

SEKUNDEN DIE EIN LEBEN VERÄNDERN

UNFALLOPFER BERICHTEN



Kostenloser Download:

VOD-Schriftenreihe Nr. 1

VERKEHRSUNFÄLLE UND UNFALLOPFER

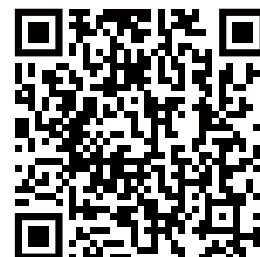
<https://vod-ev.org/vod-schriftenreihe-nr-1-verkehrsunfaelle-und-unfallopfer/>



VOD-Schriftenreihe Nr. 2

VISION ZERO konkret

<https://vod-ev.org/vod-schriftenreihe-nr-2-vision-zero-konkret/>



Liebe Leserin, lieber Leser,

ein 80-jähriger Mensch hat während seines Daseins auf dieser Erde etwa 2,5 Milliarden Sekunden erlebt. Sehr viele davon hat er verschlafen, viele hat er mit routinierten Tätigkeiten verbracht, manche waren langweilig, manche interessant und aufregend, einige wunderschön. Die allermeisten Augenblicke hat er vergessen, für immer. Viele Sekunden haben sich in sein Gedächtnis eingebrannt, ebenfalls für immer: der erste Schultag vielleicht, bestimmt aber die erste große Liebe, wahrscheinlich das erste eigene Auto, die eigene Hochzeit, das einzigartige Urlaubserlebnis.

Vielleicht hat der 80-jährige Mensch aber auch Sekunden erleben müssen, die sein Leben aufgrund eines tragischen Unfalls in eine andere Bahn geworfen haben. Ausgelöst beispielsweise durch eine kleine Unachtsamkeit, eine Ablenkung oder die falsche Einschätzung einer Situation. Oder er wurde Opfer eines Unfalls, der ihn ohne eigene Mitschuld dauerhaft körperlich und seelisch beeinträchtigt hat. Oder er hat einen geliebten Menschen bei einem Unfall verloren, und die Trauer und die veränderte Lebenssituation haben ihn unglücklich gemacht bis ins hohe Alter.

Sekunden, die ein Leben verändern, können jeden Menschen treffen, oft völlig unvorbereitet.

Die meisten Menschen kennen Unfallopfer in der Verwandtschaft, aus dem Freundeskreis, in der Nachbarschaft oder aus den Medien, wenn Promis bereit waren, darüber in der Öffentlichkeit zu reden.

Unfallopfer können aber auch Personen sein, die Tag für Tag dafür kämpfen, dass Menschen nach einem Unfall bestmöglich versorgt werden: Profis von Rettungsdiensten, Feuerwehr und Polizei. Und natürlich auch Ersthelfer, die keine Profis sind, und sich trotzdem aufopferungsvoll um Schwerverletzte kümmern, bis die Fachleute eintreffen. Sie alle sind keine seelenlosen Roboter, sondern Menschen, die mit extrem belastenden Bildern, Geräuschen und Gerüchen fertigwerden müssen.

Die Verkehrsunfall-Opferhilfe Deutschland e.V. gibt mit dem vorliegenden Werk **SEKUNDEN, DIE EIN LEBEN VERÄNDERN** einigen Unfallopfern eine Stimme, stellvertretend für mehr als 50.000 schwerverletzte Unfallopfer im Straßenverkehr jährlich. Es sind subjektiv erzählte, ganz persönliche Leidensgeschichten, deren Details nicht zu überprüfen sind. Bestätigen können wir, dass die Erzählerinnen und Erzähler von einem schweren Verkehrsunfall betroffen waren.

Michael Heß
Redaktion

Peter Schlanstein
Geschäftsführender Vorstand

Prof. Dr. Bernhard Schlag
Präsident des Wissenschaftlichen Beirats

Verkehrsunfall-Opferhilfe Deutschland e.V

Michael Heß

Wenn Verkehrsunfallopfer berichten	6
---	---

UNFALLOPFER

Carl-Hubertus von Jordans (verunglückte als Motorradfahrer)

Der Kampf meines Lebens	10
--------------------------------------	----

Agata Norek (verunglückte als Radfaherin)

Atmen, du musst atmen!	12
-------------------------------------	----

Antje Laudan (verunglückte als Autofahrerin)

Ein Schatten. Ein Reflex. Ein anderes Leben.	15
---	----

Sandra Schuster (verunglückte als Pkw-Insassin)

ALMOST HOME. Fast zu Hause.	19
--	----

Lara (hat einen Radfahrer beim Abbiegen übersehen)

Es gibt keinen unbeschwerten Tag mehr in meinem Leben	23
--	----

Leon (hat eine Fußgängerin nicht wahrgenommen)

Mein Weg mit einer tragischen Geschichte	25
---	----

ANGEHÖRIGE

Reinhard und Ines Denkert (verloren ihre Tochter durch ein verbotenes Autorennen)

Unsere Tochter hatte keine Chance	28
--	----

Christiane Fährmann (verlor als Kind ihren Bruder bei einem Mofa-Unfall)

Alles in Ordnung, schlaf wieder ein!	30
---	----

Sabine und Frank Neuen (verloren ihre Tochter bei einem Autounfall)

Ich schreibe Lisa-Marie täglich eine Nachricht	34
---	----

Sybille Nix (verlor ihre Tochter bei einem Motorradunfall)

Wie eingebrannt - Freitag, 22:35 Uhr	37
---	----

Andrea Radermacher (verlor ihren Sohn bei einem Motorradunfall)

„Supi. Danke, und bis nachher. Freu' mich!“	40
--	----

Stefan (verlor seinen Bruder bei einem Motorradunfall)

Zwei Stunden Angst	47
---------------------------------	----

Christine Stein (verlor ihren Sohn bei einem Autounfall)

Ich hatte drei Kinder	49
------------------------------------	----

Claudia Wagner (verlor ihre Tochter wegen eines Rasers)

Der Täter bekam drei Jahre und zehn Monate - ich lebenslänglich	51
--	----

FREUNDE

Wulf Hoffmann (verlor einen guten Freund)

Nie wieder gemeinsam lachen	56
--	----

RETTUNGSKRÄFTE

Anni (Rettungshelferin)

Dauernd klingelten Handys in den Gepäckstücken	60
---	----

Björn Bäuerle (Feuerwehrmann)

Irgendwann war Schluss	62
-------------------------------------	----

Jakob Canisius (Notfallsanitäter)

Diesmal war es anders	65
------------------------------------	----

Jana (Polizeibeamtin)

Irgendwann war „der eine“ einer zu viel	68
--	----

Marina Koopmann (Polizeibeamtin)

Ich durfte sie auf ihrem Weg begleiten	71
---	----

Manuel Neisius (Notarzt)

Keine Überlebenschance, weil jemand abgelenkt war	74
--	----

Dieter Schäfer (Polizeibeamter)

SIND DIE ALLE TOT?	76
---------------------------------	----

Georg Schmidt (Feuerwehrmann)

Dieses Bild werde ich niemals vergessen	79
--	----

Tobias (Notarzt)

Plötzlich ein lautes Krachen – und dann Stille	81
---	----

NOTFALLSEELSORGE

Albi Roebke (Notfallseelsorger, verlor seine Eltern und seinen Bruder bei einem Autounfall)

Ich gab meinem Bruder die Erlaubnis zu gehen	84
---	----

Nicolas Ottersbach (Journalist, schreibt über die Arbeit von Albi Roebke)

„Nervensystem bleibt auf Alarm“	85
--	----

Wenn Verkehrsunfallopfer berichten

Michael Heß

Verkehrsunfallopfer

Wir geben in dieser 3. Ausgabe der VOD-Schriftenreihe einigen Verkehrsunfallopfern eine Stimme, stellvertretend für viele Tausend. Nicht, um die Sensationslust zu bedienen. Vielmehr wollen wir bewirken, dass Unfallopfer mehr Gerechtigkeit erfahren – bei der Unfallaufnahme, vor Gericht und bei Auseinandersetzungen mit Versicherungen und Krankenkassen – und dass Menschen allgemein motiviert werden, sich im Straßenverkehr möglichst so zu verhalten, dass kein schwerer Unfall geschieht.

Wer bei einem Unfall körperlich und seelisch verletzt wurde, ist zusätzlich oft sehr einsam.

Angehörige eines getöteten Menschen erleben „sprachlose“ Menschen in ihrer Umgebung, weil diese am liebsten nichts mehr von dem Unfall und vom Leid der Betroffenen hören wollen oder Sorge haben, nicht die richtigen Worte zu finden.

Wer bei einem Unfall einen Menschen getötet oder schwer verletzt und damit gegen seine moralischen Prinzipien gehandelt hat, kann wegen dieser „moralischen Verletzung“ (moral injury) ernsthaft erkranken. Gefühle von Hilflosigkeit, Schuld und Scham können zu Angststörungen, Depressionen und im schlimmsten Fall zum Suizid führen.

Notfallretter nehmen sich das Leid anderer Menschen so sehr zu Herzen, dass sie selbst krank werden. Unfallopfer benötigen kein Mitleid, sondern unser Mitgefühl.

Zum Verkehrsunfallopfer kann jeder mobile Mensch jederzeit werden. Es reichen manchmal nur wenige Sekunden Unachtsamkeit – bei einem selbst oder bei jemand anderem.

Unfälle reduzieren

Optimal wäre es, da sind sich alle einig, wenn keine Unfälle mit Schwerverletzten und Getöteten passieren würden.

Damit es nicht zu schweren Unfällen kommt, engagiert sich die VOD für Verkehrsunfallprävention und orientiert sich bei ihren Forderungen zur Verbesserung der Verkehrssicherheit an der Sicherheitsstrategie VISION ZERO.

- Geschwindigkeiten innerorts und außerorts senken.
- Der (vom Grundgesetz für die Bundesrepublik Deutschland vorgegebenen) Schutzpflicht des Staates im Verkehrssektor stärkere Geltung verschaffen.
- Das Strafmaß bei Verstößen an internationale Standards anpassen.
- Die Einhaltung wichtiger Verkehrsregeln konsequent überwachen.
- Event-Data-Recorder (EDR) in Kraftfahrzeugen uneingeschränkt zur Analyse schwerer Unfälle verwenden.
- Die Notfallversorgung personell und finanziell optimal unterstützen.

Betroffen: 113 Menschen

Mit dem schweren Schicksal eines tödlichen Verkehrsunfalls werden durchschnittlich 11 Familienangehörige, 4 enge Freunde, 56 Freunde und Bekannte sowie 42 Einsatzkräfte wie Rettungssanitäter, Feuerwehrkräfte oder Polizisten konfrontiert.¹

Ein Drittel aller Unfallopfer, die mit schweren bis schwersten Verletzungen ins Krankenhaus eingeliefert werden, hat mit lebenslangen körperlichen Einschränkungen zu kämpfen.²

Für Menschen, die selbst einen Verkehrsunfall als unmittelbar Beteiligte erlebt haben, ist außerdem das Risiko besonders groß, psychisch zu erkranken. Einer wissenschaftlichen Studie zufolge leidet jede vierte schwer verletzte Person unter ernst zu nehmenden psychischen Beeinträchtigungen.³ Aber auch Unfälle mit weniger schweren Folgen können zu dauerhaften psychischen Belastungen führen. Ob und welche Beschwerden sich entwickeln, hängt stark von der Person selbst und ihrem Erleben der Unfallsituation ab sowie von der Unterstützung, die sie nachfolgend erhält.

Wer bei sich (oder einer nahestehenden Person) Veränderungen in der Stimmung oder im Verhalten feststellt, sollte diese Beschwerden ernst nehmen.

www.hilfefinder.de

Zur ersten Orientierung kann der Trauma-Check der Webseite „hilfefinder.de“ genutzt werden. Belastende Symptome sollten in jedem Fall diagnostisch durch eine Fachperson abgeklärt werden. Das gilt auch für Menschen, die einen Unfall miterlebt haben (Erste Hilfe) und für Angehörige von Unfallopfern.

Wer beruflich mit Verkehrsunfällen konfrontiert wird, beispielsweise durch die Tätigkeit bei der Polizei, der Feuerwehr oder beim Rettungsdienst, kann ebenfalls psychisch erkranken. Oftmals haben die jeweiligen Institutionen Präventionsmaßnahmen und Beratungsangebote etabliert, um die Betroffenen zu unterstützen. Häufig werden solche Angebote unter dem Begriff Psychosoziale Notfallversorgung (PSNV) zusammengefasst.



¹ Werte auf Basis einer repräsentativen Erhebung (2017) durch infratest dimap, Kantar Public und das Sozioökonomische Panel (SOEP) sowie Angaben der Deutschen Hochschule der Polizei (DHPOL) und des Deutschen Feuerwehrverbands (DFV)

² Sonderauswertung (2018) der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV)

³ AUERBACH, K. (2014). Psychische Folgen von Verkehrsunfällen. Berichte der Bundesanstalt für Straßenwesen. Unterreihe Mensch und Sicherheit (M 245). Bremerhaven: Wirtschaftsverlag NW

Redaktionelle Betreuung

Es ist sehr belastend, eine selbst erlebte Leidensgeschichte aufzuschreiben und sich bei jedem Wort erneut und intensiv an den Unfall und an die Zeit danach zu erinnern.

Etwas leichter fällt es erfahrungsgemäß, bei einem vertraulichen Telefongespräch über die persönlichen Erlebnisse zu berichten, auch wenn dabei – auf beiden Seiten – schon mal Tränen fließen.

Ich habe bei einigen Beiträgen Telefoninterviews geführt, das Gehörte anschließend verschriftlicht und Wort für Wort abgestimmt.

Sechs Betroffene möchten anonym bleiben. Ihre Unfallgeschichten haben aber nachweislich stattgefunden.

Ich habe den Mut der Menschen bewundert, die mir über die schwersten Sekunden, Tage und Wochen ihres Lebens berichtet haben.

Danke!

Wenn es dem Verständnis eines Berichtes diene, haben wir das reale Unfallfoto als Basis für eine KI-Illustration verwendet. Ansonsten wurden emotionale Details aus den Erzählungen illustriert.

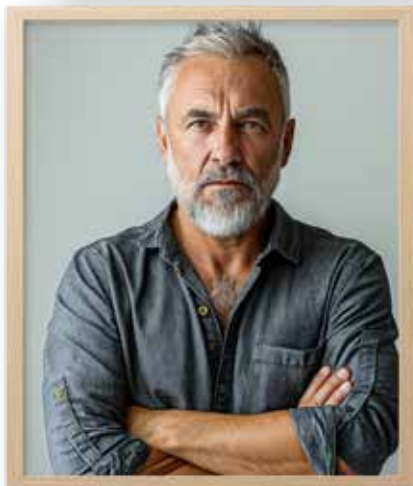


UNFALLOPFER

Jeder Mensch ist einzigartig in seiner Persönlichkeit und seinem Verhalten.

Jeder Mensch hat individuelle Wünsche, Träume und Pläne.

Jeder Unfall bedroht diese Wünsche, Träume und Pläne.



Der Kampf meines Lebens

Carl-Hubertus von Jordans

Pkw rammt Motorräder

Am Sonntag wurde die Feuerwehr gegen 13:06 Uhr durch Alarmmelder zu einem Unfall mit mehreren Verletzten gerufen und rückte sofort mit drei Einsatzkräften aus. Kurz darauf wurde der Sirenenalarm ausgelöst und rief zehn weitere Feuerwehrleute zum Einsatzort. In den Unfall waren ein Pkw und zwei Motorräder verwickelt. Die Landstraße blieb mehrere Stunden gesperrt, die Unfallfahrzeuge wurden von der Staatsanwaltschaft beschlagnahmt und abtransportiert.

Über die Schwere der Verletzungen der Unfallbeteiligten liegen derzeit keine näheren Informationen vor.

(Auszug aus dem Bericht der örtlichen Freiwilligen Feuerwehr)

An diesem Sonntag im Juni vor ungefähr zehn Jahren haben wir uns mit insgesamt sechs Personen bei einer Kennenlernrunde getroffen zur Vorbereitung auf einen gemeinsamen Motorradurlaub auf Sardinien.

Da ich eine geeignete Motorradstrecke kannte, bin ich vorausgefahren. Um die Gruppe zusammenzuhalten – und weil meine Frau als Sozia mitfuhr – bin ich absolut vorschriftsmäßig gefahren.



In einem kurvigen Waldstück hörte ich plötzlich von vorne das Quietschen von Reifen. Ich leitete sofort eine Gefahrenbremsung ein. Aus einer Linkskurve schoss ein Auto auf unserer Fahrbahn auf uns zu. Mein Motorrad kam fast zum Stand, als das Auto frontal mit uns kollidierte. Meine Frau und ich wurden über das Autodach katapultiert und schlugen hinter dem Auto auf. Meine Frau touchierte dabei mit Kopf und Helm die Windschutzscheibe des Autos und erlitt bei dem Sturz mehrere Knochenbrüche. Sie hat den Unfall einigermaßen gut überstanden, ebenso die Freunde auf dem Motorrad hinter uns.

Ich hatte unglaubliche Schmerzen im Unterleib und habe die Umstehenden angefleht, mir eine Betäubungsspritze zu geben. Mit einem Hubschrauber wurde ich ins nahe gelegene Bundeswehrkrankenhaus gebracht. Dort wurde als erstes festgestellt, dass beide Halsschlagadern angerissen waren und ich dadurch Schlaganfälle erlitten hatte. Ich wurde sechs Wochen lang ins Koma versetzt und in dieser Zeit nahezu wöchentlich vor dem Tod bewahrt.

Ein schwerer Beckenbruch musste operiert werden. Dabei wurde festgestellt, dass der Darm bei dem Aufprall auf den Tank geplatzt war. Das OP-Team schaffte es gerade noch, die Bauchhöhle zu reinigen und mich wieder zu stabilisieren.

Später kollabierte meine Lunge, weil sich dort ein Pilz angesiedelt hatte, der das Lungengewebe zu zersetzen drohte.

Mehrere Aufweckversuche wurden abgebrochen, weil mein Zustand nicht stabil genug war.

Mitte August kam durch einen unfassbar glücklichen Zufall heraus, dass ein Gefäß im Hirnstamm zu 90 Prozent verschlossen war. Die Ärzte schafften es, an einer fast unmöglichen Stelle einen Stent zu platzieren.

Dann erwachte ich endlich aus dem Koma, vollgepumpt mit Morphin. Ein Arzt stand am Bett und sagte: „Herr von

Jordans, Sie hatten einen schweren Motorradunfall und sehr viele Verletzungen, von denen fast jede prinzipiell tödlich war.“

Aus meiner Sicht haben die beiden verantwortlichen Ärzte in der Klinik nahezu Unmögliches geschafft und mir damit das Überleben geschenkt.

Eine Körperhälfte war damals taub: Links konnte ich nicht sehen, nicht hören und den Mund nicht richtig schließen, und ich konnte die Finger, die Hand, den Arm, die Zehen, den Fuß und das Bein nicht bewegen. Im Sitzen konnte ich den Kopf nicht aufrecht halten.

Ich hatte viele Dinge vergessen, zum Beispiel Namen und Passwörter und musste das Sprechen neu lernen, insbesondere die Artikulation. Ich hatte kaum Reaktionsvermögen. Um wieder ein Kraftfahrzeug führen zu dürfen, musste ich mittels visueller Reize mein Reaktions- und Konzentrationsvermögen trainieren – manchmal bis zur Erschöpfung. Heute fahre ich wieder so sicher wie vor dem Unfall.

Meinen Humor habe ich glücklicherweise zu keinem Zeitpunkt verloren.

Mitte August wurde ich in eine stationäre Reha verlegt. Nachdem ich dort durch reine Schlampigkeit zweimal fast gestorben wäre, habe ich mich wieder in das Bundeswehrkrankenhaus verlegen lassen. Auf der Intensivstation wurde ich innerhalb einer Woche wieder stabilisiert.

Etwa 18 Monate lang wurde ich anschließend in einer ambulanten Reha behandelt. Es war der Kampf meines Lebens. Aber nur mit dieser Hilfe kann ich heute wieder ohne Groll in den Spiegel schauen und mag mich wieder so, wie ich bin.

Am Zerstörungsgrad meines Motorrads hätte wahrscheinlich nachgewiesen werden können, wie schnell der Pkw-Fahrer gewesen ist und dass er sich mit seinem direkt hinter ihm fahrenden Freund ein Rennen geliefert hatte.

Ich hatte nicht die Kraft, das anzugehen. Die Schadensregulierung war für mich eine unerträgliche Tortur, bei der ich mich schließlich auf einen faulen Kompromiss eingelassen habe, um endlich zur Ruhe zu kommen.



Meiner Frau, meinen Freunden und den vielen Rettungskräften, Ärzten und Therapeuten, die mir auf meinem schweren Weg geholfen haben, bin ich unendlich dankbar.

Seit einiger Zeit besuche ich regelmäßig die Klinik für neurologische Früh-Rehabilitation, in der ich Patient war. Dort werden schwer und schwerst erkrankte Menschen neurologisch behandelt. An meiner Seite ist stets mein Hund „Dr. Malte“, ein ausgebildeter Therapiehund. Es ist ein großartiges Gefühl mitzuerleben, wenn Dr. Malte Menschen nach einem schweren Unfall oder Schlaganfall dazu bringt, wieder zu lachen, Körperteile wieder zu bewegen, die sie lange Zeit vernachlässigt haben und Wörter und Sätze zu sagen, von denen man glaubte, sie seien für ewig verschüttet.

Die Klinikärztin, die mich behandelt hatte, ist der Meinung, dass Tiere Bereiche des menschlichen Wesens erreichen können, an die sie als Therapeutin nicht herankommt.

Auch mir hat nach meinem Unfall mein damaliger Hund sehr geholfen, wieder mit neuem Mut ins Leben zurückzufinden. Ihn schließe ich hiermit ausdrücklich in meinen Dank ein.

Atmen, du musst atmen!

Agata Norek

Am 18. Dezember 2013 bin ich mit dem Rad in die Stadt gefahren und habe in der Mittagspause Freunde getroffen. Auf dem Heimweg fuhren vor mir auf dem Radfahrstreifen zwei Radler auf eine Kreuzung zu. Neben ihnen rollte langsam ein Kieslaster. Als die Ampel auf Grün umschaltete, sind die beiden zügig losgefahren. Ich habe ein klein wenig den Anschluss verloren. Als ich neben der Fahrerkabine war, habe ich den Lkw-Fahrer gesehen und bemerkt, dass er mich nicht angeschaut hat. Eine echte Gefahr konnte ich aber nicht erkennen. Dafür war das Tempo zu gering, höchstens schnelle Schrittgeschwindigkeit. Was sollte da schon groß passieren?

Und dann habe ich die nächsten Sekunden wie in einer Superzeitlupe erlebt. Der Kieslaster schwenkte nach rechts. Ich wollte ausweichen. Doch zu spät. Die Beifahrertür näherte sich mir bedrohlich. Eine Frau schrie gellend. Ich habe den Schrei gehört und gespürt, dass etwas außer Kontrolle gerät und wie ich mit dem Fahrrad unter den Lkw gezogen werde. An die nächsten Sekunden kann ich mich nicht erinnern. Sie sind ausgelöscht.

„Atmen, du musst atmen!“, ist das Erste, was ich unter dem Lkw gedacht habe. Atmen mit gebrochenen Rippen und einer Lunge, die sich gerade mit Blut füllt? Atmen, um nicht zu sterben, eine echte Überlebens-Kraftanstrengung.

Ich spürte feuchte Kälte auf meinem Oberkörper. Ich konnte und wollte mich nicht bewegen. Aus Angst wurde Panik. „Nicht bewegen, sonst machst du alles noch schlimmer!“, habe ich gedacht.

