haben sie das altersgerecht von uns erzählt bekommen. Was das ist, was das bedeutet. Das fing bei unserem Ältesten an, weil der nach seinem Opa gefragt hat, da war er ungefähr fünf oder sechs. Dann hab ich ihm das erklärt, wie ist er denn gestorben, und dann...

**Hast du ihm da schon gesagt, dass er sich das Leben genommen hat?**

Ja. Weil ich wollte, dass ich ihm das sage und nicht irgendjemand. Weil die Möglichkeit ja besteht, ist ja ganz klar, wenn man noch im selben Umfeld wohnt. Mein jüngerer Sohn war da noch sehr klein.

**Wie gehst du heute mit schlechten Tagen oder depressiven Verstimmungen um, wenn du welche hast?**

Ja, das kommt vor. Aber ich bin auch wirklich - das erschreckt mich manchmal selbst - sehr positiv, ich kann mich sehr gut selbst motivieren. Vielleicht hab

*ich mir das auch beigebracht, keine Ahnung. Ich hab diesen Moment, wo ich dann wirklich sitze, also ernsthaft, ich setz mich hin und sinniere und beleuchte die Situation und versuche selbst in der größten Scheiße noch irgendwas Positives zu entdecken, wo sich anknüpfen lässt, um diese verfahrenen Situation – sei es arbeitsmäßig, parteimäßig, privat oder beziehungsstechnisch – wieder auf die Reihe zu kriegen. Und irgendwann entwickle ich dann gute Laune, dann stehe ich auf und mache weiter. Also das ist wirklich wichtig für mich: Ich muss mich hinsetzen, ich muss mich sammeln. Ich stell mir dann was vor. Ich hab ein Bild, was mich schwer beeindruckt hat: ich hab mal in Schottland auf einem Berg gesessen und hab auf eine Bucht runtergeschaut und es war der Moment, wo in Schottland die Sonne schien. Und es war schön, das Meer hat goldig geblüht – und das stell ich mir dann vor. Und dann analysiere ich mein Problem. Ich sitz dann da auf dem Berg. Von oben mal auf die Situation gucken, ja, so würde ich es beschreiben wollen.*

**Gibt es auch etwas Gutes, das aus deinem Verarbeitungsprozess nach dem Suizid entstanden ist?**

*Ja. Ich hör mehr in mich hinein. Man achtet mehr auf sich, auf seine seelische Gesundheit, wie man sich so fühlt, wie man so ist, und ich glaube, ich bin auch dadurch empathischer gegenüber anderen Menschen geworden. Ich guck da genauer hin. Also ich taxiere das dann tatsächlich auch ein Stück weit, wie die in Wirklichkeit so drauf sind. Denn es gibt ja auch diese Leute, die auf eine laute Art und Weise gut gelaunt sind, und dann gibt es diese in sich gekehrten Stillen. Die sind manchmal einfach still und in sich gekehrt, aber manchmal haben sie auch ein schwerwiegendes Problem. Manchmal sind die Lauten auch eigentlich ganz still, aber das können sie nicht zeigen. Also, da bin ich aufmerksamer geworden. Und das empfinde ich eigentlich als gut. Dass man*

*seine Mitmenschen bewusster wahrnehmen möchte und kann und tut. Ein Freund von mir ist von einer Brücke gesprungen und das hat mir ja echt nochmal einen Schlag versetzt. Deshalb ist das wahrscheinlich auch so ein Selbstschutz, dass ich da genauer hingucke. Ein Suizid in meinem engen Umfeld, das würde mich, glaube ich, wieder ganz schön treffen. So dieses Gefühl, ich hab es nicht gewusst, im Sinne von: ich hab es nicht gemerkt. In die Situation möchte ich nicht nochmal kommen.*

**Ich bin mit meinen Fragen am Ende. Gibt es etwas, was du noch hinzufügen möchtest?**

*Ich fand das Gespräch einfach schön, das tat mir jetzt auch gerade gut, denn es ist immer gut, wenn man sich damit auseinandersetzt. Mehr oder weniger macht man das ja doch – wie ein Dienstprogramm auf dem Rechner, die hab ich zwar nie ganz verstanden, aber die machen immer was. Und ich glaube, du beschäftigst dich immer damit, das ist einfach so, ab dem Moment, wo das passiert ist. Das ist einfach in einem drin. Es gibt Tage, da denkst du überhaupt nicht daran, aber irgendwann ploppt es immer mal wieder auf. Also das ist ein Teil von unserem Leben. Ich glaube, dass sollten sich alle bewusst machen, das wächst nicht raus. Das ist immer da. Das ist eben so, damit musst du umgehen.*