

# PSYCHOLOGIE HEUTE

---


BERUF

---

## Mir fehlen die Worte

Wenn im beruflichen Umfeld jemand trauert oder ein Kollege stirbt, wissen viele oftmals nicht, wie sie damit umgehen sollen. Dabei braucht es nicht viel.

VON BIRGIT SCHÖNBERGER

 09. OKT 2020

Zwanzig Jahre waren sie ein Team. Sie planten Konzerte, entwarfen Einladungen, sie schleppten Instrumente und schmierten gemeinsam Brötchen für den Tag der offenen Tür –Anja Berger\* konnte sich immer auf ihren Kollegen Helmut verlassen und er sich auf sie. Als er die Diagnose Krebs bekam und über Monate in der Musikschule ausfiel, war sie fest davon überzeugt, dass er wiederkommen würde. Sie übernahm einen großen Teil seiner Aufgaben und sagte ihm: „Wir kriegen das hin. Werde du erst mal wieder gesund.“

Irgendwann kam die Nachricht, er sei im Hospiz. Sie nahm allen Mut zusammen und besuchte ihn. Erst da realisierte sie, dass der Abschied endgültig war. „Davor hatte ich einen Schutzmechanismus. Ich wollte es nicht wahrhaben.“ Die Todesnachricht war auch für viele Kollegen ein Schock. Weil Anja Berger den engsten Kontakt hatte, überschütteten alle sie mit Fragen. Was ist passiert? Was hatte er denn? Warum ist er so früh gestorben? Wann ist die Beerdigung? Was machen wir? Was soll gesagt

werden? Für alle war klar, dass Anja Berger die Rede bei der Beisetzung halten sollte. „Für mich war es das Schlimmste, dass ich auch noch sprechen musste. Ich habe es nur mit letzter Kraft geschafft.“

**Den kompletten Artikel können Sie bei uns kaufen oder freischalten.**

---

---

---

## DIE REDAKTION EMPFIEHLT

---

BEZIEHUNG

### **Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?**

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

GESELLSCHAFT

### **Reden wir über Suizid**

Selbsttötungen und Suizidgedanken sind weiter verbreitet, als man meint. Doch niemand spricht darüber. Dabei könnte genau das Leben retten.

LEBEN

### **Narzisst in der Therapie**

Nur wegen seines Narzissmus geht niemand zum Psychotherapeuten. Aber manchmal gibt es Auslöser, die das fragile Selbstbild zerbrechen lassen.

MEISTGELESEN

## **1** GESELLSCHAFT

### **Passiv-aggressiv?**

Psychologie nach Zahlen: Fünf Erkenntnisse über passiv-aggressives Verhalten – und wie man ihm begegnen kann.

## **2** LEBEN

### **Vom Segen und Fluch des Hoffens**

Hoffnung ist ein mächtiges Prinzip und eine wichtige seelische Ressource. Doch es gibt auch eine Schattenseite.

## **3** GESELLSCHAFT

### **Meine Bedürfnisse, deine Bedürfnisse**

Obwohl auch für unsere Mitmenschen psychologische Bedürfnisse wichtig sind, tun wir uns schwer damit, dies zu erkennen.