„Hören Sie mich?“ Ich hörte die Frau, konnte aber nicht antworten. Meine ganze Kraft galt dem Atmen. Erst bei der wiederholten Frage habe ich ein JA hervorgestoßen.

„Sie lebt!“ Die Stimme der Frau klang erleichtert. Ich war nicht erleichtert. „Das soll alles gewesen sein?“, habe ich gedacht. „Was geschieht mit den Kindern? So kann ich doch nicht sterben.“ Ich verlor zum zweiten Mal das Bewusstsein.

Der Rettungswagen, der sich zufällig in unmittelbarer Nähe befand, trifft glücklicherweise drei Minuten nach der Unfallmeldung ein. Agata Norek liegt schwer verletzt und bewusstlos unter der Mulde des Kippers. Ihr Fahrrad ist vom fahrenden Lkw bis auf die andere Seite unter einen der hinteren Zwillingsreifen gedrückt worden. Mensch und Fahrrad wurden mit enormer Gewalt ineinander verdreht, Ursache für viele schwere Verletzungen. Der Kieslaster muss erst ein Stück versetzt werden, damit die Rettungskräfte zu Agata Norek vordringen und sie bergen können.

Aus dem Unfallgutachten der DEKRA:

„Der 01 (Lkw-Fahrer) hat keine Gefahrenbremsung durchgeführt. Aufgrund des erheblichen Massenunterschiedes zwischen Lkw und dem Fahrrad der 02 (Agata Norek) ergibt sich durch die Kollision beider Fahrzeuge im deutlich schwereren Lkw keine nennenswerte Verzögerung. Selbst durch das Überrollen des Fahrrades entstehen in Verbindung mit den vielen, großvolumigen Reifen des Lkw keine nennenswerten Erschütterungen, die für den Fahrer zwingend bemerkbar gewesen wären.“

Der Fahrer hatte also lediglich gebremst, weil er den Schrei einer Frau gehört hatte.



Trotz der professionellen Erstversorgung am Unfallort geht es für Agata Norek auf der Fahrt ins Krankenhaus um jede Sekunde. Der Notarzt hatte sie intubiert und beatmet. Im Uniklinikum wird sie in den Schockraum gebracht. Auf der „Glasgow-Koma-Skala“ notiert der aufnehmende Arzt drei Punkte. Drei Punkte bedeuten tiefes Koma. Bereits bei acht Punkten von 15 möglichen sind schwere Funktionsstörungen des Gehirns möglich. Die Überlebenschance von Frau Norek wird später von einem Arzt des Klinikums mit „weniger als fünf Prozent“ beschrieben. Ihr Überleben kommt aus medizinischer Sicht fast einem Wunder gleich.

Auszug aus der Diagnose des Krankenhauses:

„Hämatothorax und Pneumothorax links – Lungenkontusionen beidseitig – Rippenserienfraktur der 3. bis 10. Rippe links – Weichteilemphysem der Thoraxwand links – Wirbelfrakturen – Milzruptur – Ruptur des Diaphragmas – Serosa-Einriss des Magens – Beckenverletzung links mit Acetabulumfraktur – Morell-Lavallee-Syndrom im Bereich des Sacrum – Abriss des Epicondylus lateralis – Traumatische Dissektion der Arteria iliaca externa links (...)“

Operation 1: Milzexstirpation, Zwerchfellrekonstruktion, Magenübernähung, Exploration Abdomen. Operation 2: Transfemorale Thrombektomie und Stent-Einlage in die Arteria iliaca externa links.

Beim Aufwachen aus dem Koma kam die Gewissheit wie ein Schlag: Ich hatte einen schlimmen Unfall! Ich konnte mich nicht bewegen. Gefangen im eigenen Körper. Es war ein Horror. Ich habe überlegt: Was ist mit meinen Beinen? Was sehe ich, wenn ich unter die Decke schaue?

Es folgen drei weitere Operationen, bis Agata Norek im Januar von der Intensivstation auf die unfallchirurgische Normalstation verlegt wird. Sie ahnt zu diesem Zeitpunkt nicht, dass ihr noch 13 weitere Operationen bevorstehen, teilweise mit schlimmen Komplikationen.

Als sie im Mai 2014 nach Hause kommt, wiegt sie noch 48 Kilo bei einer Größe von 1,74 Metern. Bei Besuchen im Krankenhaus hatte sich ihr Sohn anfangs geweigert, das Zimmer zu betreten. Er konnte den Anblick der schwer verletzten Mutter nicht ertragen. Im Kinderzimmer der Tochter findet sie alle Puppen und Tiere bandagiert. Das war ihre Art, mit den schockierenden Erlebnissen fertigzuwerden.

Der zu einer Geldstrafe von 2.700 Euro verurteilte 50-jährige Lkw-Fahrer hat sich bei Frau Norek nicht gemeldet. Sie hat sich vor einem persönlichen Treffen mit ihm gefürchtet, aber auch sehnlichst darauf gehofft, um mit dem Unglückstag besser abschließen zu können.



Nach jahrelangen, extrem belastenden Auseinandersetzungen mit der Kfz-Versicherung des Lkw-Fahrers hat Agata Norek einen Schlusstrich gezogen und einer finanziellen Entschädigung zugestimmt. Angemessen und wertschätzend für die Schmerzen und finanziellen Verluste entschädigt hat sie sich damit nicht gefühlt.

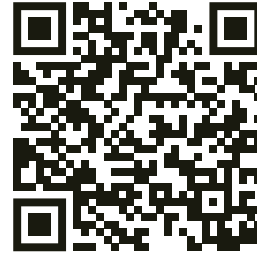
Sie hat beidseits Gesichtsfeldausfälle. Das Lesen und die Arbeit am Computer fallen ihr sehr schwer. Auto fahren kann sie nicht mehr. Schlafstörungen und Alpträume zehren stetig an der Substanz. Vernarbungen führen dazu, dass sie viele Stunden in der Woche für Bewegungen, Massagen und Physiotherapie aufbringen muss, um einigermaßen beweglich und schmerzfrei zu bleiben.

An die Politik gerichtet habe ich den Wunsch, dass alles Mögliche getan wird, damit solche Unfälle nicht passieren. Außerdem sollen Menschen, die durch die Hölle eines schweren Unfalls gegangen sind, kein zweites Mal durch eine Hölle gehen müssen. Die Auseinandersetzungen mit Versicherungen, um die eigenen Ansprüche geltend zu machen, überschreiten die menschlichen Kräfte nach einem Unfall und schaden der Gesundheit zusätzlich.

Meiner Meinung nach sollte es eine gesetzlich festgelegte Frist geben, innerhalb derer die Entschädigungsleistungen nach einem Unfall geklärt sein müssen. Und die Versicherungen müssten verpflichtet werden, Menschlichkeit und Moral nie aus den Augen zu verlieren.

Damit der Schrecken irgendwann ein Ende hat!

Video-Unfallgeschichte (deutsch und englisch) von Dr. Agata Norek:



<https://vod-ev.org/agata-atmen-du-musst-atmen/>



Ein Schatten. Ein Reflex. Ein anderes Leben.

Antje Laudan

Vor 25 Jahren habe ich einen schweren Autounfall erlebt und mit viel Glück und mehreren Schutzengeln überlebt. Was ich durchgemacht habe und was mir jetzt noch immer geblieben ist, davon möchte ich berichten.

Es geschah am 31. Januar 2000.

Bitte merken Sie sich das Datum, denn es spielt in meinem Leben eine wichtige Rolle. Damit man überhaupt eine Vorstellung hat, was passiert ist, erzähle ich erst einmal vom eigentlichen Unfall. Ich kann aber nur schildern, wie er gewesen sein könnte, denn ich selbst habe keinerlei Erinnerungen daran. Ein Psychologe hat mir mal erklärt, dass dies eine Schutzreaktion des Gehirns ist.

Ich war zu diesem Zeitpunkt im ersten Lehrjahr zur Vermessungstechnikerin, mein Traumberuf. Ich holte meinen Mit-Azubi ab, der in einem Dorf in der Nähe meines Wohnortes lebte und jünger war als ich. Gemeinsam fuhren wir zur etwa 180 Kilometer entfernten Stadt in die Berufsschule. Damit wir dort nicht noch eine Nacht länger im Internat sein mussten, fuhren wir immer erst montags ganz früh los. Es war zwar Winter, aber es lag kein Schnee und gefroren hatte es auch nicht. Aber es regnete. So gegen 3:00 Uhr erreichten wir die Autobahn. Da in dem Bereich gerade eine Baustelle war, lagen beide Fahrrichtungen auf einer Straßenseite, keine Leitplanken oder dergleichen trennten die Fahrstreifen.

Plötzlich ein Schatten. Ich bremste. Dadurch geriet mein Wagen quer zur Fahrbahn. Der hinter uns fahrende Lkw konnte nicht mehr rechtzeitig bremsen, fuhr auf und schob meinen Kleinwagen, einen Fiat Seicento, in den Gegenverkehr. Dort kollidierte unser Auto mit einem weiteren Lkw. Dann hatten wir auch mal Glück, denn ein dritter Lkw wich aus, fuhr in den Graben, verlor seine ganze Ladung, aber der Fahrer rettete uns mit Sicherheit das Leben.

Bilanz des Unfalles: zwei schwer verletzte Personen im Pkw, sechs Stunden Vollsperrung der Autobahn und ein Sachschaden von 100.000 D-Mark.

Benachrichtigung

Wenn so ein Unfall in den frühen Morgenstunden passiert, geht man davon aus, dass die Angehörigen im Laufe des Vormittags informiert werden. Nicht aber in meinem Fall. Meine Eltern hatten beide frei und verlebten einen entspannten Vormittag. Meine Großtante rief aufgeregt bei ihnen an und fragte, ob ich mich schon gemeldet habe. Denn sie hatte im Radio von einem schweren Verkehrsunfall gehört und wusste, dass ich montags diese Strecke fuhr.

„Nein, hat sie nicht, sie meldet sich immer erst abends, und sie wird es nicht gewesen sein, sonst hätte man uns schon längst informiert“, beruhigten meine Eltern die Großtante. Aber ein ungutes Gefühl blieb trotzdem.

Etwa zwölf Stunden nach meinem Unfall klingelte die Polizei an der Tür meiner Eltern und überbrachte die Unfallnachricht: Es war also doch ihre Tochter! Fast zeitgleich läutete das Telefon. Es war die Klinik, in die ich gebracht worden war. Dort wunderte man sich, warum sich keiner nach mir erkundigte. Konnte ja niemand, denn es hatte sie keiner benachrichtigt. Mein Vater begann, alle zu informieren, Familie, Freunde, die Firma.

Erinnern Sie sich an das Datum? Ich wurde am 31. Januar 1980 geboren. Der Unfalltag war also genau mein 20. Geburtstag.



Einer meiner Brüder fuhr meine Eltern zu mir ins Klinikum. Mein Vater war nicht in der Lage, sich hinters Steuer zu setzen. Man ließ nur meine Eltern zu mir. Meine Ma als Krankenschwester sah Schwerverletzte öfters, aber das eigene Kind da liegen zu sehen, war eine ganz andere Sache.

Mein Vater hatte mich morgens noch zum Auto gebracht, mir zum Geburtstag gratuliert und nun lag ich da! Der Kopf bandagiert, überall Schläuche, und es piepste ständig. Keiner konnte definitiv sagen, was mit mir wird. Mein Vater musste kurz das Zimmer verlassen. Er behauptet zwar wegen der ganzen Gerüche, die da rumwaberten, aber so ganz glaube ich ihm das nicht.

Verletzungen

Mein Beifahrer war ebenfalls schwer verletzt, ist aber wieder genesen und kann sein Leben ganz normal weiterführen.

Mich hat es so nachhaltig erwischt, da ich das deformierte Autodach auf den Kopf bekommen habe. Die noch immer bestehenden Einschränkungen rühren von der schweren Kopfverletzung. Ich hatte ein schweres Schädelhirntrauma (SHT) 2. bis 3. Grades erlitten. Viele Unfallopfer überleben diese Verletzung gar nicht, und wenn, dann nicht so „gut“ wie ich. Ich habe zwar einige körperliche Einschränkungen behalten, aber geistig bin ich noch ganz fit. Des Weiteren hatte ich eine Radiusfraktur rechts, also einen gebrochenen Unterarm. Dann ein Polytrauma, ein Mehrfachtrauma, ein Thorax-Trauma und ein stumpfes Bauchtrauma.

Ich lag acht Wochen im Koma, hatte eine Magensonde, erhielt einen Luftröhrenschnitt, man legte einen Urinkatheter und ich trug Windeln. Mit 20 Jahren keine angenehme Sache.

Durch eine Kanüle im Hals bekam ich Luft. Zuerst musste man mich an den Händen festmachen, da ich versuchte, mir diesen Fremdkörper wieder zu entfernen. Während meine Eltern da waren, durfte ich entfesselt sein und sie achteten darauf, dass ich mir nicht selbst Schaden zufügte.

Innerhalb von zwei Jahren hatte ich 15 operative Eingriffe. Da Vollnarkosen den Körper stark belasten, wählte man, wo immer es möglich war, die Lokalanästhesie. Ärzte haben manchmal wenig Zeit, und so fingen sie bei mir öfters

schon an, obwohl die Narkose noch nicht ganz wirkte. Das tat ich ihnen aber, wenn ich denn konnte, lauthals kund.

Genesungsprozess

Die ersten 18 Tage nach dem Unfall lag ich in einer Klinik in der Nähe des Unfallortes. Dann wurde ich, noch im Koma liegend, in eine Rehaklinik in der Nähe meines Heimatortes verlegt. Für meine Eltern, die mich täglich besuchten, war der Weg zu mir jetzt nicht mehr so weit. Ich war insgesamt zwei Jahre und drei Monate Patientin in dieser Rehaklinik.

Zuerst lag ich auf der Intensiv-Therapiestation (ITS). Als ich dann wach war, fühlte ich mich wie im Gefängnis. War ich im Prinzip ja auch. Gefangen im eigenen Körper. Ich konnte nicht richtig sehen, nicht sprechen und an Aufstehen war gar nicht zu denken. Ich erinnere mich noch an das große Fenster im Zimmer zum Flur hin. So genügte ein Blick vom Pflegepersonal ins Zimmer hinein beim Vorbeigehen, um zu sehen, ob akut etwas mit mir nicht in Ordnung war. Ich sah also durch das Fenster und dort war Bewegung, aber ich war zum Nichtstun verdammt. Ich konnte nur die weißen Wände anstarren. Später hing man ein buntes Tuch an die Decke und ein Bild an die Wand, sodass ich etwas zum Anschauen hatte.

Ich weiß noch, dass ich zuerst dachte, ich würde träumen. Aber immer, wenn ich aufwachte, sah alles genauso aus wie am Tag zuvor. Irgendwann fragte ich meine Eltern, was los ist.

Auch hatte ich das Pech, mir gleich zweimal den MRSA-Keim einzufangen. Für gesunde Menschen kein Problem, aber für immungeschwächte wie mich eine große Gefahr. Während dieser Phasen musste, wer immer mein Zimmer betrat, sich voll einpacken. Sprich Handschuhe, Mundschutz, Haube, Kittel, und sogar über die Schuhe mussten Plastikteile gezogen werden. Ich, die noch gar nicht ganz bei Sinnen war, stellte mir jedes Mal aufs Neue die Frage: Was wollen diese Marsmenschen von mir?!

Ich musste Vieles neu lernen:

Zum Beispiel, selbstständig zu atmen und zu sprechen. Ich weiß noch, dass mein Vater die Idee hatte, das Alphabet mit der größtmöglichen Schriftgröße auf ein A4-Blatt auszudrucken, damit ich mit meinen Eltern kommunizieren konnte. Durch den Luftröhrenschnitt konnte ich nicht



sprechen. Ich sollte auf die Buchstaben zeigen, aus denen dann Worte entstanden. Allerdings war mein Tag so ereignisreich und ich zeigte so fix auf die einzelnen Buchstaben, dass meine Eltern oft gar nicht folgen konnten.

Ich musste wieder lernen, zu schlucken. Ich litt an einer Schluckstörung, was bedeutet, dass ich nur breiige Nahrung zu mir nehmen konnte, nichts Festes zum Kauen und erst recht nichts Flüssiges. Denn ich merkte gar nicht, wenn ich mich verschluckte. Wenn Speise ungehindert in die Lunge gerät, gibt es eine Lungenentzündung – davon hatte ich gleich zwei in der Zeit. Auch heute noch verschlucke ich mich öfter. Besonders beim Trinken muss ich sehr achtsam sein.

Muskelabbau geht sehr schnell, und so musste ich wieder lernen, selbstständig zu gehen. Auf einem Laufband hing ich in einem Tragegurt, da ich mich nicht selbst aufrecht halten konnte. Rechts und links saß jeweils ein Therapeut und beide setzten für jeden Schritt meine Füße vorwärts. Hinter mir stand ein weiterer Therapeut und passte auf, dass ich nicht nach hinten wegnickte. So lernte ich allmählich wieder zu laufen. Zuerst saß ich im Rollstuhl, dann schob ich einen Rollator und jetzt schwanke ich ohne Hilfsmittel durch die Gegend.

Während der Reha wurde ich verklagt. Und zwar von der Versicherung des auffahrenden Lkw. Der Fahrer war der Meinung, ich hätte völlig unbegründet plötzlich gebremst. Den unzureichenden Abstand des Lkw zu meinem Auto bewertete die Versicherung offensichtlich als nicht ursächlich für den Unfall. Der Schatten, den ich gesehen hatte, war ein Fuchs. Zum Glück hatte mein Beifahrer diesen auch wahrgenommen und sagte das vor Gericht

als Zeuge aus. Der Richter hatte im Vorfeld gelesen, wie schwer verletzt ich war und verzichtete darauf, mich vorzuladen. Ihm reichte die Anwesenheit meines Anwalts, den meine Eltern unmittelbar nach dem Unfall beauftragt hatten. Mir wurde eine Teilschuld zugesprochen. Ich erhielt eine gute Abfindung, aber Geld ist nicht alles und macht einen nicht wieder gesund.

Bleibende Schäden

Man vergisst so ein Ereignis nie, aber ich werde zusätzlich jeden Tag durch die bleibenden Einschränkungen und Narben an diesen Unfall erinnert.

Ich habe fast täglich Kopfschmerzen unterschiedlicher Intensität. Mein Kurzzeitgedächtnis ist schlecht.

Ich habe ständig Doppelbilder und einen Gesichtsfeldausfall nach rechts, das nennt man auch Halbseitenblindheit. Das bedeutet, dass ich nicht wie gesunde Menschen ein Blickfeld von 180 Grad habe, sondern nur von etwa 100 Grad. Ich werde schon mal schief angeschaut, wenn ich gegen irgendetwas laufe, weil ich es einfach nicht gesehen habe. Es ist mir schon öfter passiert, dass ich gegen den rechten Türrahmen gestoßen bin. Zum Glück habe ich einen Dickschädel.

Aufgrund der Doppelbilder kann ich nicht wirklich räumlich gucken, habe aber ein gutes räumliches Vorstellungsvermögen. Das rechte Auge leidet zudem an einer Lidschwäche. Wenn ich nach unten sehe, geht das Lid nicht wie normal mit hinab, sondern nach oben. Das erschreckt besonders Kinder sehr. Auch ist die Beweglichkeit der rechten Pupille stark eingeschränkt. Außerdem ist diese Pupille immer groß, reagiert kaum auf Licht und ist dadurch äußerst lichtempfindlich.

Noch immer habe ich Probleme beim Atmen, bin kurzatmig und schnell aus der Puste. Auch die Schluckstörung hat Spuren hinterlassen. Ich verschlucke mich häufig, und wenn ich großen Durst habe, kann ich nicht einfach eine Flasche ansetzen und diese schnell leeren. Ich muss Schluck für Schluck langsam trinken.

Ich reagiere etwas verlangsamt. Im Alltag fällt das kaum auf, aber wenn ich spontan auf etwas reagieren muss, fällt mir das schwer.

Ich leide an einer Ataxie auf der linken Körperhälfte. Diese Störung der Bewegungsabläufe macht sich bei mir besonders in der linken Hand bemerkbar. Ich kann sie bei Aktivitäten nicht ruhig halten. Sie zittert dann unkontrolliert, selbst einfaches Festhalten ist nur bedingt möglich. So ist schon das Zubereiten des Frühstücks eine große Herausforderung. Das Zubinden der Schuhe ist oft schweißtreibend. Aber da gibt es ja Alternativen, etwa den Klettverschluss.

Ein anderes simples Beispiel, was aufgrund des schwankenden Ganges nicht so gut klappt: ein volles Glas von A nach B zu tragen. Das ist bei Strecken über zwei Meter ohne Kleckern nicht machbar.

Ich kann kaum das Gleichgewicht halten, humple aufgrund einer schief stehenden Hüfte und anderer Nöte mit dem rechten Fuß und gehe dadurch recht wackelig umher. Ich habe schon erlebt, dass Menschen die Straßenseite wechseln, weil sie dachten, ich sei betrunken. Gut, sage ich mir, dann habe ich mehr Platz und schwanke weiter.

Trotz all der Schwierigkeiten mit dem Gehen: Ich kann auf eigenen Füßen stehen und kann selbstständig gehen, ich bin nicht auf einen Rollstuhl angewiesen.

Träume, Hobbys, Ängste

Ich hatte eine Lehrstelle in meinem Traumberuf, was zu der Zeit echt ein Glücksfall war. Ich wollte Vermessungstechnikerin werden, ein Job, der viel mit Mathe und Technik zu tun hat und damals ein typischer Männerberuf war.

Dann wurde ich schon im Alter von 25 Jahren Rentnerin und bin zu 80 Prozent schwerbehindert. Damit gehöre ich zum Personenkreis der Schwerstbehinderten. Das sieht man mir nicht an, eine Tatsache die Vor- und Nachteile mit sich bringt.

Ein Beispiel im Alltag: Beim Büfett muss mir jemand den gefüllten Teller an den Platz bringen. Durch die Zitterhand und den wackligen Gang ist die Gefahr groß, dass alles auf dem Boden oder auf dem Schoß einer Person landet. Durch die Halbseitenblindheit muss ich zudem tierisch aufpassen, niemanden umzurennen, was mich zusätzlich sehr stresst. Da ich immer so aufpassen muss, bin ich schnell mit meinen Kräften am Ende.

Ich habe ein ärztliches, absolutes Fahrverbot. Ich darf noch nicht mal Fahrrad fahren. Dabei bin ich so gerne Rad gefahren. Ich kann also nicht einfach spontan los.

Dunkelfahrten sind eine Herausforderung für mich, natürlich nur als Beifahrerin. In der Stadt mit viel Beleuchtung geht das noch, aber ganz schlimm sind Fahrten über Land. Wenn es dann noch regnet und viele Fahrzeuge von vorne kommen, ist es ganz aus. Dann gerate ich leicht in Panik. Diese Situation erinnert mich zu sehr an den Unfall.

Ich bin geräuschempfindlich. Einige Geräusche machen mir richtig Angst. Wenn ich ein Geräusch zuordnen kann und weiß, was es ist und wo es herkommt, dann ist es in Ordnung. Ganz furchtbar ist Silvester für mich. Von großer Knallerei halte ich mich fern. Jetzt nach 25 Jahren lässt es etwas nach, aber wenn ich unvermittelt ein Martinshorn höre, schießen mir sofort die Tränen in die Augen und ich muss kämpfen, nicht loszuheulen.

Ich musste außer dem Radfahren noch mein geliebtes Hobby Modellbau aufgeben. Mit meiner zitternden Hand unmöglich.

Ein plötzlicher Schatten, ein Schreck und mein heftiger Reflex haben innerhalb von Sekundenbruchteilen meine Lebensplanung und mein ganzes Leben verändert, völlig unvorbereitet und aus dem Nichts. Und ich hatte doch an meinem 20. Geburtstag so viele Pläne und Wünsche.

Bin ich unglücklich? Schwer zu sagen. Ich mache das Beste aus der Situation und freue mich auf jeden Tag, den ich erleben darf. Es hätte alles noch schlimmer kommen können.

ALMOST HOME. Fast zu Hause

Sandra Schuster

Am 4. Oktober 2014 habe ich als Insassin eines Pkw einen schweren, unverschuldeten Unfall erlitten. An das Ereignis selbst habe ich keine Erinnerung. Genau genommen kann ich mich an keine Geschehnisse aus dem Jahr 2014 erinnern, die vor dem Unfall passiert sind. An Dinge aus dem Krankenhaus und an die Anfangszeit der Reha habe ich auch keine Erinnerung. Wenn man über bestimmte Sachen spricht, habe ich manchmal das Gefühl, mich zu erinnern – doch ob das tatsächlich echte Erinnerungen sind oder nur Einbildungen, kann ich nicht sagen. Das, was ich im Folgenden schildern werde, beruht daher nur zum Teil auf meiner eigenen Erinnerung. Größtenteils stützt es sich auf Informationen aus den Ermittlungs- und Unfallakten sowie auf Erzählungen von Personen aus meinem direkten Umfeld. An das, was nach der Reha-Zeit passiert ist, kann ich mich wieder gut erinnern.

Vor dem Unfall

Zum Unfallzeitpunkt war ich 17 Jahre jung und Schülerin der 12. Klasse.

Am Tag vor dem Unfall, an einem Freitag, hat mein Opa seinen 72. Geburtstag gefeiert. Mit ihm und meinen Eltern ging es zunächst in ein Café zum Mittagessen und Kaffeetrinken. Auf dem Rückweg haben meine Eltern und ich kurz bei Basti* Halt gemacht, um ihm den Schlüssel des Jugendclubs zurückzubringen, wo er am vorherigen Abend seinen Geburtstag gefeiert hatte.

Es war eine besondere Zeit, denn im Sommer hatten wir die Fußball-Weltmeisterschaft in Brasilien gewonnen. Die Spiele habe ich stets und ständig bis spät in die Nacht mit den Jungs und Mädels aus meinem Dorf verfolgt. So war ich auch am Abend zuvor bis Mitternacht im Jugendclub gewesen. Ich fand es immer total ungerecht, dass ich fast jedes Mal um 24 Uhr zu Hause sein musste. Ausnahmen gab es nur selten. Aber Regeln sind halt Regeln, und an die hat man sich auch zu halten.

Wir waren zeitig zurück von Opas Geburtstagsfeier, sodass ich mich in Ruhe fertig machen konnte. Abends wollte Lukas seinen 18. Geburtstag bei sich zu Hause feiern. An diesem Tag hatte ich ausnahmsweise kein Zeitlimit, wann ich wieder zu Hause sein sollte.

Lukas ist ein guter Freund, den ich schon kenne, seit ich klein bin. Er wohnt im gleichen Dorf wie ich nur eine Straße entfernt. Das waren perfekte Voraussetzungen für einen gelungenen Abend, denn wir brauchten uns keine Gedanken darüber zu machen, wie wir nach Hause kommen. In der Vergangenheit hatten wir das immer gut geregelt und uns von unseren Müttern abholen lassen. Egal, ob spät in der Nacht oder ganz früh am Morgen: Sie waren immer da und haben uns sicher nach Hause gebracht.

Am Abend des 3. Oktober empfing ich meine beste Freundin Sophia bei mir zu Hause. Tom hatte sie zuvor am Bahnhof abgeholt. Anschließend fuhren sie gemeinsam zu mir. Tom, der zu diesem Zeitpunkt bereits volljährig war, stellte sein Auto auf dem Hof meiner Eltern ab.

Es sind nur knapp 200 Meter Entfernung bis zu Lukas nach Hause und wir sind gemeinsam dorthin gelaufen. Sophia und Tom wollten die Nacht bei mir verbringen. So, wie wir es früher auch manchmal nach Partys gehandhabt haben. Meine Freundin Emma sollte in dieser Nacht ebenfalls bei mir schlafen. Wir waren voller Vorfreude und wussten, dass wir sicher wieder einen wunderbaren Abend haben werden. Bevor wir losgelaufen sind, habe ich aus Versehen mein Handy auf den Boden fallen lassen. Das komplette Display war zersprungen, aber das Handy hat noch funktioniert. Später dachten meine Eltern und ich, dass es beim Unfall kaputtgegangen sein musste.

Der Abend verlief total entspannt und wir hatten echt viel Spaß. Es waren etwa 25 Personen zu Gast. Die meisten kannten wir aus der Schule oder von anderen Partys.

* Die Namen aller Beteiligten wurden geändert.

Zum Abendbrot gab es leckeres Essen. Danach wurde viel gelacht, getanzt, herumgealbert und eben alles gemacht, was zu so einem Abend dazugehört. Ein paar alkoholische Drinks durften natürlich auch nicht fehlen, um noch mehr Spaß zu haben. Ich war damals für jeden Spaß zu haben und immer vorne mit dabei. Das Grundstück haben wir zwischendurch mit Paul und Georg kurz verlassen, um an den Bahnschienen einen Joint zu rauchen. Spaziergänge sind an so einem Abend nicht unüblich gewesen. Einfach, um spazieren zu gehen, oder um in Ruhe zu quatschen, egal ob mit den Mädels oder gemeinsam mit den Jungs. Wir kennen uns alle sehr gut. Lukas, Georg, Emma, Luca, Tom und Lena kenne ich seit dem Kindergarten oder seit der Grundschule. Sophia habe ich in der 7. Klasse kennengelernt und bin seitdem sehr eng mit ihr befreundet. Emma und sie sind meine besten Freundinnen. Mit Sophia verbrachte ich die meiste Zeit, da wir in die gleiche Klasse gingen. Wir waren das perfekte Party-Team. Paul, der an diesem Tag für die Musik zuständig war, kannte ich auch von anderen Partys. Er war Hobby-DJ und machte seine Sache richtig gut. Zusammen mit Tom war Paul auf dem gleichen Oberstufenzentrum, und auch die beiden waren beste Freunde.

Ein Lied schwirrt mir bis heute durch den Kopf und ich sehe Paul vor mir tanzen:

ALMOST HOME

von Moby. Das Lied habe ich vor dem Unfall rauf und runter gehört. Auch an diesem Abend wurden der Song und viele weitere tolle Lieder gespielt und wir haben dazu getanzt, als gäbe es kein Morgen mehr. Die Nacht war in vollem Gange, während der Morgen langsam näher rückte. Für uns war das jedoch kein Thema, denn wir waren mittendrin und feierten, was das Zeug hielt. Die Nächte waren immer sehr lang und der Schlaf kam meist zu kurz, doch das habe ich mit 17 immer sehr gut weggesteckt.

Die meisten an diesem Abend waren noch minderjährig. Um die Nachbarn nicht mehr mit der lauten Musik zu stören, forderten Lukas Eltern uns um zwei Uhr auf, die Musik

leiser zu stellen. Einige von uns halfen beim Aufräumen. Wir haben nicht mitgemacht, da schon viele Hände mit angepackt hatten. Zum Schluss standen wir die ganze Zeit bei Paul am DJ-Pult. Wir waren natürlich nicht besonders erfreut darüber, dass die Party nun zu Ende sein sollte, denn an Schlafen war für uns noch lange nicht zu denken. Wir entschlossen uns deshalb, noch ein wenig Musik im Auto zu hören, ohne mit dem Auto loszufahren. Emma, Sophia, Tom, Luca, Paul und ich sind also aufgebrochen und zu mir nach Hause gelaufen. Emma, Sophia und Tom hätten in dieser Nacht bei mir schlafen sollen. Luca hätte bei Georg übernachtet und Paul bei Lukas. Auf dem Weg kam jemand von uns auf die Idee, noch einmal mit dem Auto loszufahren. Wir konnten später nicht klären, wer von uns die Idee hatte bzw. weshalb wir beschlossen hatten, mit dem Auto aufs Feld zu fahren, um dort Musik zu hören.

Der Unfall

Tom und Luca waren beide 18 Jahre alt und besaßen bereits eine Fahrerlaubnis, befanden sich aber noch in der Probezeit. Da ich die Einzige aus der Gruppe war, die einen Schlüssel für unser Hoftor hatte, kann man davon ausgehen, dass ich das Tor aufgemacht habe. Tom fuhr sein Auto vom Grundstück. Er hatte mehr als ein Promille Alkohol im Blut, wie später festgestellt wurde. Wir übrig gebliebenen Fünf stiegen anschließend ein. Auf den Beifahrersitz setzte sich Luca, auf der Rückbank links nahm Emma Platz, Paul saß in der Mitte und Sophia und ich saßen rechts. Es ist unklar, ob Sophia auf meinem Schoß saß oder ich auf ihrem oder ob wir alle nebeneinandergesessen haben. Auch diese Konstellation war möglich gewesen, da wir alle schlank waren.

Zu lauter Musik verließen wir den Ort und fuhren auf die holprige Landstraße am Ortsrand. Die Straße befindet sich in einem miserablen Zustand. Die zulässige Höchstgeschwindigkeit liegt bei 80 km/h. Selbst wenn man dort nur 60 km/h fährt, kommt es einem aufgrund des schlechten Fahrbahnzustandes vor, als würde man mindestens Tempo 80 fahren.

Etwa zwei Kilometer von unserem Dorf entfernt fuhr Tom mit einer Geschwindigkeit zwischen 84 und 95 km/h in eine leichte Linkskurve. Der Wagen geriet unmittelbar „beim Einfahren in die Kurve in einen fahrdynamisch instabilen Zustand“ und wir drifteten nach rechts von der Straße ab. Dabei fuhr Tom auf den unbefestigten Randstreifen und gegen einen Begrenzungspfahl. Er versuchte



gegenzulenken, um das Fahrzeug wieder unter Kontrolle zu bringen, worauf unser Auto auf die Fahrbahn zurückschleuderte und die Straße von rechts nach links überquerte. „Infolge der überhöhten Geschwindigkeit, der Alkoholisierung des Fahrers, der Überbesetzung und des daraus resultierenden Kontrollverlustes“ prallte unser Auto schließlich mit einer Geschwindigkeit von etwa 60 bis 70 km/h mit der linken Fahrzeugseite gegen einen Baum am Fahrbahnrand, wurde von dort zurückgeschleudert und kam „in ursprünglicher Fahrtrichtung am rechten Fahrbahnrand zum Stillstand“. Beim Fahrzeug entstand ein Totalschaden.

Trotz des heftigen Aufpralls auf den Baum war Emma noch bei Bewusstsein. Tom und Luca waren nach dem Unfall nicht ansprechbar. Sophia war wach, aber total durcheinander, und auch ich war wohl wach, wusste jedoch nicht, was passiert war.

Paul reagierte nicht. Er hatte den Unfall aufgrund schwerster Verletzungen nicht überlebt.

Emma war eingeklemmt, doch sie war die Einzige, die in dieser Situation den Ernst der Lage erkannte. Sie versuchte Sophia klarzumachen, dass sie Hilfe holen sollte. Doch Sophia stand zu sehr unter Schock, um uns helfen zu können. Daraufhin „weckte“ Emma Luca, der sofort losrannte, um Hilfe zu holen. Er lief zum Glück sofort in die richtige Richtung. Auch er stand unter Schock und hätte genauso gut in die falsche Richtung laufen können. Auf dem Weg rief er Georg an, der nur zwei Häuser entfernt von Lukas wohnte. Laut Georg sprach er wirres Zeug, habe gesagt, dass große Scheiße passiert sei, habe einen Unfall erwähnt und Georg gebeten, Hilfe zu holen. Georg verstand zunächst nichts, von Luca kamen keine klaren Informationen. Um sich zu vergewissern, was passiert war, zog er sich an und lief zu Lukas nach Hause, klopfte an sein Fenster und forderte ihn auf, nach draußen zu kommen. Während Lukas sich anzog und seine Eltern über den Vorfall informierte, lief Georg zu meinen Eltern. Vor unserem Haus traf er auf Luca. Dieser war sehr verwirrt und wunderte sich, wie er sich seine Verletzungen zugezogen hatte. Georg brachte Luca zu sich nach Hause und seine Mama kümmerte sich um ihn. Georg lief zurück zu meinen Eltern und informierte sie darüber, dass ein schlimmer Unfall passiert war. Meine Eltern fragten, ob etwas mit dem Auto passiert sei, das könne doch nicht sein, denn schließlich

stehe es doch auf unserem Grundstück. Sie sahen nach und stellten fest, dass sich das Auto nicht mehr dort befand. Inzwischen konnte auch Lukas seine Eltern über den tragischen Vorfall informieren. Gemeinsam mit ihnen und Lena machte er sich auf den Weg zur Unfallstelle. Sie waren die ersten am Unfallort. Das Auto stand rechts am Fahrbahnrand. Sophia hatte sich zwischenzeitlich selbst aus dem Auto befreit und befand sich auf der linken Straßenseite. Martina, die Mama von Lukas, ging sofort zu ihr und begleitete sie zum Auto der Familie.

Währenddessen setzte Lukas den Notruf ab und teilte den Rettungskräften mit, dass Personen schwer verletzt seien.

Sophia und Luca wurden leicht verletzt und blieben für einige Tage zur Überwachung im Krankenhaus.

Paul, der auf der Rückbank zwischen uns saß, erlag noch am Unfallort seinen schweren Verletzungen. Er hatte eine „Zertrümmerung des Schädeldaches und der Schädelbasis sowie eine vollständige Zerreißung der Hauptschlagader“.

Emma, Tom und ich waren schwer verletzt. Nach Paul, der den Unfall nicht überlebt hatte, war ich diejenige, die am schwersten verletzt war. Nachdem die Ersthelfer eingetroffen waren, zog Roland, der Papa von Lukas, mich aus dem Auto und legte mich vorsichtig auf den Boden. Als die Rettungskräfte eintrafen, war ich bewusstlos, reagierte jedoch auf Schmerzreize und gab unverständliche Laute von mir. Mein Zustand wurde mit neun Punkten auf der Glasgow-Koma-Skala eingestuft.

Ein Hubschrauber landete, um Emma ins Unfallkrankenhaus zu fliegen. Tom und ich wurden mit Rettungswagen in umliegende Krankenhäuser gebracht.

Meine Verletzungen betrafen hauptsächlich das Mittelgesicht und den Schädel. Ich erlitt ein „Polytrauma bei Zustand nach Verkehrsunfall mit schwerem Schädelhirntrauma (III. Grad)“. Einige Tage war mein Zustand so kritisch, dass selbst die Ärzte keine Prognose abgeben konnten.

Nach dem Unfall

Ein Leben, das mit dem früheren kaum noch vergleichbar war/ist: sechs Wochen Krankenhaus, fünf Wochen davon auf der Intensivstation, danach Reha und neuropsychologische Behandlungen, später Psychotherapie.



Ich war erschöpft und notorisch müde. In der Reha habe ich bis zu 18 Stunden am Tag geschlafen. Ich war vergesslich und habe alles durcheinandergebracht. Ich war in einfachen Situationen komplett überfordert und ständig auf Hilfe angewiesen. Die einfachsten Dinge funktionierten einfach nicht mehr.

Und das Schlimmste: Kognitiv war ich auf dem Stand einer Sechs- bis Neunjährigen. Ich hatte keine Ahnung, warum ich im Krankenhaus war. Man hatte mir erzählt, ich sei beim Fußballspielen mit jemandem zusammengeprallt. Das reicht einer Siebenjährigen als Erklärung.

Meine Mama war bis Mitte Januar 2015 mit mir zusammen in der Reha. Sie hat alles gemanagt, ich war dazu nicht in der Lage. Mein Papa musste als Selbstständiger arbeiten. Er hat sich zu Hause Sorgen gemacht und mich so oft besucht, wie er nur konnte.

Was ich nicht wusste: Tom, der das Auto betrunken gefahren hatte, lag ebenfalls in der Rehaklinik, allerdings auf einer anderen Station. Später, als wir uns ab und zu in der Kantine trafen, habe ich in meinem damals kindlichen Gemüt wohl öfters zu ihm gesagt, er sei schuld, etwa wenn mir das Krankenhausessen nicht geschmeckt hatte.

Apropos Schuld. Eigentlich waren wir alle in gewisser Weise schuld, weil wir zu einem Betrunkenen ins Auto gestiegen sind. Aber Tom hatte wohl den größten Anteil am Zustandekommen des Unfalls. Ich war und bin Tom nicht böse, dass er den Unfall verursacht hat. Ein wenig freue ich mich für ihn, dass er damit gut klarkommt. Aber es macht mich so traurig, mein Leben lang mit den Folgen des Unfalls klarkommen zu müssen.

Aber eine neue Tür hat sich aufgemacht, sprich: Eine neue Liebe ist entstanden. Basti, mit dem ich vor dem Unfall am Wochenende viel und am liebsten Zeit verbracht habe, hat

mir irgendwann gestanden, dass er sich schon lange in mich „verguckt“ hatte, sich aber nicht getraut hatte, es mir zu sagen. Jetzt sind wir zusammen. Direkt nach dem Unfall war Basti eine Zeit lang krank. Er hatte Angst um mich. Und er hat sich geärgert, dass er mich im Krankenhaus nicht besuchen durfte. Aber meine Eltern hat er besucht und nach mir gefragt. Ohne Basti und ohne meine Eltern hätte ich das nicht überstanden. Auch heute sind sie meine größte Unterstützung und geben mir den meisten Halt.

Tragischerweise muss mich Basti am Nachmittag vor dem Unfall, als wir den Schlüssel des Jugendclubs zu ihm zurückgebracht haben, gefragt haben, ob ich mit ihm und Freunden ins Kino gehen wolle. Ich habe mich aber für die Geburtstagfeier bei Lukas entschieden.

Als ich aus der Reha wieder nach Hause kam, war alles irgendwie neu und komisch, ich musste mich erst wieder an den Alltag gewöhnen. Partys konnte ich nicht mehr feiern und habe bis heute kaum noch Freude daran, da es meine kognitiven Beeinträchtigungen und Folgen der schweren Kopfverletzung nicht mehr möglich machen. Mein Leben hat sich um 180 Grad gedreht. Ich kann nicht mehr sagen, wie es sich anfühlt, ohne Beeinträchtigungen zu leben, ohne die chronische Müdigkeit und ohne die Schmerzen, die mich Tag für Tag begleiten.

Mein Versuch, das Abitur nachzuholen, scheiterte. Meine Eltern haben dann entschieden, dass ich die Schule ohne Abitur verlasse und erstmal Therapien mache. Später erwarb ich mit einem einjährigen Praktikum mein Fachabitur im Bereich Wirtschaft und Verwaltung. Ich war jetzt dort, wo ich eigentlich niemals hinwollte.

Ich möchte glücklich sein und unbeschwert leben. Ich wünsche mir mein Leben leichter, als es manchmal ist. Ich freue mich über die kleinen Dinge des Lebens: Vogelzwitschern, ein schöner Sonnenaufgang, ein leckeres Haselnuss-Eis. Das Materielle ist mir nach dem Unfall nicht mehr wichtig.

Manchmal grübele ich und denke: Wie konnte das nur passieren? Und so nahe bei meinem Dorf, wo ich mich doch so geborgen gefühlt habe mit meinen Freunden, unseren Nachbarn, meinen Eltern?

Ich war doch fast zu Hause.

Es gibt keinen unbeschwerten Tag mehr in meinem Leben

Lara*

Ich habe einem Sohn seinen Vater genommen.

Doch bevor diese Tatsache mein Leben veränderte, war ich eine ganz normale 24-Jährige, die gerne tanzte, feierte, ausging. Auto bin ich zügig gefahren, regelmäßig zehn km/h über dem erlaubten Limit. So wie alle meine Freunde und Bekannten. Aber gerast bin ich nicht. Beim Fahren habe ich hin und wieder aufs Handy geschaut, telefoniert oder eine Nachricht gecheckt. Nicht aber an dem Tag, als es passierte. Da bin ich weder zu schnell gefahren noch habe ich telefoniert.

An einem frühen Sonntagmorgen wollte ich wie gewöhnlich meinem Freund beim Fußball zusehen und anschließend meine Mutter besuchen, die versprochen hatte, Waffeln zu backen. Deshalb, und nur weil ich nach dem Spiel direkt losfahren wollte, habe ich für die wenigen hundert Meter zum Fußballplatz mein Auto benutzt. Im Nachhinein frage ich mich oft: „Warum bist du nicht wie immer bei Heimspielen zu Fuß gegangen?“ So, als könnte ich durch Grübeleien das Geschehene noch ungeschehen machen.

Kurz vor dem Fußballplatz wollte ich nach links auf den Parkplatz abbiegen. Die Sonne an diesem schönen Septembertag stand tief. Ich war mir sicher, dass mir von vorne kein Auto auf der abschüssigen Straße entgegenkam. Erst als ich einen Schrei hörte und direkt anschließend einen Aufprall spürte, wurde mir klar, dass etwas passiert war. Was genau, ahnte ich erst, als ich einen Mann verkrümmt auf der Fahrbahn liegen sah.

Sofort waren viele Menschen bei ihm. Die Rettungswache war nur wenige Schritte entfernt.

Ich war wie gelähmt. Immer und immer wieder habe ich laut geschrien: „Ich habe ihn nicht gesehen! Ich habe ihn nicht gesehen!“

Ich wusste, ich hatte einen Radfahrer angefahren. Aber erst als ein Rettungshubschrauber landete, wurde mir die ganze Tragweite bewusst: Es ging um Leben und Tod. Aber warum? Ich bin Schrittgeschwindigkeit gefahren. Und da kann doch ein so schwerer Unfall gar nicht passieren. Dachte ich.

Später erfuhr ich, dass der ältere Mann mit seinem Rennrad nicht den Radweg benutzt hatte, der neben der Fahrbahn auf dem Gehweg verläuft, sondern den Berg herunter ziemlich schnell mitten auf der Straße gefahren war. Er hatte keinen Helm getragen.

Ich schreibe das nicht, um mich zu entschuldigen. Aber mir hilft es ein klein wenig, mich nicht total schuldig zu fühlen. Alkohol hatte ich nicht im Blut, wie die Polizei direkt feststellte, und telefoniert hatte ich auch nicht. So sah es auch das Gericht. Es verurteilte mich wegen fahrlässiger Tötung zu einer Geldstrafe von 1.800 Euro auf Bewährung. Da ich mir in den Jahren nach dem Unfall nichts mehr habe zu Schulden kommen lassen, musste ich den Betrag nicht zahlen.

Aber der Unfall hat mein Leben total verändert.

Das Einzige, was ich in Sekundenbruchteilen bei dem Unfall wahrgenommen habe, war das Trikot eines bekannten Radsportlers. Der Radfahrer trug es. Das Trikot verfolgt mich. Immer und immer wieder sehe ich es vor meinen Augen.

Ich erinnere mich daran, dass ich in eine Decke gehüllt auf einem Stuhl saß, den ein guter Freund besorgt hatte, und mit zunehmender Verzweiflung zusah, wie rein gar nichts passierte. Da muss es doch gleich mal losgehen, dachte ich. Die Zeit, in der der Verletzte von den Rettungskräften umsorgt wurde, schien mir unendlich lang. Ich wollte, dass etwas geschieht, dass ich Gewissheit erlangte, was

*Name geändert.



passiert war, wie es dem Mann ging und wie es für mich weitergeht. Niemand konnte meine Fragen beantworten.

Das schlimmste aller Gefühle traf mich, als mir ein Sanitäter mitteilte, dass sie nichts mehr tun könnten, der Mann sei tot. Das geht durch den ganzen Körper. Das Gefühl ist so intensiv, dass es kaum zu ertragen ist.

Dann startete der Hubschrauber ohne den Verstorbenen und flog weg.

Um mich herum Menschen, die mich unverhohlen oder heimlich anstarrten, als sei ich ein Monster. Sensationsgeil. Ein befreundeter Sanitäter blieb bei mir und hielt meine Hand. Eine unbeschreibliche Erleichterung, wie ein Lichtstrom, überkam mich, als meine Mama auf mich zukam und sagte: „Lara, du darfst dich davon nicht kaputt machen lassen. Du bist doch noch so jung.“

Und dann begannen die Aufräumarbeiten am Unfallort. So, als könne man alles, was passiert war, wieder wegräumen und wegputzen. Ich war fassungslos. Was ist mit mir? Werde ich nicht verhaftet? Ich kann doch jetzt nicht einfach nach Hause gehen! Die herumstehenden Bekannten und Freunde versuchten, mit mir zu reden, aber niemand wusste so recht, was man in so einer Situation fragt oder sagt. Ich war so einsam unter vielen Menschen wie noch nie zuvor in meinem Leben.

Ich begann zu zittern und hatte meine erste Panikattacke. Bis jemand entschied, dass ich auf keinen Fall in ein Auto einsteigen sollte, wovor ich anscheinend eine Riesenangst hatte. Und so gingen wir zu Fuß. Die Panikanfälle sind Teil meines Lebens seit diesem Sonntagmorgen im Herbst. Bei einer dieser Attacken am Arbeitsplatz habe ich geschrien: „Ich sehe den Mann! Ich sehe den Mann!“

Dabei habe ich ihn nie richtig gesehen. Er lag so auf dem Boden, dass ich sein Gesicht nicht sehen konnte.

Seit diesem Tag hat sich alles geändert, nichts ist gleichgeblieben. In den Medien, die bereits wenige Stunden nach dem Unfall online berichteten, wurde wild spekuliert, einige hatten mich bereits als Todesfahrerin ausgemacht, nur wenige berichteten einigermaßen objektiv, zum Beispiel darüber, dass der Radfahrer sehr schnell gefahren war und dass er keinen Helm getragen hatte. In der Öffentlichkeit meines kleinen Städtchens, wo fast jeder jeden kennt, wurde ich angestarrt, es wurde hinter meinem Rücken getuschelt, man stieß sich mit den Ellenbogen an, zeigte auf mich und erzählte sich, was man wusste oder vermutete, oder was man gehört zu haben glaubte.

Ich traute mich in den ersten Tagen nicht mehr, das Haus zu verlassen. Ich hasste es, unter Menschen zu sein. Für sie war ich, so vermutete ich, doch nur die Frau, die einen Menschen totgefahren hatte. Ich hatte Angst, diesen Druck nicht auszuhalten und mich umzubringen. Ich hasste alle Menschen, die in meinen Augen ein unbeschwertes, glückliches Leben führten.

Eine große Hilfe war mir der Notfallseelsorger, der sich nach dem Unfall um mich gekümmert hat und die Opferschützerin der Polizei, mit der ich heute noch Kontakt habe, drei Jahre nach dem Unfall.

Ich habe viele Freunde verloren. Aber ich habe auch neue Freunde gefunden, die zu mir stehen. Auch mein Labrador, der mich jeden Tag auf Trab hält, hilft mir sehr. Ein Tier ist so wundervoll unvoreingenommen. Oft gehen wir zur Unfallstelle und ich bete dort und bitte um Verzeihung. Auch den Sohn des Getöteten habe ich nach Rücksprache mit der Polizei mit einer Trauerkarte und einem Brief um Verzeihung gebeten. Er wollte die Entschuldigung aber nicht annehmen, was ich verstehen kann.

Die Psychotherapie habe ich beendet. Ich bin nach Aussage der Ärztin „auskuriert“. Antidepressiva nehme ich nicht mehr. Aber täglich denke ich: „Du hast einen Menschen getötet.“

Ich wünsche mir so sehr, dass es irgendwann auch wieder unbeschwerte Tage in meinem Leben gibt.

Mein Weg mit einer tragischen Geschichte

Leon

Mein Name ist Leon, ich bin 40 Jahre alt. Ich schreibe, weil ich andere Menschen inspirieren und ermutigen möchte, sich mit ihrer eigenen tragischen Geschichte auseinanderzusetzen, Verantwortung zu übernehmen, neue Kraft zu schöpfen und mutig zu sein.

Alle an der Geschichte Beteiligten sitzen oft im selben Boot und stellen sich nicht selten dieselbe Frage: „Warum?“ Sie suchen Antworten, Frieden und Gerechtigkeit. Täter und Opfer rudern dabei häufig in unterschiedliche Richtungen. Das kostet viel Energie – und keiner kommt voran.

Im Jahr 2005, also vor 20 Jahren, verursachte ich einen Autounfall. Er gehört zu mir wie das Autofahren selbst. Mittlerweile ist er in der Tiefe nicht mehr so schmerzhaft, aber noch sehr lebendig – manchmal spendet er Kraft, manchmal raubt er Energie. Zum Unfallzeitpunkt war ich 20 Jahre alt. Ich stand am Anfang meiner Karriere und war bereit, ins Leben zu starten.

Es war ein Donnerstagabend, als ich von einer Messe nach Hause fuhr. Unterwegs hatte ich meinen besten Freund kontaktiert: Wir wollten am Wochenende mein Zimmer renovieren und hatten uns kurzfristig entschieden, noch Malersachen bei einem Kollegen abzuholen. Auf dem Weg zur Wohnungstür fragte mich meine Mutter, ob es denn wirklich nötig sei, heute noch zu fahren. Es sei schon fast dunkel und ich sei den ganzen Tag auf den Beinen gewesen. Ich missachtete ihre Warnung und fuhr mit meinem Freund los.

Auf einer Hauptstraße kamen wir an einer Stelle vorbei, an der die Polizei den Verkehr häufig kontrollierte. Deshalb war ich sehr aufmerksam. Im nächsten Moment, direkt hinter einer Fußgängerampel, knallte es – und das Auto erfasste etwas. Mir ist bis heute nicht klar, ob die Ampel für mich rot, gelb oder grün war. In diesem Augenblick realisierte ich noch nicht, was passiert war. Etwas flog durch die Luft. Ich trat auf die Bremse, das Auto kam zum Stehen.



Ich stieg aus und sah jemanden auf dem Boden liegen. Der größte Schock meines Lebens. Sofort rannte ich zur Person, griff zum Handy und wählte den Notruf. Ich erinnere mich noch an die Frage, ob ich sehen könne, ob die Person atmet. Ich antwortete, sie liege einfach nur da, und ich sehe sehr viel Blut. Um mich herum und in meinem Kopf war es ganz still.

Mein Blick war auf Petra fixiert und ich hatte nur einen Gedanken: „Bitte, Gott, lass sie atmen.“ Ich wollte niemanden überfahren haben.

Die Reanimation durch den Notarzt blieb erfolglos. Das Geräusch der Flatline brannte sich tief in mein Gehör – und mit ihm der Gedanke: Jetzt bin ich ein Mörder und für immer schuldig. Ich bin dafür verantwortlich, dass ein Mensch gestorben ist.

Nach dem Unfall versuchte ich, so weiterzuleben wie vorher. Es dauerte ungefähr sieben Monate, bis ich realisierte, was mir passiert war. Danach erlitt ich auf der Arbeit einen Nervenzusammenbruch: Ein ankommendes Telefonat und eine E-Mail überforderten mich. Als erste Anlaufstelle ging ich zu meinem Hausarzt. Er verschrieb mir Beruhigungstabletten, mit denen ich zumindest wieder schlafen konnte. Die Tabletten machten mich abgestumpft und teilweise aggressiv gegenüber meinen Liebsten, ermöglichten mir aber zugleich, mich mit dem Unfall auseinanderzusetzen.

Meine Familie und Freunde haben alles in ihrer Macht Stehende getan, um mich aufzufangen. Aus heutiger Sicht bedauere ich, dass ich aufgrund der damals noch ungeklärten Rechtslage nicht an der Beerdigung teilgenommen habe. Drei Wochen nach dem Unfall erhielt ich meinen Führerschein zurück und das Verfahren wurde eingestellt. An dem Tag freute ich mich, straffrei zu bleiben – dennoch änderte das nichts an meinen Gefühlen und meiner Verantwortung für den Unfall. Ganz im Gegenteil: Ich habe mir häufig gewünscht, eine Strafe zu bekommen, um die Schuldgefühle zu besänftigen und die Schwere zu verlieren. Noch viele Jahre nach dem Unfall – manchmal auch heute noch – entdecke ich dieses Muster, bestraft werden zu wollen.

So reifte der Entschluss zu einer notwendigen Therapie. Von der Suche nach einem Therapieplatz bis zum Therapiebeginn vergingen erneut sieben Monate. In der Zwischenzeit hatte ich probeweise einige Sitzungen bei verschiedenen Therapeuten – das war mein Glück, denn der Druck, mit der Verantwortung umzugehen, war wie eine tickende Zeitbombe. Die Gespräche boten mir einen Kanal, ein- bis zweimal pro Woche über meine Gefühle und Bedürfnisse zu sprechen. Sie drehten sich selten ausschließlich um den Unfall, sondern eher um das Leben drumherum. In dieser Zeit habe ich häufiger daran gedacht, mein Leben zu beenden. Es war eine traurige und zermürbende Zeit. Nichts konnte mich glücklich machen.

Mittlerweile habe ich mich mit meiner Seele arrangiert und möchte statt Selbstbestrafung meinen Mitmenschen etwas Gutes tun und glücklich sein. Diese Haltung einzunehmen hat lange gedauert und viel Kraft erfordert.

Petra war bereits älter, ging an einer Gehhilfe und war dunkel gekleidet. Ich habe sie nur im Bruchteil einer Sekunde wahrgenommen, und dennoch ist dieses Bild bis heute sehr präsent in mir. In meinen Erinnerungen liegt etwas Würdevolles und zugleich Zerbrechliches in ihrem Auftreten. Mir wurde später bewusst, dass hinter dem Unfall nicht nur ein Name oder ein Ereignis steht, sondern ein Mensch mit einer eigenen Geschichte, mit Hoffnungen, Erlebnissen und Angehörigen. Gerade dieser Gedanke hat meine Auseinandersetzung mit dem Geschehen so schwer, aber auch so wichtig gemacht.

Bis heute weiß ich nicht, wer Petras Angehörigen sind. Am Anfang hielt mich die Furcht vor ihrer Reaktion davon ab, nach ihnen zu suchen. Heute ist es der Respekt vor ihrem Leben und ihrer Geschichte. Ich habe lange gebraucht, um zu verstehen, dass ich keine Vergebung von außen erzwingen oder erbitten kann. Die einzige Vergebung, die ich finden konnte, war die in mir selbst. Den Tod kann ich nicht rückgängig machen – aber ich kann lernen, die Vergangenheit hinter mir zu lassen, die Geschehnisse zu akzeptieren und das Leben, das mir bleibt, verantwortungsbewusst und achtsam zu gestalten.

Insgesamt war ich in einem Zeitraum von etwa zehn Jahren ungefähr drei Jahre in Therapie. Die Therapien haben mir geholfen, mich selbst, meine Gefühle, Bedürfnisse und Wünsche besser kennenzulernen. Rückblickend kann ich auf ein funktionierendes Netz aus Freunden, Familie und Therapeuten zurückgreifen und fühle mich heute stark genug, etwas zurückzugeben: präventiv zu wirken und mein Mitgefühl für die Angehörigen und Opfer solcher Unfälle auszudrücken.

FAMILIENANGEHÖRIGE

„Familien sind wie Äste an einem Baum. Wir wachsen in verschiedene Richtungen, doch unsere Wurzeln bleiben eins.“ (Unbekannt)



Unsere Tochter hatte keine Chance

Reinhard Denkert

Unsere Tochter war 15 Jahre alt, als sie starb. Sie wollte an einem Frühlingsabend um 23:10 Uhr zu Fuß die Fahrbahn überqueren. Innerorts. Dort waren maximal 60 km/h erlaubt. Die beiden Fahrer rasten mit 160 km/h durch die Ortschaft. Unsere Tochter hatte keine Chance.

Carolyn

Wir haben drei Kinder, Carolyn, Theresa und Richard.

Carolyn war ein ruhiges, besonnenes Mädchen. Ihre Lehrerin hatte mal im Scherz gesagt, sie müsse sich öfters vergewissern, ob Carolyn überhaupt anwesend sei. Aber sie hat ihr Leben in vollen Zügen genossen, hatte einen großen Freundeskreis und hat diese Freundschaften auch gepflegt. Unser Haus war ein beliebter Treffpunkt.

Carolyn konnte auch streiten, wie ein Teenager eben, aber das Kämpfen um Kleinigkeiten war nie richtig böse oder verletzend. Meine Frau Ines und ich wussten immer, wann sie uns wieder mal „die Hörner zeigen“ wollte.

Auf der anderen Seite war unserer Tochter auch häuslich. Ich erinnere mich an einen Abend, als ein Arbeitskollege zu Besuch war und wir draußen saßen. Carolyn hat für uns gesorgt, hat Getränke rausgebracht und ein Abendessen zubereitet. Ich war ein wenig erstaunt und habe sie gefragt, ob alles in Ordnung sei. Sie hat mich traurig angeschaut und leise gesagt: „Ich hab ne 5 in Mathe“. Wer kann da noch böse sein?

Und dann die fürsorgliche Carolyn. Als wir einmal unseren damals 18 Monate alten Sohn Richard aus beruflichen Gründen nicht von der Kinderkrippe abholen konnten, hat sie diese Aufgabe ohne Zögern übernommen. Als wir nach Hause kamen, hatte unser Sohn gegessen und war bettfertig.

Wir konnten uns auf Carolyn verlassen. Bis auf ihre Zusicherungen, nachts rechtzeitig nach Hause zu kommen. Da gab es ab und zu Reibereien, weil sie ihr Versprechen, nicht zu lange unterwegs zu sein, hier und da schon mal „vergessen“ hatte.

Das Autorennen

Ich mache mir immer noch Vorwürfe, dass ich Carolyn am Unfallabend beim gemeinsamen Abendbrot empfohlen habe, bitte möglichst vor Mitternacht zu Hause zu sein. Deshalb hat sie die Party vielleicht um 23:00 Uhr verlassen. Eventuell wäre sie sonst noch länger geblieben und um 23:10 Uhr nicht auf die Fahrbahn getreten.

Die Aufprallgeschwindigkeit betrug etwa 120 km/h. Der Fahrer hatte noch bremsen können. Ich war am Unfallort und habe meine Tochter gesehen. Der Anblick von Carolyn mit den schlimmsten Verletzungen wird mich mein Leben lang verfolgen.

Die Bundesstraße führte schnurgerade und ohne Hindernisse durch den Ort. „Ideal“ für ein Rennen. In beiden Autos saßen jeweils zwei junge Männer, 18 und 19 Jahre alt. Vor Gericht musste sich aber nur der Fahrer des Unfallwagens verantworten. Der Konkurrent bei dem illegalen Rennen wurde gar nicht zur Rechenschaft gezogen. Auch nicht die beiden Beifahrer. Der Unfallfahrer, ein Junge aus dem Nachbarort, wurde zu zwei Jahren auf Bewährung verurteilt, und weil sein Rechtsanwalt ihm riet, in Berufung zu gehen, wurden ein Jahr später daraus drei Jahre auf Bewährung. Und er musste 600 Euro (!) Strafe zahlen. Den Führerschein hat er irgendwann wiederbekommen. Ich sehe den mittlerweile erwachsenen, verheirateten Mann mit zwei Kindern öfters. Sein Anblick ist für mich fast unerträglich. Dabei ist er ein ordentlicher Mensch, nicht böseartig, sodass ich ihn nicht hassen kann. Vor Gericht hat er sein Bedauern ausgedrückt, aber persönlich entschuldigt hat er sich bis heute nicht.

Heute, 22 Jahre nach dem Unfall, wäre das Strafmaß bestimmt deutlich höher ausgefallen, zumal dann, wenn ihm und dem anderen Fahrer ein illegales Rennen zur Last gelegt worden wäre, bei dem der Tod von Menschen billigend in Kauf genommen wurde.

Würde ich dann weniger mit meinem Schicksal hadern?

Bei einem Gespräch mit dem damaligen Justizminister in Mecklenburg-Vorpommern und späteren Ministerpräsidenten Erwin Sellering über den Unfall meiner Tochter sagte er mir, dass die Gesetzeslage bezüglich illegaler Rennen derzeit nicht mehr hergebe, er die Angelegenheit aber prüfen wolle. Vielleicht war Carolins Tod ein Mosaiksteinchen, um diese unsäglichen Rennen zukünftig angemessener ahnden zu können.

Meine Frau und ich sind mit dem Tod unserer Tochter allein nicht klargekommen. Die Teilnahme an Gruppensitzungen des Vereins „Verwaiste Eltern“ mit Herrn Sanne und seiner Frau hat uns zwei Jahre lang geholfen. Bis wir gemerkt haben, dass uns die neu zur Gruppe stoßenden Eltern mit ihren Leidensgeschichten, mit ihrem Weinen und Schreien, immer wieder neu „heruntergezogen“ haben. Nach dem Hinweis des Gruppenleiters, dass wir beide als Neulinge genauso gelitten und uns ähnlich verhalten hätten, bin ich noch eine Weile geblieben, irgendwann dann aber doch ausgestiegen.

Meine Frau Ines war und ist mein großer Halt. Sie ist wie Carolin, ruhig und besonnen. Aber irgendwie schaffen wir es nicht, gemeinsam zum Grab unserer Tochter zu gehen. So gehen wir immer getrennt zum Friedhof und denken an Carolin.

Ich hadere immer noch mit meinem Schicksal und dem grausamen Erlebnis, das mich seit 22 Jahren belastet. Aber ich habe auch Zukunftspläne.

Ich möchte demnächst meine Firma geordnet übergeben, an meinem Segelboot werkeln und zusammen mit Ines viele schöne Segeltörns erleben.

Darauf freuen wir uns.



Alles in Ordnung, schlaf wieder ein!

Christiane Fährmann

Mein Bruder starb 1979 mit 16 Jahren bei einem Verkehrsunfall. Ich war damals zwölf, meine Schwester acht Jahre alt.

Beim Abendessen mit der Familie gab es einen Streit. Ich weiß nicht mehr, worum es ging. Ich weiß aber noch, dass meine Schwester und ich mit gesenktem Kopf am Tisch saßen. Ich hatte meinen Bruder nicht angesehen, als er wütend vom Tisch aufstand und ging. Er wollte seinen Freund besuchen und fuhr mit dem Mofa weg.

Ich lag schon im Bett und war eingeschlafen, als ich plötzlich aufwachte. Es war ungewohnt unruhig im Haus, Stimmengemurmel. Ich konnte nicht hören, worum es ging und schlief wieder ein. Später kam meine Mutter ins Schlafzimmer. Ich erinnere mich, dass sie in der Zimmertür stand, vom Flurlicht beschienen. Sie sah, dass ich wach war und flüsterte: „Alles in Ordnung, schlaf wieder ein!“.

Am nächsten Morgen stand ich auf, um mich für die Schule fertig zu machen. Ich kam die Treppe herunter ins Erd-

geschoss. Meine Mutter und mein Vater standen im Flur. Meine Mutter hatte eine Tablette in der Hand und versuchte, sie mir in den Mund zu stecken. Ich drehte mich weg. Das wollte ich nicht. Sowas hatte es noch nie gegeben. Ich war verwirrt. Dort im Flur sagten mir meine Eltern, dass mein Bruder tot sei und ich heute nicht in die Schule gehen solle.

Ich erinnere mich, dass ich mich um meine Freundinnen sorgte, die mit dem Fahrrad auf mich warten würden, um wie immer gemeinsam zur Schule zu fahren. Woher sollten die denn wissen, dass ich nicht kommen würde? Ich kann mich aber nicht mehr daran erinnern, was in den nächsten Stunden und Tagen passierte oder was ich fühlte. Ich weiß nicht mehr, ob wir Besuch hatten. Ich weiß nicht, wann und wie meine kleine Schwester informiert wurde. Ich kann mich lediglich bruchstückhaft an Tage in meinem Zimmer erinnern. Ich war allein. An Gespräche oder Trost erinnerte ich mich nicht.

Eines Tages kam mein Vater ins Zimmer und fragte, ob



mein Bruder immer den Kinnkurt des Helms geschlossen hatte, wenn er losfuhr. Ich sagte „ja“, warum auch immer. Ich war mir sicher, dass es so war. Das war das einzige „Gespräch“ mit mir über den Unfall.

Nach einigen Tagen zu Hause fuhr ich wieder in die Schule – mit dem Fahrrad, wie immer. Eine Lehrerin versuchte, mir vor der gesamten Klasse ihr Beileid auszusprechen. Ich drehte mich von ihr weg. Ich wollte nicht vor der ganzen Klasse weinen. Niemand sonst sprach mich auf den Unfall an. Als ich zum ersten Mal gelacht habe, war ich tief erschrocken und beschämt. Durfte ich das überhaupt?

Ich erinnere mich, dass ich mich am Tag der Beerdigung im Bett verschanzte. Ich wollte nicht mitgehen. Meine Mutter sagte, ich müsse mitgehen, ich würde es bestimmt mein Leben lang bereuen, wenn ich jetzt zu Hause bliebe. Ich ging also mit. Meine einzige Erinnerung an die Beerdigung ist, dass der Friedhof voller Menschen war und dass der Freund, den mein Bruder am Abend des Unfalls besucht hatte, bewegungslos am Grab zurückblieb, als alle gingen. Sein Helm, den er in der Hand hielt, glänzte im Sonnenlicht wie ein Spiegel. Warum ist gerade dieses Bild für immer in meinem Gedächtnis gespeichert?

Ich erinnere mich, dass ich mit meiner Mutter stritt, weil ich wollte, dass am Unfallort eine Grablampe aufgestellt

wird. Meine Eltern wollten das nicht.

Ich komme aus einem kleinen Dorf im Westerwald. Der Unfallort war lediglich 400 Meter entfernt von meinem damaligen Elternhaus. Ich erfuhr später, dass mein Bruder in der Nacht auf dem Heimweg mit dem Mofa von der zweistreifigen Bundesstraße nach links in unsere Straße abbiegen wollte. Dabei wurde er von einem Pkw überholt und erfasst. Er verstarb noch am Unfallort. Der Unfallverursacher versuchte, zu Fuß von der Unfallstelle zu flüchten, wurde aber von Anwohnern in unmittelbarer Nähe gestellt.

Schnell war klar, wer der Tote war. Die Nachricht verbreitete sich trotz der späten Uhrzeit von Haus zu Haus, bis sie bei uns ankam. Meine Eltern wurden von Nachbarn informiert. Das war offenbar die Unruhe, die ich in der Nacht wahrgenommen hatte und die ich nicht einordnen konnte.

Ich kann mich nicht erinnern, ob die Polizei zu uns nach Hause kam. Einen Opferschutz oder therapeutische Unterstützung gab es nicht. Meine Eltern waren selbst noch sehr jung und aus meiner heutigen Erwachsenenperspektive völlig überfordert mit der Situation. Meine Mutter betäubte sich immer häufiger mit Beruhigungstabletten. Sie glaubte, ich würde das nicht bemerken. Mein Vater



wählte den Alkohol. Ich zog mich immer weiter zurück. Bis heute ist mein erster Impuls in schwierigen Lebenslagen, es allein schaffen zu müssen, ohne Hilfe anderer. Meine Schwester bekam Schmerzen in den Gelenken und Herzrhythmusstörungen. Vielleicht war das ihr Versuch, die Liebe und Aufmerksamkeit unserer Eltern zu gewinnen. Ich hingegen lebte früh mein eigenes und unabhängiges Leben. Die Ehe meiner Eltern wurde immer fragiler. Die Nachmittage, wenn mein Vater von der Arbeit nach Hause kam, habe ich als belastend in Erinnerung. Die Stimmung war drückend, es gab häufig Streit. Meine Eltern trennten sich irgendwann. Später schafften es beide, sich auszusprechen und entschieden sich, auf einem guten Fundament zusammenzubleiben.

Mit 15 Jahren bestand ich darauf, ein Mofa zu bekommen. Ich war in einer älteren Clique unterwegs und lernte früh, Auto und Motorrad zu fahren. In diesen Jahren entwickelte ich einen riskanten Fahrstil. Es war mir nicht wichtig, gesund nach Hause zu kommen. Ich fühlte mich stark, konnte aber mehrere Jahre kein Martinshorn hören, ohne zu weinen.

Ich wollte damals keine Kinder haben. In Beziehungen blieb ich eher distanziert. Heute interpretiere ich das als Angst vor dem Verlust eines geliebten Menschen.

Mit 21 Jahren hatte ich einen Motorradunfall, bei dem ich mit Prellungen am ganzen Körper davonkam. Einige Jahre später kauften mein späterer Ehemann und ich erneut ein Motorrad. Ich fuhr aber immer unsicherer und gab das Motorradfahren endgültig auf.

Ich betrachte es als größtes Glück, dass ich trotz meiner Ängste und der starken Ablehnung, Kinder zu bekommen, Mutter von zwei Töchtern werden durfte. Die Angst, dass ihnen oder meinem Mann etwas passieren könnte, verlässt mich nie. Als meine ältere Tochter etwa 16 Jahre alt war, so alt wie mein verunglückter Bruder, entwickelte ich eine leichte Depression und konnte einige Wochen nicht arbeiten. Wahrscheinlich war der Zeitpunkt der Krise kein Zufall. Später konnte ich eine Reha-Maßnahme durchführen. Dort hatte ich regelmäßige Gespräche mit einer Psychotherapeutin, zum ersten Mal in meinem Leben. Ich lernte Strategien, zu mir zu finden und über meine Ängste zu sprechen. Als die Kinder klein waren, wurde ich beispielsweise immer wieder von Gedanken an schlimme

Unfallszenarien überwältigt. Es kostete viel Kraft, das einzudämmen. Meine ältere Tochter hat mir irgendwann erzählt, dass ich sie damals mit meinen ständigen Ermahnungen zur Vorsicht zu einer ängstlichen und verunsicherten Jugendlichen gemacht hätte. Das war mich nicht bewusst. Sie ist mit 19 Jahren ausgezogen und lebt jetzt als Erwachsene ein mutiges und unabhängiges Leben. Sie ist Kunsthistorikerin geworden, meine jüngere Tochter Polizistin.

Auch ich bin Polizistin. Meinen Beruf habe ich gegen den Willen meiner Eltern durchgesetzt. Später waren sie dann doch stolz auf mich. Von einer Begebenheit in meiner Ausbildung habe ich ihnen nie erzählt. Ein zweiter Auszubildender, mit dem ich noch heute befreundet bin, saß mit mir zusammen hinten im Streifenwagen, als es zu einer Verfolgungsfahrt mit einem viel zu schnellen Mofa kam. Der Mofafahrer stürzte vor unseren Augen und ich erlitt eine Panikattacke. Mein Freund schützte mich vor den Blicken der Polizisten und führte mich weg, bis ich mich beruhigt hatte. Ich fragte mich damals häufiger, warum ich unbedingt Polizistin werden wollte.

An das genaue Datum des Unfalls meines Bruders kann ich mich bis heute nicht erinnern. Ich weiß, wo in meinem Elternhaus der Ordner mit den Unterlagen zu dem Verkehrsunfall steht. Dort sind Rechnungen von schwarzen Kleidungsstücken abgeheftet, die für uns Kinder gekauft wurden, der Schriftverkehr mit dem Rechtsanwalt und das Gerichtsurteil. Ich habe, als ich erwachsen war, immer wieder in den Ordner geschaut und mir den Unfallbericht durchgelesen. Das Datum entzieht sich aber meiner Erinnerung, wie oft ich auch nachschaue. Ich habe es aufgegeben und nehme es hin. Es war irgendwann im März oder April. Vielleicht auch im Februar.

Das Grab meines Bruders ist nach 30 Jahren eingeebnet worden. Das spielt für mich keine Rolle, diesen Ort habe ich noch nie gebraucht. Was ich meinen Eltern als Jugendliche abverlangt habe, schmerzt aber immer noch und tut mir unendlich leid. Ich habe lange Zeit darunter gelitten, dass ich meinen Bruder am letzten gemeinsamen Abend nicht ins Gesicht geschaut habe, als er das Zimmer verließ, mich nicht von ihm verabschiedet habe. Meine Schwester hatte als Kind keine so enge Beziehung zu meinem Bruder wie ich. Ich habe sie nach dem Unfall kaum noch wahrgenommen. Eine enge Beziehung zu ihr habe ich völlig

abgelehnt, als habe ich sie dafür bestrafen wollen, dass sie nicht ebenfalls einen so schlimmen Verlust erlitten hatte wie ich. Heute haben wir zum Glück zu einem engen und vertrauensvollen Umgang zurückgefunden. Durch Gespräche mit ihr habe ich herausgefunden, dass sie sich an viele Dinge aus der Zeit nach dem Unfall nicht erinnern kann. Sie wusste zum Beispiel nicht mehr, dass meine Eltern kurzzeitig getrennt waren.

Meine Familie wurde durch den tragischen Unfall eine Zeit lang aus der Bahn geworfen, hat sich dann aber wieder gefangen: Meine Eltern kämpften. Meine Mutter, die bis zu dem Unfall Hausfrau war, absolvierte später parallel zu meinem Abitur eine Ausbildung zur Altenpflegerin und arbeitete bis zur Pensionierung in einem Pflegedienst, den sie mehrere Jahre leitete. Mein Vater, gelernter Maurer, arbeitete viele Jahre als Lkw-Fahrer. Er machte sich später selbstständig mit einem mittelständischen Baustoffhandel. Meine Schwester wurde Erzieherin und studierte später Sozialpädagogik. Sie leitete mehrere Jahre ein Jugendzentrum. Sie wurde zu einer fröhlichen und glücklichen Frau.

Meine Trauer ist ein Teil von mir wie eine Wunde, die zwar vernarbt ist, aber manchmal, wenn ich nicht damit rechne, plötzlich weh tut. Es ist nicht schlimm, mich auf den Tod meines Bruders anzusprechen. Ich werde durch Fragen nicht schmerzlich an ihn erinnert. Ich trage ihn sowieso in meinem Herzen.

Hätte ich mir gewünscht, dass meine Familie in ihrer Trauer begleitet worden wäre? Dass es einen Verkehrsunfall-Opferschutz der Polizei gegeben hätte? Dass uns irgend-eine Hilfestellung zuteilgeworden wäre? Mit dem Wissen von heute: eindeutig ja!

Zu meiner Person:

Seit 40 Jahren bin ich Polizistin. Ich war Streifenpolizistin, Kriminalpolizistin, Mitarbeiterin im Ständigen Stab, Ausbilderin, Qualitätsmanagerin. Alles, ohne jemals kündigen zu müssen, alles im Dienst der Polizei, alles aus vollem Herzen. Im Januar 2021 hat es mich zum ersten Mal in eine Direktion Verkehr geführt, als stellvertretende Leiterin und später als Leiterin eines Verkehrskommissariats einer kleinen Landratsbehörde. Zu meinen Aufgaben zählte die Leitung der Verkehrsunfallprävention und des Opferschutzes, aber auch die Bearbeitung schwerer und

schwerster Verkehrsunfälle. Ich lernte Menschen kennen, deren Angehörige oder Freunde durch einen Verkehrsunfall ums Leben kamen, Zeugen und Zeuginnen tödlicher Verkehrsunfälle, Polizistinnen und Polizisten, die als erste am Unfallort eintrafen, Opferschützerinnen, die schwer an der emotionalen Belastung tragen, Verursacher schwerster Verkehrsunfälle. Manche Vernehmungen waren eher eine erste Hilfestellung zur Verarbeitung des Erlebten. Eine junge Fahrerin erschien beispielsweise in Begleitung ihrer Mutter im Verkehrskommissariat, einen Tag, nachdem ihr Freund als Beifahrer im von ihr gesteuerten Pkw ums Leben kam. Sie hatte die Kontrolle über den Kleinwagen verloren. Sie konnte mit angebrochenem Nackenwirbel geborgen werden, für ihren Freund kam jede Hilfe zu spät. Meine Arbeit dort erfüllte mich, aber sie zehrte auch sehr an meiner Kraft. Ich hatte nie Angst vor der Trauer der Menschen, mit denen ich sprach. Ich kenne diese Trauer.

Im September 2024 wechselte ich zur Hochschule für Polizei und öffentliche Verwaltung. Dort bin ich Dozentin für Verkehrsrecht und Verkehrslehre. Der Verkehrsunfall-Opferschutz bleibt auch dort eines meiner Anliegen, für das ich die Studierenden motivieren will.

Ich lerne immer besser, auf mich aufzupassen und auf meine Grenzen zu achten.

Ich schreibe Lisa-Marie täglich eine Nachricht

Sabine und Frank Neuen

Interview: Michael Heß

Sabine: Wie war sie, unsere Lisa-Marie? Sie war lebensfroh, offen, freundlich. Wie man sich eine Tochter mit 17 Jahren wünscht.

Frank: Ein wenig verpeilt und faul war sie allerdings auch. Vor allem dann, wenn es um Mathematik ging. Die mochte sie nicht so gerne. Obwohl, wenn es um Dinge ging, die sie interessiert haben, konnte sie plötzlich rechnen. Ich erinnere mich an den Kauf von Schlittschuhen. Da hat uns unsere Tochter exakt vorgerechnet, was sie kosten und wie sie den Betrag abstottern wollte.

Sabine: In ihrer Clique war Lisa-Marie sehr beliebt. In der Realschule war sie sogar Mediatorin und half bei Konflikten. Sie war halt immer hilfsbereit.

Frank: Genau. Das ging sogar so weit, dass sie bei Ausflügen mit der Clique immer Sprühpflaster und Feuchttücher dabei hatte. Man weiß ja nie, was so alles passieren kann.

Beide lachen.

Sabine: Selbst am Telefon hat sie sofort gemerkt, wenn am anderen Ende jemand traurig war oder schlechte Laune hatte, und hat nachgefragt.

Frank: Nach der Realschule hat Lisa-Marie mit 16 Jahren eine Ausbildung als Zahnarzthelferin angefangen. In der Zeit hatte sie auch ihren ersten Freund, den sie allerdings etwa ein Jahr später verlassen hat.

Anfang Juli 2019 schellt es abends an der Tür von Sabine und Frank Neuen. Der neue 18-jährige Freund möchte Lisa-Marie abholen, um mit ihr zum ersten Mal auszugehen. Vor der Tür steht ein in die Jahre gekommener schwarzer Mercedes SLK Cabrio mit 200 PS.

Frank: Wir haben uns unterhalten, gefragt, was er so macht und was er werden will. Und dabei haben wir erfahren, dass sein Führerschein erst einige Wochen alt war und er das Auto vom Vater „geerbt“ hatte.



Sabine: Ich habe mir Sorgen gemacht, auch wegen des dicken Wagens, und ihn ausgefragt, wie er denn Auto fährt. Er hat mich beruhigt, er fahre niemals schnell. Als wir die beiden zum Auto gebracht haben, habe ich ihn noch gebeten, er solle Lisa morgens bitte pünktlich zur Berufsschule bringen.

Frank: Lisa hat mir noch zugerufen: „Tschüss, Papa, hab dich lieb und bis morgen!“

Beide ahnen an diesem schönen Sommerabend um 21:00 Uhr nicht, dass dies die letzten an sie gerichteten Worte ihrer Tochter sind. Kurz nach 22:00 Uhr schickt Lisa-Marie noch eine Nachricht aufs Handy ihrer Mutter und teilt ihr Adresse und Telefonnummer des neuen Freundes mit.

Um 23:15 Uhr ist Lisa-Marie tot.

Ihr Freund und Fahrer des Sportwagens hatte auf einer zweistreifigen Fahrbahn innerorts mit einem Tempolimit von 70 km/h ein anderes Fahrzeug mit Tempo 180 überholt, hatte dabei die Kontrolle über seinen Sportwagen verloren und war gegen eine Schutzplanke geprallt, die Lisa-Marie am Kopf traf. Der Fahrer hatte zwei gebrochene Finger, eine Schnittwunde und musste eine Zeit lang eine Halskrause tragen. Er hat sich bei Frank und Sabine niemals entschuldigt.

Frank: Um 0:45 Uhr klingelte es an der Haustür. Vor der Tür standen Polizistinnen und andere Leute. Ich wusste zuerst gar nicht, was los ist. Als ich bestätigte, dass Lisa-Marie unsere Tochter ist, haben sie uns mitgeteilt, dass sie einen Autounfall hatte.

Sabine: Du hast noch gerufen, dass ich mich anziehen soll und gefragt, in welchem Krankenhaus unsere Tochter liegt.

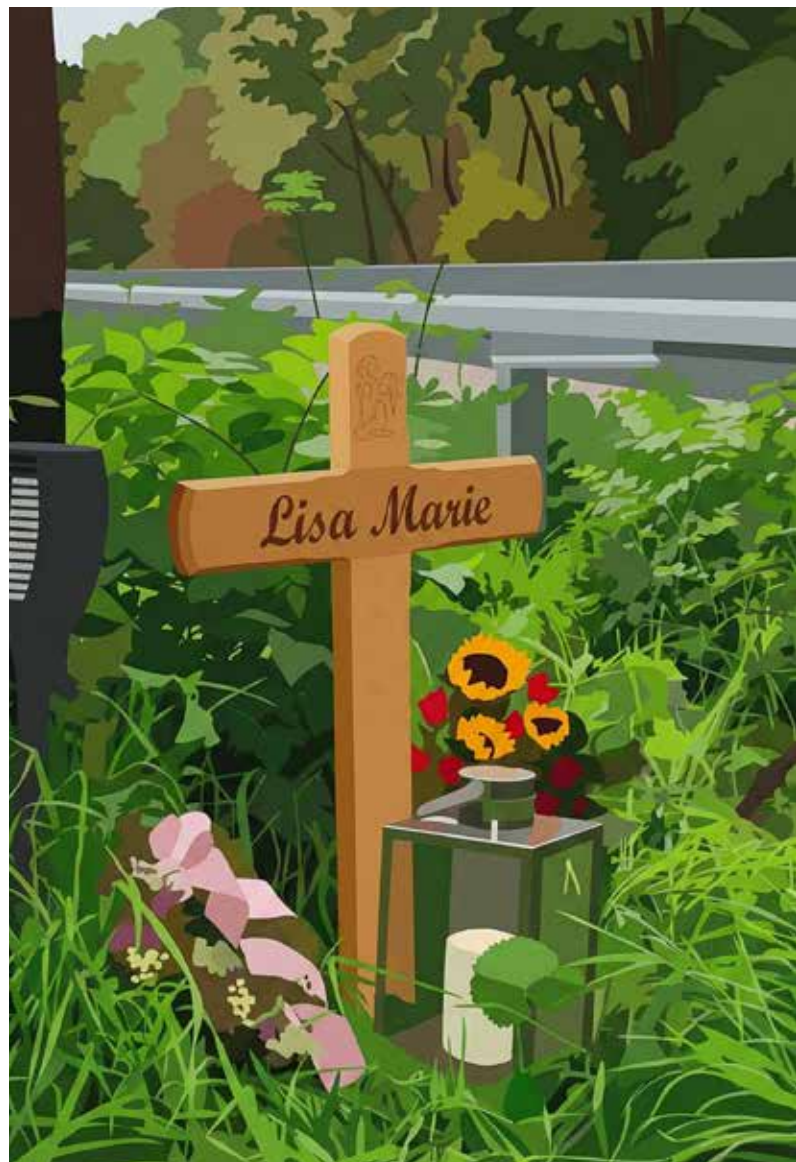
Frank: Genau. Als uns die Polizei dann aber mitteilte, dass unsere Tochter verstorben ist, habe ich angefangen zu schreien, ich konnte nicht mehr aufhören und habe mit der Faust gegen die Wand geschlagen. Dabei habe ich mir die Hand gebrochen. Der Notarzt hat vor der Tür gewartet und mich medizinisch versorgt. Das Team hatte wohl Erfahrung mit der Reaktion von zutiefst schockierten Angehörigen.

Sabine: Ich wollte die schlimme Nachricht zuerst nicht wahrhaben, habe immer wieder gestammelt, dass das alles nicht sein kann, Lisa-Marie habe mir doch vor wenigen Minuten noch eine Textnachricht auf mein Handy geschickt.

Beide schweigen eine Weile.

Frank: Wir wollten so schnell wie möglich unsere Tochter sehen, um zu begreifen, was passiert ist. Doch das ging nicht, sie war schon in der Rechtsmedizin und sollte dort obduziert werden.

Sabine: Wir sind dann zur Unfallstelle gefahren. Erst wollte man uns an der Absperrung nicht durchlassen. Als wir uns als Eltern ausgewiesen hatten, durften wir passieren.



Frank: Das Unfallauto wurde gerade auf einen Abschleppwagen geladen. Wir sind immer wieder um das Auto und um die Unfallstelle herum gegangen. Es sah aus wie nach einem Flugzeugabsturz. Die Erde am Fahrbahnrand war aufgewühlt. Öl und Bremsflüssigkeit überall. Und Blut. Trümmerteile. Eine Kopfstütze. Handschuhe und Spritzen von der medizinischen Versorgung.

Beide kämpfen mit den Tränen, als die Bilder vor ihren Augen auftauchen.

Sabine: Auf der Fahrbahn habe ich eine Haarlocke von Lisa-Marie gefunden. Wahrscheinlich hat sie diese bei der Reanimation verloren. Dort war sie also gestorben. Nachts. Allein. Auf dem kalten Asphalt. Ohne Mama und Papa. Ohne uns. Später erfuhren wir, dass die Rettungskräfte fast eine Stunde lang um das Leben unserer Tochter gekämpft hatten.

Frank: Vierzehn Tage nach dem Unfall wurde Lisa-Marie beerdigt. Kurz vorher durften wir unsere Tochter noch einmal sehen. Ihr Körper war abgedeckt. Nur ihre Hand schaute unter dem Tuch hervor. Sie war ganz kalt.

Sabine: Wir haben sie gehalten und gedrückt und uns verabschiedet. Ihren verletzten Kopf, der für die Obduktion kahl rasiert worden war, konnten und wollten wir nicht sehen. So wollten wir unsere geliebte Lisa-Marie nicht in Erinnerung behalten.

Der große Freundeskreis von Lisa-Marie – von der Krabbelgruppe bis zu den Mitschülerinnen und Mitschülern der Berufsschule – bemalt ihren Sarg bei einer Trauerfeier. Dabei geht es nicht nur traurig zu. In der Erinnerung und bei Gesprächen wird immer wieder deutlich, wie humorvoll sie war und wie sehr sie ihre Eltern mochte und ihren Vater immer wieder veralberte mit seinem Lieblingsspruch: „Ganz dünnes Eis, Lisa, ganz dünnes Eis!“

Ein Freund schreibt: „Liebe Lisa! Immer, wenn du im Lent (Lentpark, eine kombinierte Schwimm- und Eisportanlage) warst, leuchteten die Lampen etwas heller und es wurde mehr gelacht als sonst. Du hast dich über deine Lieblingsmusik so sehr gefreut, dass du geweint hast. Du warst liebenswert, ein echt kölsches Mädchen („Op ganz dünnem Eis!“), und nun ist es ein unfassbarer Verlust. Irgendwann werde ich deine Lieblingssongs wieder für Dich spielen können.“

Der Unfallfahrer nimmt an der Trauerfeier und an der Beerdigung nicht teil. Beim Bluttest wurden bei ihm weder Alkohol noch Drogen festgestellt. Seine Strafe: 150 Sozialstunden.

Frank erlebt einen Zusammenbruch an Silvester um null Uhr, als ihm bewusst wird, dass Lisa-Marie nie mehr anrufen wird. Er überlebt einen Selbstmordversuch und verbringt anschließend einige Wochen in einer Tagesklinik.

Sabine schreibt ihrer Tochter täglich eine Nachricht auf dem Handy und erzählt ihr vom Tagesgeschehen, von ihren Wünschen und von ihren Träumen.

Beide Eltern sind seit dem Unfall in einer Trauma-Ambulanz in psychologischer Behandlung.

Wie eingebrannt – Freitag, 22:35 Uhr

Sybille Nix

Ich habe im August 1999 einen wundervollen Mann geheiratet und dann wohl das schönste Geschenk bekommen, das man sich wünschen kann. Ich habe zwei Kinder zur Welt gebracht. Im Jahr 2000 wurde mir Hannah geschenkt, im Jahr 2004 Matteo.

Am 23. August 2024 wurde mir eines dieser wertvollen Geschenke wieder genommen. Meine Tochter ist mit nur 24 Jahren gestorben.

Wir haben uns in der Woche vor dem Unfall noch gesehen. Wir haben gelacht, haben uns umarmt und gesagt, wie lieb wir uns haben. Freitag, der 23. August 2024, war ein warmer Sommertag. Hannah kam von der Arbeit nach Hause. Was sie dann zu Hause gemacht hat, weiß ich nicht. Sie hatte eine eigene Wohnung. Ein bisschen chillen, vielleicht Musik hören und dazu tanzen? Den Start ins Wochenende feiern? Gegen 22:30 Uhr hat sie ihre Wohnung verlassen, um einen Freund zu besuchen. Der Abend war warm, deshalb hat sie das Motorrad genommen. Sie hatte noch nicht so viel Fahrpraxis, den Motorrad-Führerschein hatte sie erst im April 2023 gemacht.

Fünf Minuten später war sie auf der Landstraße Richtung Stadt unterwegs. In einer leichten Linkskurve hat sie um 22:35 Uhr die Kontrolle verloren, kam mit dem Reifen auf den Grünstreifen, stürzte und prallte gegen einen Baum. Die Verletzungen waren so massiv, dass sie noch am Unfallort verstorben ist. „Polytrauma“, sagte man uns später.

Gegen 3:30 Uhr klingelte es bei uns. Vor der Tür standen zwei Polizeibeamte und zwei Notfallseelsorger. Steht ein Seelsorger vor der Tür, ist eigentlich schon alles klar. Matteo war zu Hause, also muss es Hannah sein. Die beiden Polizeibeamten berichteten uns, was passiert ist. Wir waren in Schockstarre. Sowas passiert doch nur den ANDEREN, oder? Es musste sich um ein Missverständnis handeln.

Die Anwesenheit der Polizei und der Seelsorger hat unser Wohnzimmer noch kleiner gemacht. Plötzlich hatten wir das Gefühl, in einem Schuhkarton zu sitzen, erdrückt von der Anwesenheit dieser fremden Personen, die man eigentlich niemals zu Hause haben möchte. Es fühlte sich an wie Ersticken.



Nach der Nachricht über den Tod unserer Hannah sind wir alle mit ihr gestorben. Genauso kann man es beschreiben. Man stirbt mit. Wir konnten nicht denken, nicht essen, nicht schlafen. Man kann in diesem Moment einfach nichts mehr fühlen. Das Leben, das wir bis dahin hatten, war abrupt zu Ende. Nichts hat mehr funktioniert, und es ist auch heute noch unerträglich. Wie macht man weiter? Will man überhaupt weitermachen?

Als ich Hannahs Handy einige Tage später von der Polizei zurückbekommen habe, habe ich gesehen, dass es selbstständig um 22:35 Uhr den Notruf gewählt hat.

Freitag, 22:35 Uhr. Tag und Uhrzeit haben sich mir eingebrannt.

Wir haben später die Information bekommen, dass sie viel zu schnell unterwegs war. Das muss wohl als Erklärung für den Unfall reichen, dachten wir. Reicht aber nicht. Dann kamen die Fragen nach dem „Warum“:

Warum wollte Hannah in die Stadt fahren?

Warum stand da ausgerechnet ein Baum?

Warum konnte man sie nicht retten?

Warum ausgerechnet Hannah? Warum?

Was genau war passiert?

Zwei Tage nach dem Unfall hat sich der Opferschutz mit uns in Verbindung gesetzt. Zunächst waren wir verwirrt. Opferschutz? Das Opfer ist tot. Warum also „Schutz“? Ich kannte diese Einrichtung bis dato nicht. Erst durch die intensive Betreuung ist uns klar geworden:

Opfer sind auch wir: Mutter, Vater und Bruder.

Endlich wurden viele unserer Fragen beantwortet. Ich bin heute noch so unendlich dankbar für diese Einrichtung. Der Opferschutz war ständig mit uns in Kommunikation, hat uns gefragt, wie es uns geht, oder ob wir noch weitere Fragen haben.

Der Opferschutz hat uns ermöglicht, Hannah in der Rechtsmedizin zu sehen, um uns von ihr zu verabschieden. Wie macht man das? Da liegt dein Kind, tot, und

man soll sich verabschieden?

Dieses Bild von meiner Hannah werde ich mein ganzes Leben nicht vergessen. Hannah lag auf einer Bahre, als würde sie schlafen. Sie war so wunderschön und auch so unversehrt. Ich habe nur einen klitzekleinen Kratzer am Arm gesehen, so unbedeutend, als hätte sie sich eben dort gekratzt. Es war so schwer zu verstehen, warum sie nicht einfach wieder aufwacht. Wir haben sie berührt, ihr Gesicht gestreichelt. Sie war so unglaublich kalt.

So viel Schmerz kann ein Mensch eigentlich nicht ertragen. Aber irgendwann mussten wir gehen, uns von Hannah für immer verabschieden. Das war so unerträglich, so schwer. Diese Gewissheit:

Wenn ich jetzt aus dieser Tür gehe, sehe ich meine Tochter nie mehr wieder.

Erst nach der Obduktion haben wir erfahren, dass Hannah zum Zeitpunkt des Unfalls deutlich alkoholisiert war, was wahrscheinlich zu der Katastrophe geführt hat.

Und dann kam mit der Trauer eine unglaubliche Wut. Wir haben ihr doch vertraut! Ich höre sie noch sagen: „Mama, ich bin immer vorsichtig.“ Gemessen werden wir aber nicht an unseren Worten, sondern an unseren Taten. Hätte sie gehalten, was sie mir versprochen hat, könnte sie heute leben.

Den Obduktionsbericht habe ich mir angeschaut und kenne ihn seitdem auswendig. Ich musste einfach wissen, was mit meinem Kind passiert ist. Woran sie gestorben ist und welche Verletzungen sie hatte. Jede Verletzung erlitt ich mit, fühlte sie fast körperlich, damals wie heute.

Nach dem Unfall

Jeden Freitag um 22:35 Uhr kommt ganz automatisch das Kopfkino. Ich sehe, wie mein Kind stirbt. Ich sehe Hannah jeden Freitag sterben. Wochenenden sind heute unerträglich für uns geworden. Früher haben wir uns auf das Wochenende gefreut. Heute freuen wir uns auf Montag.

Unser Familienleben hat sich komplett verändert, wir sind nicht mehr glücklich.

Matteo war und ist heute noch sehr traumatisiert. Er war in den letzten Monaten lange und oft krank, weil er ein-

fach keine Kraft hatte, morgens aufzustehen. Mittlerweile hat er seine Ausbildung beendet. Der Arbeitgeber hat sich aber (entgegen der vorherigen Zusage) entschieden, ihn wegen seiner psychischen Verfassung nicht zu übernehmen. Somit kommt für ihn neben der Trauer auch noch die Arbeitslosigkeit hinzu.

Wir haben versucht, Hilfe für Matteo zu bekommen, denn er hat auch uns gegenüber geäußert, dass er Hilfe braucht. Guter Plan, leider nicht umsetzbar. Matteo steht bei einer guten Trauerbegleitung in Köln seit Dezember 2024 auf der Warteliste. Die Trauer muss warten?

Wenn man sich vorstellt, was der junge Mann mit 21 Jahren erleben musste:

Seine tote Schwester berühren und sich verabschieden, seine geliebte große Schwester beerdigen. Matteo hat die Urne getragen, weil er meinte: Ein Vater oder eine Mutter sollte das eigene Kind nicht zu Grabe tragen. Das war seine Pflicht, seine Aufgabe.

Mit 21 Jahren will man so etwas nicht erleben. Ich wünsche das keinem!

Meine Angst

Matteo trifft sich manchmal (nicht oft) mit Freunden und geht auch feiern. Man ahnt es, meistens freitags.

Wie das bei jungen Leuten so ist, kommt er dann sehr spät nach Hause. Alkohol ist dabei immer ein Thema. So wache ich an solchen Freitagen gegen 3:30 Uhr auf, registriere, dass mein Sohn nicht zu Hause ist und denke: Gleich klingelt es und Polizei und Seelsorger stehen wieder vor unserer Haustür. Das nimmt mir die Luft zum Atmen. Mit dieser panischen Angst enge ich Matteo ein, das weiß ich. Ich kann es aber nicht ändern. Ich habe Angst, sobald er das Haus verlässt.

Wo ist mein Leben? Es ist heute mehr ein Überleben als ein Leben und ich habe begriffen, dass das alte Leben nie mehr zurückkommen wird. Diese Wunde wird nicht heilen. Solange man liebt, trauert man. Ich werde für den Rest meines Lebens trauern.

Warum?

Hannah war alkoholisiert und wahrscheinlich aufgrund des Alkohols enthemmt und einfach gut drauf. Warum ist sie alkoholisiert auf ihr Motorrad gestiegen? Warum hat sie das gemacht? Man kennt doch die Gefahr. Null Promille und ein bisschen weniger Geschwindigkeit: Hannah würde heute leben. Sie könnte ihre Träume leben und ihre Freiheit genießen. Und wir könnten unbeschwerter leben.

Unsere Zukunft

Ich suche heute nach dem Sinn meines Daseins. Was hält das Leben für mich bereit? Wir haben Vertrauen verloren. Wir haben unsere Leichtigkeit und auch die Lebenslust verloren. In uns ist etwas zerbrochen, das nie mehr heilen wird. Der Unfall hat uns zerstört, uns alle drei.

„Supi. Danke, und bis nachher. Freu' mich!“

Andrea Radermacher

Ich bin 62 Jahre alt und habe zwei Kinder.

Ich möchte davon erzählen, was 2021 in meinem Leben passiert ist, und wie es dazu kam.

Ich möchte davon erzählen, wie ein einziger Tag, im Grunde nur ein Sekundenbruchteil, mein Leben und das meiner gesamten Familie für immer verändert hat.

Ich bin gelernte Fotofachlaborantin, habe also noch mit Filmen und Fotopapier ein mittlerweile fast ausgestorbenes Handwerk erlernt und einige Jahre ausgeübt. Das Grundstudium der Psychologie hatte ich 1992 begonnen, weil ich mich schon immer sehr für Werbepsychologie interessiert habe.

Meine Tochter Christina wurde 1994 geboren. Ich brach das Studium ab und kümmerte mich, auf Wunsch meines Mannes, um Kind und Haushalt. 1997 wurde Christina zur großen Schwester ihres kleinen Bruders Philipp, genannt Pippo. Als Christina sieben und Philipp vier Jahre alt waren, zogen wir in ein kleines Reihenhauses, das wir zuvor mit sehr viel Eigenleistung kernsaniert und ausgebaut hatten.

Beide Kinder besuchten die Grundschule in Köln-Weiß und anschließend die Gesamtschule. Christina vermisste nach dem Umzug sehr schmerzlich ihre wundervolle frühere Lehrerin, blühte aber in der Gesamtschule ab dem 6. Schuljahr auf und wurde eine gute Schülerin. Für Philipp war Schule eher ein lästiges Übel. Er arbeitete super mit, wenn ihn etwas interessierte, schaltete aber auch völlig ab, wenn ihn etwas nicht interessierte. Die zunehmende Selbstständigkeit in der Gesamtschule nutzte er nicht immer zu seinem Vorteil. Er war aber ein sehr beliebter Schüler, der als Streitschlichter oft für Gerechtigkeit und Fairness eintrat, was ihm bei Schülern und Lehrern sehr viele Sympathien einbrachte. Prüfungen waren für ihn häufig ein Problem. Dem Ärger wegen fehlender Hausaufgaben glaubte er entgegen zu können, indem er den Unterricht ab und zu erst gar nicht besuchte.

Nach Trennung und Scheidung 2008 lebten beide Kinder mit mir in einer Mietwohnung.

2012 beschloss Christina mit knapp 18 Jahren, unsere gemeinsame Wohnung zu verlassen und bei einer befreundeten Familie eine Souterrainwohnung zu beziehen.

Philipp war damals 15 Jahre alt, hatte häufiger Probleme mit Fehlzeiten in der Schule und fühlte sich zum Vater hingezogen, der ihm Urlaube und Freiheiten bot, die ich ihm nicht bieten konnte. Ich stimmte damals zu, denn ich wollte das Verhältnis, sowohl zum Vater als auch zu mir, nicht aufs Spiel setzen. Unsere Verbindung blieb bestehen.

Philipp brach 2014 die Gesamtschule ab und wechselte auf Anraten seines Vaters zum Berufskolleg. Wegen zu hoher Fehlzeiten musste er 2015 die Schule verlassen und begann, wieder auf Anraten seines Vaters, eine Ausbildung zum Kfz-Mechatroniker.

2016 beschloss der Vater, in die Wohnung seiner Lebensgefährtin einzuziehen. Die gemeinsame Wohnung mit Philipp kündigte er. Philipp bezog eine kleine Wohnung nahe der Ausbildungsstelle, weigerte sich aber, die Behördengänge zum Erhalt von Wohngeld anzutreten. Im Rückblick weiß ich, dass er bereits am Berufskolleg mit Drogendealern in Kontakt gekommen war. Das ganze Ausmaß erschloss sich mir aber erst einige Jahre später.

Philipp hatte Mietschulden und zog im November 2016 spontan bei mir ein. Im Sommer 2017 fand er eine eigene Wohnung, hatte eine Ausbildungsstelle und Beziehungen zu Schulfreunden wieder aufleben lassen, hatte einen Aushilfsjob im Kartcenter angetreten und einen guten Kontakt zu einem Gebrauchtwagenhändler, für den er in der Freizeit Autos fitmachte. 2017 erwarb er seinen Führerschein. Null Fehler in der Theorie. Fahren konnte er schon längst – alles schien gut.

Dann hatte Philipp wieder Mietschulden, kündigte die Wohnung und zog als Untermieter zu einem Kollegen.

2019 lernte Christina ihren Sascha kennen, Philipp seine Delia. Philipp beendete seine Ausbildung erfolgreich, zog mit ein in das Elternhaus seiner Freundin. Er wollte dort ab 2020 eine Stelle als Kfz-Mechatroniker antreten. Dann machte Corona einen Strich durch die Rechnung. Die Stelle war futsch. Philipp wurde die Fahrerlaubnis entzogen, weil er Punkte in Flensburg hatte und mit zu viel THC im Blut angehalten worden war.

Weihnachten 2020 lud Philipp mich, seine Schwester und ihren Freund zum Heiligabend in seine Wohnung ein. Sein erster eigener Tannenbaum schmückte den Wohnbereich. Ich blieb bis nach dem Abendessen und einem gemeinsamen Spaziergang durch ein weihnachtlich geschmücktes Dorf.

Ich war so stolz und glücklich, dass Philipp endlich seinen Weg gefunden hatte.

Für 2021 hatte Philipp folgende Pläne:

Vollzeitfestanstellung beim Kartcenter – Wiedererwerb der Fahrerlaubnis.

In seiner neuen Wohnung fühlte Philipp sich sehr wohl. Er hatte den Haushalt gut im Griff, und er liebte es, für Freunde und die Familie zu kochen.

Im August 2021 hatte ich Philipp längere Zeit nicht gesehen, aber wir hatten uns oft per WhatsApp geschrieben. Ich freute mich sehr darauf, ihn bei einem geplanten Raclette-Essen, zu dem sein ehemaliger WG-Genosse Alex eingeladen hatte, zu sehen.

Unser letzter Dialog am 21. August um 08:26 Uhr:

„Guten Morgen, Mama. Ich war gestern arbeiten, hab bis grade geschlafen und hatte gestern um 22 Uhr keine Power mehr, noch die SIM-Karte zu wechseln. Das mache ich jetzt gleich. Lass mich eben wach werden.“

08:34 Uhr: „Supi. Danke, und bis nachher. Freu' mich!“

Nach einem sehr durchwachsenen Sommer war dieser Samstag im August grandios schön. Die Sonne schien, ein leichter Wind wehte, die Temperatur war angenehm. Ein traumhafter Tag. Ich war pünktlich, seine Schwester



Christina und Sascha waren auch schon da. Ich bemerkte, dass ich mein Handy zu Hause vergessen hatte.

Christina hatte Philipp angeboten, ihn von der Arbeit bei der Kartbahn abzuholen. Er hatte dies abgelehnt, weil er auf jeden Fall selbst herfahren wollte. Kurz dachte ich: „Das ging jetzt aber schnell mit dem Führerschein!“ Alex sagte, dass Philipp ihm versichert hätte, dass er den Führerschein wieder hat. Wir warteten.

Um 19:30 Uhr rief Alex bei der Kartbahn an. Phillip sei kurz zuvor losgefahren, sagte eine Kollegin.

Christina versuchte noch mal, ihn über sein Handy zu erreichen. Er war nicht erreichbar. Nicht ungewöhnlich für Philipp, der oft vergaß, den Akku zu laden, der das Handy auf lautlos stehen hatte oder gerade nicht drangehen konnte oder wollte. Im Nachhinein glaube ich, mich an einen sorgenvollen Blickwechsel mit meiner Tochter erinnern zu können. Aber wir wollten uns keine Sorgen machen. Nicht grundlos Sorgen machen, um dann unserem Philipp gegenüberzustehen, der uns deswegen vielleicht noch auslacht.

Um 19:45 Uhr beschlossen wir, mit dem Essen zu beginnen. Da starb Philipp gerade auf einer Landstraße, während wir uns noch, halb belustigt, halb verärgert, verschiedene Szenarien ausmalten: Philipp ist nach Hause gefahren, hat geduscht und ist eingeschlafen – Er hat jemanden getroffen und sich zu einem anderen Abendprogramm entschieden.

Meine unerschütterliche Hoffnung war den ganzen Abend über, dass ich zu Hause auf meinem Handy eine Nachricht von ihm vorfinden würde: „Mamilein, kannst du den anderen bitte sagen, dass ich ...“

Egal, was ihm eingefallen wäre! Alles war denkbar, alles wäre mehr oder weniger entschuldbar gewesen.

Wir hatten Spaß während des Essens. Wir spielten anschließend noch ein paar Runden Rommé. Gegen 22:00 Uhr verabschiedeten wir uns, nochmals über Philipp sprechend. Alex drohte ihm scherzhaft eine Tracht Prügel an für den Fall, dass er uns versetzt hatte. Christina sagte, sie würden bei ihm vorbeifahren, ihn rausklingeln und zur Rede stellen. Ich blieb bei meiner Wunschkonstruktion, dass ich eine Nachricht auf meinem Handy finden würde, die seine Abwesenheit erklären würde.

Kurz bevor ich das Ortsende erreiche, sehe ich rot-weiße Baken und ein Polizeifahrzeug. Der Ortsausgang ist gesperrt.

Wie ein stummer Schrei schießt es mir in den Kopf: PHILIPP!!!! Egal, was passiert ist, wir kriegen das wieder hin! Egal, wie lange es dauert, ich schiebe Dich im Rollstuhl, bis Du wieder gesund bist! Wenn Dir ein Körperteil fehlt – es gibt gute Prothesen!

Schwerstverletzt, Pflegefall, TOT! TOT! TOT! – Bitte nicht TOT!!!!

Ich fahre weiter bis zur Absperrung, lasse das Fenster herunter. Ein Polizeibeamter kommt zu meinem Auto. „Ich muss hier durch, ich vermisste meinen Sohn seit Stunden. Vielleicht ist ihm etwas passiert“, sage ich. „Sie können hier nicht durch. Wir wissen nicht, was passiert ist. Stellen Sie bitte Ihr Fahrzeug ab.“ Ich parke, steige aus, bitte den Polizeibeamten, sein Handy benutzen zu dürfen, wähle Christinas Nummer, vertippe mich beim ersten Mal. Dann habe ich sie am Telefon. „Ihr müsst zurückkommen. Hier ist etwas passiert.“ Weiß ich da schon, dass Philipp tot ist? Die beiden kommen zur Absperrung. Die Polizisten erfragen über Funk Einzelheiten:

Ein Verkehrsunfall hat sich ereignet. Ein Pkw und ein Motorrad sind beteiligt. Der Motorradfahrer ist zu Tode gekommen. Die tote männliche Person kann nicht eindeutig identifiziert werden.

„Frau Radermacher, hat Ihr Sohn Tätowierungen?“

NEIN, denke und sage ich, im ersten Moment, weil ich an große Tattoos auf dem Rücken denke, weil ich nicht will, dass es Philipp ist, der da tot liegt, weil ich DAS EINFACH NICHT WILL!!!

„Doch, Mama“, sagt Christina, „er hat doch Delias Geburtstag am Handgelenk, und seit Neuestem den Kopf eines Tyrannosaurus Rex, oberhalb des Datums.“ „Ja, das stimmt“, sage ich.

Und dann sagt dieser sehr nette, sehr junge Polizist zu mir diesen Satz, von dem ich immer dachte, der wäre extra für Krimis in die Drehbücher geschrieben worden, weil er so trocken und irgendwie hölzern und teilnahmslos ist: „Frau Radermacher, dann muss ich Ihnen leider mitteilen, dass Ihr Sohn zu Tode gekommen ist.“

Bin ich still? Schreie ich sofort? Tut mir etwas weh? Ich setze mich in das Polizeifahrzeug, einen Bus, halte mich an dem Türrahmen fest, schreie, weine, will hier raus! Christina ist bei mir, dann wieder nicht. Ich sitze auf dem Bordstein, weine, schreie, schweige.

„Es ist kein Notfallseelsorger verfügbar“, sagt eine Polizistin. „Lasst mich bloß in Ruhe mit den Seelenheinis“, denke ich. Christina telefoniert, ich glaube mit meiner mittleren Schwester. „Du musst niemanden von meiner blöden Familie anrufen!“, schreie ich.

Wir sitzen auf dem Bordstein. Anwohner kommen, um zu sehen, was hier los ist. Vielleicht haben sie mich schreien gehört. Ich brülle sie an, dass mein Sohn tot ist, und dass es hier nichts zu sehen gibt. Christina redet auf mich ein. Sie sagt, dass sie auch Hilfe brauche, will einen RTW rufen und mit mir in eine psychiatrische Klinik fahren. Ich will ihr glauben, dass sie auch Hilfe braucht, und willige ein. Während der Fahrt telefoniert sie sehr lange mit ihrer Therapeutin. Ich sitze stumm in dem Fahrzeug, angeschnallt, damit ich nicht vom Sitz falle.

Was sich weiter zugetragen hat, weiß ich nicht mehr, denn mir wurde recht bald ein extrem starkes Beruhigungsmittel verabreicht. Die Empfehlung lautete: Bis zu dreimal täglich, und das wurde wohl auch so gehandhabt. Ich weiß nicht, wer mir wann etwas verabreicht hat oder ob ich selbst das Medikament genommen habe.

Ab diesem Zeitpunkt fehlt mir jede Erinnerung an sechs Tage nach dem Unfalltod meines Sohnes: Ich habe keinerlei Erinnerung an den ersten Termin bei dem Bestattungsunternehmen. Ich kann mich nicht daran erinnern, dass wir Philipp gemeinsam bei der Rechtsmedizin abgeholt haben. Ich habe geschlafen, auf dem Beifahrersitz des Fahrzeuges, in dessen hinterem Teil mein totes Kind in einem Plastiksack lag.

Ich habe keine Erinnerung daran, dass ich am Arm meiner Schwester hing, zum Tisch getaumelt bin, um mein zerschlagenes, zerschnittenes Kind noch einmal zu sehen.

Ich habe immer nur geschlafen, betäubt, handlungsunfähig.

Am 28. August war meine jüngste Schwester bei mir. Sie hat mir keine Tabletten gegeben, und selbst habe ich auch keine genommen. Es war wieder ein sonniger Samstag. Ich habe uns Kaffee gemacht, wir haben Sonnenblumen für Philipp gekauft und sind zur Unfallstelle spaziert.

Später kam Christina. Wir haben überlegt, wem wir Karten schicken möchten. Meine Schwester hat mir die Haare gefärbt, mein Schwager hat sie nachmittags abgeholt. Dass er mich wortlos in die Arme genommen und mit mir geweint hat, weiß ich noch sehr genau. Das hat mir so gutgetan.

Am 26. August war Philipps Körper von der Rechtsmedizin freigegeben worden.

Am 30. August habe ich zusammen mit Christina seinen Sarg bemalt.

Am 31. August wurde Philipps Leiche eingeäschert.

Auf Christinas Wunsch haben wir keine Beerdigung mit Trauerfeier gemacht.

Die Kirchengemeinde, der Philipp 2020 beigetreten war, hatte für ihn am 4. September eine Abschiedsfeier mit Gottesdienst, Mittagessen und Kaffeetrinken organisiert, an der neben unserer Familie sehr viele Gemeindemitglieder teilnahmen, um ihn zu verabschieden. Der Prediger hat uns gesagt, dass wir uns um Philipp keine Sorgen mehr machen müssen. Christina hatte eine Bilderreihe zusammengestellt, die sie eigentlich kommentieren wollte,

aber die Bilder aus dem Leben unseres Philipp sprachen für sich. Er war sein ganzes, leider viel zu kurzes Leben lang ein Sonnenschein, wurde von so vielen Menschen wegen seiner positiven Ausstrahlung, seiner Offenheit und Herzlichkeit so sehr geschätzt und geliebt. Was auch immer er anstellte, niemand konnte ihm lange böse sein.

Eine zweite Abschiedsfeier mit Familie, Freunden und Kollegen fand am 8. September auf der von ihm so sehr geliebten Kartbahn statt. Dort saß ich mit Christina in einem Doppelsitzer-Kart, Philipps Urne in den Händen, und wir sind seine wohl mit Abstand langsamste Runde dort gefahren. Und als wir am Ziel ankamen, startete Christina einfach nochmal durch.

Sein Arbeitsvertrag zur Festanstellung in Vollzeit lag oberhalb der Bahn im Personalbüro.

Am 10. September 2021 haben wir Philipps Urne bestattet. Es waren nur wir Eltern, seine Schwester und seine Freundin anwesend. Leider hat Pippas Vater meinen Wunsch, dass wir beide gemeinsam die Asche unseres Kindes der Erde übergeben, nicht erfüllen wollen. So haben es dann seine Schwester und seine Freundin getan.

Philipp ist tot, und das Leben geht einfach weiter – **NEIN**, einfach ist es leider nicht!

Mit seinem Tod hat sich so vieles verändert. Das Verhältnis zu meiner Tochter ist ein ganz anderes, denn Philipps Tod hat etwas mit uns beiden gemacht, das wir kaum beeinflussen können.

Eine trauernde Mutter will auch ihre trauernde Tochter trösten. Diese will sowohl ihre Mutter trösten, aber auch selbst getröstet werden, bloß keinesfalls von ihrer traurigen Mutter. Das Schlimmste, was Christina jemals zu mir gesagt hat, war: „Mama, vielleicht wäre besser ich gestorben anstatt Philipp.“ Darin schwingen so viele unterschiedliche Gefühle mit. Fühlt sie sich weniger geliebt? Fühlt sie sich vielleicht sogar irgendwie schuldig, weil sie noch lebt?

Wir arbeiten seit einiger Zeit daran, unser Verhältnis im Guten zu stärken, in die Zukunft zu schauen und uns auf unseren sehr unterschiedlichen Trauerwegen nicht zu verlieren. Wir haben nur noch uns.

Was war passiert und wie konnte es zu dem Unfall kommen?

Seit ich wieder klar denken kann, versuche ich ALLES in Erfahrung zu bringen, was mir durch den Medikamentenrausch entgangen ist.

Mit viel Mühe und Geduld ist es mir im Frühjahr 2022 gelungen, Einblick in die Ermittlungsakte zu erhalten. Es war für kaum jemanden nachvollziehbar, dass ich Fotos von meinem verunglückten Kind sehen wollte. Fast ausschließlich bekam ich zu hören: „Tu dir das nicht an! Behalte ihn so in der Erinnerung, wie er war! Diese Bilder wirst du nie mehr los!“

Ich habe mir irgendwann geschworen, dass ich nur noch in meinem ganz eigenen Interesse und nach meinem ureigensten Gefühl und Bedürfnis handle und entscheide, wenn es um so existenzielle Dinge geht. Und das ist gut und richtig so!

Bei der ersten Akteneinsicht musste ich bei der Staatsanwaltschaft antreten und wurde von zwei Polizeibeamten begleitet. Ich hatte nicht viel Zeit, wollte unbedingt die Fotos von der Unfallstelle sehen, hatte kaum Zeit, weitere Einzelheiten der Ermittlungen zu erfassen. Dass gegen den unfallbeteiligten Pkw-Fahrer GAR NICHT ermittelt worden war, habe ich erfahren.

Die Bilder sind furchtbar, mein Kind ist komplett zerschlagen worden. Die Kopfverletzungen sind besonders schlimm, haben ihn völlig entstellt, denn der Helm wurde ihm vom Kopf gerissen, als er mit dem anderen Fahrzeug in Kontakt kam.

Das Gefühl, den Körper meines Kindes angefasst zu haben, begriffen zu haben – im wahrsten Sinne des Wortes – konnten mir die Bilder nicht ersetzen.

Ich bin mittlerweile im Besitz einer Kopie der Ermittlungsakte. Ich habe auch die Bilder meines Kindes in der Rechtsmedizin gesehen. Erst liegt er noch vollständig bekleidet und schmutzig auf dem Tisch. Grashalme, Dreck und Blut kleben überall. Dann liegt er nackt und zerschlagen da. Sein langer, sehr schlanker Körper – Hände und Füße sind völlig unversehrt. Philipp hatte schöne schlanke Hände, seine Füße mochte er selbst gar nicht. Der linke Unterschenkel ist mehrfach gebrochen, zersplittert, wäre nicht zu retten gewesen.

Ich habe den Obduktionsbericht gelesen. Ich weiß, wie viel das Herz meines Kindes, wie viel sein Gehirn wog. Sämtliche Organe waren zerstört. Die Todesursache heißt dann POLYTRAUMA. Philipp wurde auf mögliche Vorerkrankungen, Alkohol und Drogen untersucht.

Und dann kommt irgendwann mal eine Wut in mir auf. Eine Wut auf mein geliebtes totes Kind!

Entgegen allen Versprechungen hatte er nicht aufgehört zu kiffen. Oder er hatte kurz zuvor wieder damit angefangen. Ein geringer THC-Gehalt konnte nachgewiesen werden, der aber für den Unfall als unbedeutend eingestuft wurde.

Die MPU konnte demnach gar nicht erfolgreich verlaufen sein. Er war also ohne gültige Fahrerlaubnis unterwegs gewesen.

Dass Philipp während der Arbeit zwei Flaschen Radler getrunken hatte, bevor er sich auf den Weg gemacht hatte, wussten wir. Auch der Alkoholgehalt war nicht maßgeblich für den Unfall.

Philipp war schneller als erlaubt unterwegs gewesen. Erstaunlicherweise gab der Gutachter aber an, dass die leichte Kurve auch mit überhöhter Geschwindigkeit problemlos zu fahren ist.

Der Fahrer des beteiligten Pkw hatte bei der Unfallaufnahme angegeben, dass Philipp ihm auf seiner Straßenseite entgegenkam und er nicht ausweichen konnte. Der Unfall wurde demzufolge als Frontalzusammenstoß gemeldet. Dass der Fahrer vielleicht nicht auf die Straße, sondern auf sein Handy geschaut haben könnte und den Motorradfahrer deshalb nicht gesehen hat, wurde nie in Erwägung gezogen.

Der Gutachter stellte später bei der Rekonstruktion des Unfallherganges Vermutungen an, dass der Stand der Sonne Philipp geblendet haben könnte, dass das Gestrüpp auf seiner Fahrbahnseite zu weit in die Straße hineingewuchert war, dass Philipp deshalb schreckhaft in der Kurve verzögert haben muss – dazu reicht es, den Griff auf den Gashebel kurz zu lockern – woraufhin das Motorrad in Schiefelage geriet, über die Gegenfahrbahn rutschte und im Feld landete. Philipp selbst wurde aber von dem ent-

gegenkommenden Fahrzeug erfasst, von der Maschine heruntergerissen und unter dem Auto mitgeschleift. Er kam erst beim Überfahren des Feldrandes wieder frei und blieb im Feld liegen, während das Fahrzeug weiterrollte, bevor es zum Stehen kam.

Philipp kann nicht mehr sagen, was genau passiert ist. Er ist tot.

Keiner der Fehler, die sich Philipp zu Schulden hat kommen lassen, war ursächlich für den tödlichen Unfall. Auf keine dieser Verfehlungen steht die Todesstrafe – aber Philipp hat mit seinem Leben bezahlt.

Die schlimmste Erkenntnis ist für mich, dass mein Kind bereits recht früh und sehr intensiv Cannabis konsumiert hat und in eine Abhängigkeit geraten ist, die er sich selbst nicht eingestehen wollte. Dass sich der Konsum in jungen Jahren sehr negativ auf die Entwicklung heranwachsender Menschen auswirkt, ist bewiesen, wird aber leider von vielen Konsumenten immer wieder kleingeredet und unterschätzt. Dass der frühe, regelmäßige Konsum zu einer Art dauerhafter Leichtsinnigkeit und Selbstüberschätzung führen kann, wird immer wieder festgestellt.

Dass Philipp schon sehr früh konsumiert hat, war mir lange Zeit nicht bewusst. Mit dem Umzug zu seinem Vater habe ich ihn leider auch zu sehr aus den Augen verloren. Vieles hat er mir später erzählt, und es hat mich sehr betroffen gemacht, wie gutgläubig und blauäugig er lange Zeit gehandelt haben muss.

Im Nachhinein weiß ich, dass der Kontakt zu Dealern zu seinen ständigen Schulden geführt hatte. Erst wenige Monate vor seinem Tod hatte er mir erzählt, dass er in der Zeit am Berufskolleg angeheuert worden war. Mit einer Menge, die er verkaufen sollte, ist er erwischt worden. Die Drogen wurden beschlagnahmt. Philipp blieb straffrei wegen seines Alters und weil er Ersttäter war. Die Drogen waren weg, die Schulden waren da, und die Dealer fanden ihn immer wieder, sobald er sich irgendwo mit Wohnsitz angemeldet hatte. Im Frühjahr 2021 schien sich die Angelegenheit dann geklärt zu haben. Waren die Schulden bezahlt? Ich weiß es nicht.

Ich war so voller Hoffnung, als er mir im Frühjahr sagte, dass es eine Weile gebraucht habe, bis er sich wieder im Griff hatte, dass er sich auf seinen Job freue, dass er sich für die MPU angemeldet habe, dass ich ihm behilflich sein könnte bei der Antragstellung, indem ich ihn zur entsprechenden Stelle fahre. Er ist wirklich lange nicht gefahren ohne Fahrerlaubnis, weil er seinen Antrag nicht gefährden wollte, hat den ÖPNV genutzt und Freunde und Familie gebeten, ihn zu fahren. Er hatte aufgehört zu kiffen und zu rauchen, wollte sparen.

Dass ich nicht gut und lange genug auf mein Kind aufgepasst habe, ist ein Gedanke, der mich immer wieder beschäftigt, und der mich auch immer wieder sehr traurig macht.



Was ist denn bloß passiert?

Philipp ist tot. Er kann mir keine Antworten mehr geben. Damit muss ich leben. Ich muss auch damit leben, dass meine Familie mir nicht glaubt, dass ich keine Erinnerung an die Tage nach Philipps Tod habe. Angeblich werfe ich ihnen vor, dass sie daran schuld sind, weil sie mir die Medikamente verabreicht haben. Ich werde nicht mehr zu Familienfeiern eingeladen, und Gespräche finden nur noch statt, wenn es sich nicht vermeiden lässt.

Auch muss ich damit leben, dass ich viele Menschen verloren habe, die es nicht ertragen können, dass meine Trauer nicht einfach nach einem Jahr zu Ende ist. Die erwarten, dass ich funktioniere wie zuvor. Die überschwänglich von ihren Kindern erzählen und sofort verstummen, wenn ich von Philipp erzählen möchte.

Ein Freund, der Philipp oft beim Kartfahren, Skifahren und Snowboarden beobachtet hatte, fragte ihn mal:

„Du hast gar keine Angst?“

„Nö“, meinte Philipp mit seinem bezaubernden Lächeln.

„Denkst du denn nie daran, dass dir was passieren könnte und wie traurig deine Mama dann wäre?“

„Meine Mama ist stark. Die schafft das schon!“, hat mein Pippo geantwortet.

NEIN!! möchte ich oft ganz laut schreien! Mütter sind selten stark genug, das zu schaffen.

Wir **ÜBER**leben!!! Wir lernen das – sehr mühsam, mit vielen Rückschlägen, mit vielen Verlusten, mit Schmerzen, die niemand sieht – die niemand sehen möchte. Wir lernen, uns zu verstellen, wieder zu funktionieren, nach außen wieder die „alten“ zu sein. Wir lernen auch, wieder Freude zuzulassen, vor allem, wenn es verwaiste Geschwister gibt. Wir lernen, die Traurigkeit, die auch jeden schönen Moment begleitet, zu verbergen.

Meine Tochter ist nun 31 Jahre alt. Sie hat voriges Jahr geheiratet, und ich bin Oma der kleinen Emilia. Ich freue mich sehr. Besonders froh bin ich, dass mein erstes Enkelkind ein Mädchen ist, in dem ich auf gar keinen Fall nach meinem verstorbenen Pippo suchen kann und will.

Meine große Hoffnung ist die, dass wir unserer kleinen Emilia irgendwann gemeinsam von ihrem Onkel Philipp erzählen, dass sie erfährt, wie gerne er ihr Onkel geworden wäre, wie wunderbar er sich mit Kindern beschäftigen konnte, wie er sich über kleine Dinge freuen konnte, wie liebevoll er mit unseren Hunden umgegangen ist, wie gerne er gekocht hat, was er mochte und was er gar nicht mochte. Dass er in unseren Herzen, in unseren Gedanken und in unseren Gesprächen weiterlebt.

Es gibt eine neue Zeitrechnung in meinem Leben: Das Leben seit Philipps Tod.

Deshalb sind mir so viele „Feiertage“ völlig egal.

Mein „Neues Jahr“ beginnt seit 2021 immer am 21. August um 19:45 Uhr.

Zwei Stunden Angst

Stefan*

Als junger Polizeibeamter und glücklich verheirateter Vater von zwei Kindern habe ich im Alter von 24 Jahren ein fröhliches und unbeschwertes Leben geführt. Meine Dienststelle war am Wohnort, und ich hatte eine wunderschöne Zeit mit meiner jungen Familie in einer kleinen Wohnung im Elternhaus, in der auch Rolf, mein vier Jahre jüngerer Bruder wohnte. Alles war in bester Ordnung.

Es war ein ganz normaler Tag im Mai, als ich in der heimischen Polizeibehörde kurz vor 22:00 Uhr den Nachtdienst antrat. Mit einem Kollegen war ich zur Streife in der benachbarten Stadt eingesetzt. Gegen 1:00 Uhr machten wir eine kleine Pause in der Nebenwache, etwa 15 Kilometer von meiner Dienststelle entfernt. Es war wenig los in der Nacht. Mein Streifenpartner war müde und ruhte sich ein wenig aus. Ich verfolgte vom Dienstzimmer aus den Funkverkehr.

Ich bekam mit, wie die Kollegen meiner Stammdienststelle einen Einsatz wegen eines Verkehrsunfalls unter Beteiligung eines Motorradfahrers erhielten. Den Unfallort, eine Landstraße in der Nähe meines Wohnortes, kannte ich gut. Ich weiß noch genau, welchen Schreck diese Nachricht in mir auslöste: Motorradunfall in der Nähe meiner Wohnung!

Meine Unruhe wuchs, als ich hörte, dass der Motorradfahrer äußerst schwer verletzt war. Immer und immer wieder mahnten die Beamten vor Ort über Funk den Wachhabenden, den Notarzt anzufordern, weil es sehr schlecht mit dem Unfallopfer aussehe: „Wo bleibt der Notarzt? Warum dauert das denn so lange?“ Stets kam die Antwort, der Notarzt sei bereits seit längerem angefordert, er sei auf dem Weg. Die Strecke zwischen dem Unfallort und der Klinik betrug nur etwa vier Kilometer, und die Straßen waren um diese Zeit relativ leer. Die Rettungsfrist wäre in nicht mal zehn Minuten einzuhalten gewesen. Es war fast unerträglich mitzuerleben, wie sich die notärztliche Versorgung des lebensgefährlich verletzten Motorradfahrers durch

den Rettungsdienst des örtlichen Krankenhauses hinzog, länger als eine halbe Stunde. Mir schienen es gefühlt mehrere Stunden zu sein, bis endlich die Notärztin an der Unfallstelle eintraf.

Intuitiv habe ich gespürt und befürchtet, dass etwas Schreckliches geschehen ist, und dass dies mit mir und meinem persönlichen Umfeld zusammenhing. Mein jüngerer Bruder und auch mein bester Freund, der in der Nachbarschaft wohnte, waren Motorradfahrer, und der Unfallort war nicht weit entfernt, etwa anderthalb Kilometer von unseren Wohnungen.

Sämtliche Ereignisse während der etwa zweistündigen Verkehrsunfallaufnahme und des späten Eintreffens der Notärztin, einschließlich der vergeblichen Rettungsversuche, habe ich mit allen Sinnen und unvergesslichem Schrecken zeitgleich mit dem schicksalhaften Geschehen über die Funkgeräte mit angehört.

Die Verkehrsunfallaufnahme wurde schließlich abgewickelt: Auf einer Landstraße war ein Motorradfahrer mit einer relativ leichten, aber hochmotorisierten Maschine sehr schwer verunglückt. Er war – offenbar mit hoher Geschwindigkeit – in einer Linkskurve nach rechts von der Fahrbahn abgekommen und in einem spitzen Winkel gegen einen hohen, stabilen Stahlzaun gefahren.



*Name geändert.

Dabei hatte er Stahlpfosten gestreift und schließlich den Zaun durchbrochen.

Und nach quälenden zwei Stunden dann die erbarmungslose Nachricht: Bei dem Motorradunfall war mein Bruder gestorben. Er wurde nur 20 Jahre alt. Und ich saß in der Wache und hatte über Funk miterleben müssen, wie er nachts auf der Landstraße nach und nach sein Leben verlor.

Leere und Verzweiflung. Die tröstenden Worte der Kollegen drangen gar nicht durch, konnten nicht trösten. Mir war schwindelig, und ich fühlte mich wie in einem äußerst schlechten Traum, der nicht wahr sein konnte und nicht wahr sein durfte.

Ein Kollege bot mir an, mit dem Streifenwagen zur bereits abgeräumten Unfallstelle und anschließend zum Krankenhaus zu fahren, um mich von meinem toten Bruder zu verabschieden.

Die Unfallstelle wies bedrückende Spuren auf: die Fahrspur des Motorrads im Gras am Fahrbahnrand, nachdem dies im Verlauf der leichten Linkskurve in einer Geraden vom Fahrstreifen abgekommen und im spitzen Winkel schräg in den eisernen Zaun gefahren war. Stahlpfosten des gut zwei Meter hohen Zauns waren beschädigt, der Maschendraht an einer Stelle durchbrochen. Ich wusste nicht, was ich sagen sollte. Es war ein schrecklicher Eindruck, die Stelle zu sehen, an der mein Bruder gestorben war. Jahrelang habe ich immer wieder daran gedacht, wenn ich dort vorbeifuhr. Heute existiert die Landstraße nicht mehr, sie ist verlegt und in einem neu erschlossenen Gewerbegebiet als innerstädtische Straße eingerichtet worden.

Im Anschluss an die Todesmitteilung fuhr mich mein Kollege im Streifenwagen zum Krankenhaus. Es gab dort – wie ich wusste – eine kleine Leichenhalle. Wir mussten an der Pforte fragen, wo sich die Leiche meines Bruders befand. Der Nachtdienst an der Pforte war nicht gut informiert. Schließlich fanden ein Mitarbeiter des Krankenhauses und wir in einem Abstellraum des Außenbereichs einen Raum, in dem ein Zinksarg aufgebahrt war. Wir öffneten ihn. Ich erkannte meinen geliebten Bruder. Es war ein schrecklicher und unvergesslicher Anblick, ihn tot, blass, kalt und in blutverschmierter Kleidung zu sehen. Mein Kollege ließ mich für einen Moment allein Abschied nehmen.

Gegen 4:00 Uhr bin ich – mit dem Auto oder dem Fahrrad, ich weiß es nicht mehr – nach Hause gefahren. Dort habe ich weinend meine Eltern aufgeweckt und vom Tod ihres jüngsten Sohnes unterrichtet. Beide waren fassungslos, entsetzt. Es war dramatisch. Anschließend ging ich in unsere Wohnung und sprach mit meiner Frau, die ebenso erschrocken und betroffen war. Es war für uns alle eine unfassbare, schreckliche Tragödie. Gemeinsam redeten wir morgens mit unseren beiden Kindern darüber, dass ihr Onkel nun tot ist und nicht mehr bei uns sein kann. Auch die übrigen Familienmitglieder habe ich informiert, allein. Es waren die schwersten Gespräche meines Lebens.

Die genaue Unfallursache konnte nie festgestellt werden. Ein Fremdverschulden war nicht erkennbar, eine weitere Beteiligung konnte nicht festgestellt werden. Die Verkehrslage war zur Unfallzeit schwach. Vermutet wurden eine überhöhte Geschwindigkeit und ein Fahrfehler.

Ich konnte die schreckliche Tragödie des Todes meines vier Jahre jüngeren Bruders, er war vor wenigen Tagen erst 20 geworden, kaum realisieren. Es war wie ein Traum, der nicht wahr sein durfte. Ich habe die Realität um mich herum lange Zeit nur wie betäubt wahrnehmen können.

Ich habe mich damals um meine Familie, meine Frau und die Kinder sowie meine Eltern noch intensiver als vor dem Unfall gekümmert.

Eine professionelle Hilfe habe ich nicht in Anspruch genommen, sie war zu der Zeit noch nicht so etabliert wie heute. Ich habe in der katholischen Kirchengemeinde verschiedene ehrenamtliche Funktionen wahrgenommen. Der Glaube gab mir etwas Trost.

Ich bin – wahrscheinlich nicht zufällig – beruflich als Polizeibeamter verstärkt in den Aufgabenbereich der Verkehrssicherheitsarbeit eingetreten, mit dem ich mich nun schon ein paar Dekaden recht intensiv beschäftige, auch ehrenamtlich.

Vergessen habe ich das schreckliche Ereignis, die tiefe Trauer und Hilflosigkeit nach dem Unfall nicht. Doch es ist nicht mehr ständig präsent. Mir geht es gut.

Ich hatte drei Kinder

Christine Stein

Mit 21 Jahren hielt ich meinen gerade geborenen Sohn René im Arm – willkommen, kleines Leben. Das war 1972. Sechs Wochen später schob ich seinen Kinderwagen erstmals zur Kinderkrippe. Nie werde ich den bohrenden Schmerz vergessen, als ich meinen Sohn dort abgab. Die Wochenenden aber gehörten René und mir. Ich machte samstags und sonntags nur die kleine Hofrunde, damit mein Sohn jederzeit in meiner Nähe sein konnte. Ich hatte Landwirtschaft studiert. Mit 23 Jahren war ich bereits für 350 Kühe verantwortlich.

Einige Jahre später wurde meine Tochter Sabine geboren. Mit meinem zweiten Mann zog ich in ein kleines Dorf. Er brachte einen älteren Sohn mit, und so waren wir zu fünft.

Es war alles in allem eine gute Zeit. René war ein zufriedenes und freundliches Kind. Auch die Kinder im Dorf mochten ihn. Die Ärzte drängten mich, ihn wegen seiner angeborenen Schwerhörigkeit auf eine Spezialschule zu geben. Ein zweites Mal musste ich ihn hergeben, denn die Schule war weit entfernt, sodass er nur am Wochenende nach Hause kam. Diese Wochenenden gehörten uns – das kannten wir ja schon!

Mein Sohn war ein fleißiger Schüler, auch wenn ihm das Lernen schwerfiel. Er wurde ein tüchtiger Traktorist, war als hilfsbereit in unserem Dorf bekannt und aktiv in der Freiwilligen Feuerwehr. Später hatte er seine eigene kleine Wohnung und irgendwann stellte er mir „sein Mädchen“ vor. Mir kam es so vor, als müsste ich ihn zum dritten Mal abgeben. Wehmütig und stolz zugleich.

In der Erntezeit ging es für René und seinen vier Jahre älteren besten Freund täglich früh um sechs Uhr aufs Feld bis spätabends, und das wochenlang. Ich bat ihren Chef, den beiden jungen Männern wenigstens einen Tag in zwei Wochen freizugeben. Die wollten doch im Sommer mal im See baden, faulenzen und sich mit anderen treffen. Doch er erlaubte keinen freien Tag, und so kam mein Sohn weiterhin müde spätabends vom Acker und stieg frühmorgens wieder in den Traktor.

Im Sommer 1997 lieh sich René von uns Geld und kaufte sein erstes Auto. Mein Mann und er brachten es auf Hochglanz. Am Freitagabend wollte mein Großer seine „Karre“, wie er sagte, seiner Freundin zeigen. Sie wollten sich dazu in einer Diskothek treffen.

Wir feierten in der Woche noch zusammen den 18. Geburtstag unserer Tochter, außerdem ihre frisch bestandene Fahrerlaubnis. Sie wollte am Wochenende mit ihrem Freund an die Ostsee fahren und dort Urlaub machen.

Meine Kinder waren jetzt flügge. Ich wollte mein Leben auf neue, auf eigene Beine stellen und eine besser bezahlte Arbeit fernab des Dorfes suchen. Am Freitag fuhr ich zuerst zu meinen Eltern und danach weiter zu meiner Schwester. Ich war ein wenig bange und zugleich erfüllt von der mir selbst gestellten Herausforderung.

Am Samstag, 16. August 1997, kam ein Pkw gegen 5:00 Uhr nach dem Durchfahren einer Linkskurve nach rechts von der Fahrbahn ab und kollidierte mit einem Straßenbaum. Die gefahrene Geschwindigkeit lag im Bereich von 100 km/h. Die Notärztin konnte nur noch den Tod des 29-jährigen Fahrers und des 25-jährigen Beifahrers feststellen. Bei beiden wurde eine Blutalkoholkonzentration von 1,4 Promille festgestellt.

Ich weiß noch, dass es ein sehr heißer Tag war. Völlig unerwartet standen mein Mann und mein Schwager vor der Tür und ich hörte sie sagen: „Du musst jetzt ganz stark sein!“ Meine ersten Gedanken waren bei meiner Tochter und ihrer Urlaubsfahrt mit neuem Führerschein. Dass René mit dem Auto verunglückt sein könnte, kam mir gar nicht in den Sinn. Er war doch der, der schon länger Auto fahren konnte.

Nein, sehen konnte ich meinen Sohn nicht mehr. Zu schwer waren seine Verletzungen. Ich bestellte eine Feuerbestattung. Mein Kind in einem Seidenhemd – das passte einfach nicht. So brachte ich neue Anziehsachen hin. Die Schuhe vergaß ich. Er hatte ja welche an bei dem Unfall.



Vielleicht darf er die tragen, dachte ich.

Das Unfallauto wurde uns auf den Hof gestellt. Ich habe es mir angesehen, konnte aber nichts dabei fühlen. Ich war innerlich völlig leer. Alles klang dumpf und fühlte sich falsch an: die Traueranzeige, die Trauerkarten, das Trauerbuch. Die Blumen auf dem Grab welkten bereits am zweiten Tag.

Zwei Wochen nach der Beerdigung ging ich wieder arbeiten. Nach außen stark, innerlich taub. An berufliche Veränderung, an eine grundlegende Veränderung meines Lebens verschwendete ich keinen Gedanken mehr. Es war nicht mehr wichtig. Ich funktionierte nur noch und hielt meine Familie zusammen: meinen Mann, seinen Sohn, dessen Freundin und meine Tochter. Sabine hat den Tod ihres Bruders nie verwunden. Sie ist überängstlich, auch ihren beiden Kindern gegenüber, heute 17 und elf Jahre alt. Kurz danach habe ich meinen damaligen Job gekündigt. Mein innerer Schmerz fraß mich auf. Meine Umwelt aber erwartete, dass ich endlich wieder „normal“ werde. Wie denn?

Das Leben, mein Leben, floss einfach so weiter in diesem Dorf, in dieser Wohnung – und immer präsent mein totes Kind.

Seit über zehn Jahren erzähle ich ehrenamtlich jungen Leuten im Alter meines Sohnes, dass sie mit ihrem Unfalltod nicht nur ihr eigenes Leben wegwerfen, sondern dass sie auch das Leben ihrer Eltern und Geschwister zerstören. Meinen Bericht beginne ich immer mit: „Ich hatte drei Kinder.“ Manchmal kommen junge Menschen nach der Veranstaltung zu mir und wollen reden. Das ist gut für sie und für mich.

15 Jahre nach dem Unfall erhielt ich erstmals psychologische Hilfe. Kürzlich war ich zum zweiten Mal bei einer

Kur. Da konnte ich nach 20 Jahren den Schmerz um den Tod meines Kindes erstmals herausschreien – das innere Brodeln brach sich Bahn. Aber dass die Zeit alle Wunden heilt, gilt für mich nicht.

Vor vier Jahren bin ich umgezogen in die Stadt, in der meine Tochter wohnt. Sie hat gleich um die Ecke ein eigenes Haus an einem schönen See. Ich reise oft, mache viele Radtouren in die Umgebung und erlebe, wie die Enkelkinder aufwachsen. Baden geh ich. Und spazieren. Die Enkelkinder erleben – das ist eine große Freude für mich.

Immer wieder stelle ich mir die gleichen Fragen nach dem „Warum“: Was wäre gewesen, wenn mein Sohn seine Freundin nicht die ganze Nacht lang in mehreren Diskotheken gesucht hätte. Wenn beide Handys gehabt hätten und sie ihn hätte anrufen können, dass sie krank sei und gar nicht zur Disko fährt. Wenn nicht Erntezeit gewesen und die Jungs ausgeruhter gewesen wären. Wenn mein Sohn und sein bester Freund nicht so viel getrunken hätten. Das hat er doch sonst nicht getan. Wenn sie nicht zu schnell gefahren wären. Wenn mein Kind selbst am Steuer gesessen hätte, anstatt das Auto seinem Freund zu überlassen. Warum hatte er das getan?

In mir regen sich oft Gewissensbisse. Ich habe meinen Sohn häufig abgeben müssen und hatte viel zu wenig Zeit mit ihm. Mit seinem Tod gibt kein Wiedersehen mehr, nicht einmal mehr am Wochenende.

Ich sehe René noch bei unserem letzten Beisammensein, wie er in der Küche vor dem Kühlschrank steht. Ich ermahne ihn nach Mütterart, er solle mit seinem neuen Auto ja ordentlich fahren. Und er reagiert wie alle Kinder: „Ja klar, Mama.“ Ob er mich dabei angesehen oder weggeguckt hat? Ich weiß es nicht.

Manchmal möchte ich auf meinen toten Sohn wütend sein: Wie konntest du mir das antun? Aber es geht nicht. Er ist doch mein Kind. Aber traurig bin ich noch, manchmal. Traurig darüber, welche Auswirkungen der Unfall auf meine beiden Enkelkinder hatte, die zu der Zeit noch gar nicht geboren waren.

Wenn ich noch ein einziges Mal etwas zu René sagen dürfte, dann das: Ich hab dich unendlich lieb.

Der Täter bekam drei Jahre und zehn Monate – ich lebenslang

Claudia Wagner

Bis zum 11. Juni 2014 habe ich mich oft selbst als einen der glücklichsten Menschen der Welt beschrieben, weil ich drei wundervolle Töchter habe. Mein Leben war nicht immer das einfachste, aber für mich war es perfekt.

Meine älteste Tochter Katharina ist jetzt 34 Jahre alt, Caroline ist 33 Jahre und meine Marie wäre heute 29 Jahre alt.

Der 11. Juni 2014 war ein wunderschöner Sommertag. Direkt nach der Arbeit war ich beim Sport. Gegen 20:00 Uhr war ich zu Hause und habe mir ein Essen gekocht. Ich erinnere mich, dass im Fernseher „Aktenzeichen XY“ lief.

Um kurz vor 21:00 Uhr läutete mein Telefon. Eine meiner drei Töchter war am anderen Ende. Ich wusste nicht sofort, welche es war, da alle drei ziemlich ähnliche Stimmen haben. Irgendwann erkannte ich Katharina, die immer wieder in den Hörer rief: „Mama, Mama, Mama!“ und ich sagte: „Was ist los, was ist passiert?“ In diesem Moment wusste ich schon, dass etwas Schlimmes passiert war. Aber alles, was in meinem Kopf an Szenarien vorbeirrte, sollte von den nächsten drei Worten mit der Wucht eines unbeschreiblichen Schmerzes überboten werden. „Marie ist tot!“ In meinem Sprachgebrauch lassen sich nicht ansatzweise Wörter finden, die diesen Moment, die diese Gefühle beschreiben könnten. Ich erinnere mich, dass

ich mehrmals dachte, ich schlafe und träume gerade den schlimmsten Albtraum, den man sich nur vorstellen kann. Ich wusste aber gleichzeitig, dass es Realität war.

Ich habe immer wieder Maries Namen geschrien, und es hat sich angefühlt, als würde in meinem Körper ein Sprengsatz explodieren. Die Schmerzen waren nicht auszuhalten, und ich ahnte in dem Moment bereits, dass diese seelischen Schmerzen meine ständigen Begleiter bis an mein Lebensende sein werden.

Marie war gerade 18 Jahre alt, hatte ihr „Einser-Abi“ in der Tasche und steckte voller Zukunftspläne. Sie war eine leidenschaftliche Volleyballspielerin und Kapitänin ihrer Mannschaft. Am 4. August wäre sie als Au-pair für ein Jahr in die USA geflogen. In einem Ort, eine halbe Stunde von Washington, D.C., entfernt, wollte sie bei einer wundervollen Familie mit vier kleinen Kindern wohnen und arbeiten. Das sollte ihr größtes Abenteuer werden.

Direkt nach dem Abi war sie mit Klassenkameradinnen eine Woche in Bulgarien gewesen, um das Ende der Schulzeit und den Start ins neue Leben zu feiern. Danach war sie zwei, drei Tage zu Hause und ist dann zu ihrer großen Schwester nach Bayern gefahren, die damals dort studierte. Die beiden haben wunderschöne Tage zusammen verbracht, waren schwimmen, feiern, hatten Zeit für Gespräche und haben es einfach genossen, zusammen zu sein.

Am Abend des 11. Juni 2014 wollten sie im wenige hundert Meter entfernten Naherholungsgebiet noch eine Runde mit Inlinern drehen. Sie entschieden sich für die große Runde, bei der sie eine Straße überqueren mussten.

Marie wurde dort von einem Raser mit mindestens 150 km/h erfasst. Sie hatte keine Chance. Katharina befand sich knapp einen Meter hinter ihr.

Der Täter war 26 Jahre alt und stand unter Drogen und Alkohol. Er bekam drei Jahre und zehn Monate Haft – aber nur, weil er bereits vorbestraft war, sonst wäre die Strafe



wohl geringer ausgefallen. Ich habe mich oft gefragt, in welchem Verhältnis dieses Strafmaß zum Tod meines Kindes steht. Wie denken die Menschen, die das Strafgesetzbuch entwickelt haben, und wie diejenigen, die über die Höhe solcher Strafen entscheiden? Ich habe in all den Jahren keine Antwort gefunden. Es ist für mich ein respektloser Schlag ins Gesicht: drei Jahre und zehn Monate für das Leben meines Kindes! Ich habe lebenslang bekommen. Mein Leben war viele Jahre nicht mehr bunt. Bis heute ist es immer noch von grauen Fäden durchzogen, aber die Farbe setzt sich immer öfter durch.

Ich fühle mich unvollkommen und hätte mir nie vorstellen können, dass der Schmerz des Vermissens so immens sein kann. Ich vermissee Marie jeden Tag. Ich vermissee es, sie an der Hand zu halten. Ich vermissee ihre Stimme. Ich vermissee den Duft ihrer Haare. Ich vermissee unsere Gespräche, unsere albernen Momente und ihr helles Lachen. Und ich vermissee, mit ihr im Auto laut zu singen.

Mein großes Glück sind meine beiden Töchter. Die ersten Nächte nach Maries Tod haben wir zusammengekuschelt in Maries Bett verbracht und versucht, uns immer wieder damit zu trösten, dass Marie nicht leiden musste, dass alles so schnell ging, dass sie wahrscheinlich (und hoffentlich) nichts mehr mitbekommen hat. Wir haben uns immer und immer wieder gesagt, dass Marie 18 wunderschöne Jahre hatte und dass sie ihre Zeit und ihr Leben wirklich genossen hat. Und immer wieder haben wir uns beteuert, dass Marie es niemals gewollt hätte, dass wir aufgeben und daran zerbrechen. Am liebsten hätte ich damals aufgegeben, denn das wäre für mich bestimmt der einfachere Weg gewesen. Aber dafür liebe ich meine Kinder viel zu sehr. Ich wollte nicht, dass es ihnen durch mich noch schlechter ging.

Also begann ich einen Kampf, der wahrscheinlich nie enden wird. Dieses Wissen ist nur schwer zu ertragen. Nachdem ich wochenlang kaum aus dem Bett kam und mir außer meinen Kindern fast alles egal war, kam eine weitere Hürde auf mich zu, abgesehen von der großen finanziellen Einschränkung: der Kampf gegen Krankenkasse und Medizinischen Dienst. Immer wieder wurde ich aufgefordert, eine Reha-Maßnahme anzutreten, weil dies „das Beste für mich sei“. In vielen Gesprächen musste ich begründen, warum das meiner Meinung nach nicht das Beste für mich war. Als wenn irgendjemand auf der Welt

besser als ich selbst wüsste, was mir guttut und was nicht, habe ich damals gedacht. Letztendlich habe ich keine Reha angetreten.

Ich hätte diese Zeit ohne meine Familie und ohne meine Freunde niemals überstanden. Meine Töchter, Brüder, Schwägerinnen und Freundinnen waren immer für mich da.

Eine weitere große Belastung stand mir und uns bevor: der Prozess. Meine Familie und Freundinnen von Marie haben mich dorthin begleitet.

In der Zeit vor dem Prozess ließ ich sogar Fantasien zu, den Mörder - und das war er in meinen Augen - zu töten. Aber zum Glück waren das nur kurzzeitige Gedanken, denn das wäre nicht ich gewesen, das hätte absolut nicht zu meiner Lebensphilosophie gepasst.

Den Täter dann zu sehen, war unerträglich. Noch schlimmer waren für mich die Wortwahl des Anwalts der Gegenseite und dass kein Wort der Entschuldigung oder des Mitgefühls seitens des Täters kam. Ich habe es nicht geschafft, während des ganzen Prozesses im Gerichtssaal zu bleiben, weil es einfach zu schmerzhaft war. Ich wollte nicht noch weitere belastende Bilder in meinem Kopf haben.

Im Laufe der Jahre ist meine Wut und mein Hass dem Täter gegenüber in eine Art Gleichgültigkeit umgeschlagen. Zum Glück, denn ich möchte nicht, dass er irgendeinen Raum in meinem Leben einnimmt.

Nach ungefähr einem halben Jahr habe ich eine ambulante Psychotherapie begonnen. Sechs Wochen lang war ich von morgens um 8:00 Uhr bis nachmittags um 16:00 Uhr in einer Klinik. Der Aufenthalt war für mich sehr anstrengend, immer wieder musste ich fremden Menschen meine Geschichte erzählen. Die Sorgen der anderen Patienten waren für mich zu dem Zeitpunkt wenig nachvollziehbar. Ich weiß noch genau, dass ich immer wieder dachte: „Ihr alle könnt an eurer Situation etwas ändern. Ich nicht. Meine Geschichte ist nicht revidierbar.“ Heute weiß ich, dass meine Einstellung unfair war. Was ich aus diesen sechs Wochen mitgenommen habe? Ich habe wieder ein kleines bisschen Tagesstruktur in mein Leben bekommen.

Es ist wirklich krass. Aber wenn man so einen Verlust erlitten hat, dann können sich schon die kleinsten Dinge

des Tages wie das Erklimmen des Mount Everest anfühlen. Mir fehlten Kraft, Energie und Lebensfreude. Hinzu kam, dass ich seit dem Unfall mit heftigen Schlafproblemen zu kämpfen habe. Wenn ich abends erschöpft einschlafe, werde ich kurze Zeit später wieder wach. Ich kann nachts nicht wach in meinem Bett liegen, weil dann Bilder in meinem Kopf erscheinen, die ich nicht ertrage. Also wandere ich rüber ins Wohnzimmer, schalte den Fernseher ein (der es immer wieder schafft, mich von meinen negativen Gedanken abzulenken) und schlafe wieder ein. Irgendwann gehe ich rüber in mein Bett, kann wieder nicht einschlafen, und das Spiel startet erneut vor dem Fernseher. So geht es oft die ganze Nacht.

Ich bin seit 2015 in einer Psychotherapie. Ich habe das Glück, eine wundervolle Therapeutin zu haben, bei der ich schon ein Meer an Tränen lassen konnte.

Seit Anfang 2016 bin ich wieder im Berufsleben. Ein Glück, dass sich mein damaliger Arbeitgeber mir gegenüber nicht gerade mitfühlend verhalten hat. So bin ich dazu gekommen, mein Geld mit dem zu verdienen, was ich eigentlich mein ganzes Leben schon machen wollte: mit Kindern zu arbeiten. Das ist zwar ganz schön anstrengend, aber man bekommt so unendlich viel zurück. Die Tätigkeit ist das Richtige für mich. Seit Maries Tod begleiten mich immer wieder depressive Phasen. Ich habe es aber immer irgendwie geschafft, mich zu berappeln. In den „guten“ Phasen kann ich auch wieder eine Art Glück empfinden und mich an kleinen Dingen erfreuen. Aber es

war und ist nie das gleiche Glück, wie ich es vor dem 11. Juni 2014 empfunden habe. Das Glücksgefühl ist immer überzogen von einem Hauch Traurigkeit.

Mein Leben hat sich im Sommer 2019 noch einmal gravierend geändert. Ein Enkelchen wurde geboren. Meine kleine Lebensretterin! Während der Schwangerschaft meiner Tochter Caroline ist mir eins ganz klar geworden: Ich wollte um nichts auf der Welt, dass meine Enkelin irgendwann zurückblickt auf eine immer traurige und weinende Oma. Meine kleine Mila soll sich an eine lustige und manchmal etwas verrückte Oma erinnern. Ich glaube, das ist mir bisher ganz gut geglückt. Dafür bin ich sehr, sehr dankbar. Die depressiven Phasen sind seltener geworden und dauern nicht mehr so lange.

Tatsächlich hat es dann nochmals fast sechs Jahre gedauert, bis ich da war, wo ich heute bin. Die Zeit heilt alle Wunden? Das mag oft zutreffen, aber nicht, wenn man sein Kind verloren hat. Der Schmerz des Verlustes trifft mich manchmal mit fast der gleichen Wucht wie vor elf Jahren.

Was mir von Anfang an gutgetan hat, war alle zwei Wochen der Besuch im Westfalenstadion. Ich bin eine von 80.000 und stehe auf der Süd. Dort kann ich meinen Emotionen freien Lauf lassen. Ich kann schreien und die Mannschaft anfeuern. Vor Spielbeginn wird der Song „You'll Never Walk Alone“ gesungen. Ich brülle das Lied mit, für Marie, schaue in den Himmel zwischen den Stadionsdächern und meine Tränen fließen. In diesen Minuten bin ich Marie ganz nahe.



Seit diesem Jahr (2025) habe ich nach all den Jahren wieder Dinge gemacht, die lange in meinem Leben pausiert haben. Ich habe zum ersten Mal wieder meinen Geburtstag mit Freunden gefeiert. Und ich bin abends zum ersten Mal wieder ausgegangen – und es hat sich gut angefühlt. Nicht so wie früher, aber gut.

Meine Familienangehörigen und ich sind humorvolle Menschen. Ich bin mir sicher, dass mir unser Humor sehr geholfen hat.

Geholfen hat mir auch der Tapetenwechsel, raus aus dem Alltag, und sei es auch nur für ein Wochenende. Jetzt gerade bin ich beim Schreiben dieser Geschichte auf Norderney, meiner Lieblingsinsel und unserer „Familieninsel“. Ich war mit meinen Töchtern mindestens einmal im Jahr dort. Ich bin wirklich sehr froh, dass ich mich wieder traue, hierhin zu fahren. Es gibt so viele Orte und Erlebnisse, die mich an mein altes, wunderschönes Leben erinnern. Aber ich kann mittlerweile hier sein, ohne dass mich der Schmerz auffrisst. Manchmal muss ich sogar schmunzeln, wenn ich an unsere gemeinsamen „verrückten“ Tage auf der Insel denke.

Schritt für Schritt gehe ich weiter. Mein Weg hat mich aber auch zu einem klaren Ziel geführt: Ich möchte verhindern, dass andere Familien ein ähnliches Schicksal erleiden müssen. Deshalb engagiere ich mich seit Jahren gemeinsam mit der Dortmunder Polizei in der Verkehrsunfall-Präventionsarbeit. Im „Crash-Kurs NRW“ wollen wir aufklären, sensibilisieren und Menschen berühren, vor allem junge Fahrerinnen und Fahrer. Verantwortung im Straßenverkehr bedeutet, Leben zu schützen, das eigene und das von anderen. Jeder schwere Unfall, der verhindert werden kann, ist ein gerettetes Leben, ist eine Familie, die nicht aufgrund eines schlimmen Erlebnisses zerbricht. Wenn meine Geschichte dazu beitragen kann, auch nur ein einziges Leben zu bewahren, dann lebt ein Teil von Marie weiter in jedem Menschen, der im Straßenverkehr bewusst und verantwortungsvoll handelt.

Für meine Zukunft wünsche ich mir, dass ich Schritt für Schritt weitergehe, mit all meinen Lieben, mit noch vielen kunterbunten Momenten und mit Marie im Herzen.

FREUNDE

Freunde sind Menschen, mit denen eine Beziehung besteht, die auf gegenseitiger Zuneigung, Sympathie und Vertrauen basiert. Eine Freundschaft ist eine „Wahlverwandtschaft“, die Unterstützung, Akzeptanz und Ehrlichkeit bietet.



Nie mehr gemeinsam lachen

Wulf Hoffmann

Kommt ein Mensch im Straßenverkehr ums Leben, sind durchschnittlich 113 Menschen unmittelbar betroffen. Diese Zahl kannte ich.

Völlig unerwartet, nach einem Telefonat mit einer Freundin, ist dies für mich keine abstrakte Zahl mehr. Unvermittelt zählte ich selbst zu diesen Betroffenen: Ich habe einen meiner engsten Freunde verloren.

Wir haben uns dienstlich im Dezember 1991 kennengelernt und hatten seitdem ein sehr enges Verhältnis. Wir haben zusammen Doppelkopf gespielt und waren mehrfach gemeinsam im Urlaub gewesen.

Nach Corona hatten wir begonnen, die Geburtstage des Jahres jeweils gemeinsam an einem Wochenende zu feiern. Bei runden Geburtstagen gab es dann auch ein Geschenk für den jeweiligen Jubilar. Zu meinem 70. Geburtstag hatte ich beispielsweise eine Bulli-Tour mit Weinverkostung in den Weinbergen der Mosel geschenkt bekommen. Im letzten Jahr haben wir eine Donau-Fluss-schiffahrt unternommen und die Partnerin von meinem Freund hatten wir zu einem Kaffee ins Hotel Sacher eingeladen. Zum Geburtstag meiner Frau hatten die Freunde eine Karte in der Elbphilharmonie für Beethovens 9. Sinfonie organisiert und wir hatten aus diesem Anlass einen Wochenendaufenthalt in Hamburg geplant.

Als das Telefon im März 2025 klingelte und anzeigte, dass unsere Freundin anruft, hatte ich zunächst gedacht, dass sie mit uns die konkreteren Pläne und Details für dieses Wochenende abstimmen wollte. Entsetzt hörte ich meine Frau laut aufschreien und schluchzen. Wir erfuhren von der völlig aufgelösten und verzweiferten Freundin, dass ihr Mann, unserer langjähriger enger Freund, von einem Pkw-Fahrer angefahren und getötet worden war. Es geschah auf dem Heimweg von einer Veranstaltung, keine 200 Meter von seinem Haus entfernt.

Unmittelbar nach dem Anruf war ich unfähig, klar zu denken, der Schmerz über den Verlust erinnerte mich an die

vielen Pläne, die wir noch gemeinsam hatten. Zu zweit hatten wir eine Radtour auf dem Elberadweg in Richtung Süden gemacht und ganz konkrete Pläne geschmiedet, dies in Richtung Norden zu wiederholen. Eine gemeinsame Rundreise mit dem Pkw um die Ostsee nahm konkretere Formen an – alles vorbei, wir können alle dies Pläne nicht mehr realisieren.

Ich habe nach der Todesnachricht vielfältige Aktivitäten entwickelt, die mich ablenkten. Mit Anrufen und E-Mails bei den Pensionären der Polizei in beiden Ländern, in denen mein Freund dienstlich tätig war, habe ich beispielsweise über sein Ableben und die Beerdigung informiert und versucht, den Opferschutz für seine Partnerin und seine Angehörigen zu organisieren. Aber in den Ruhephasen dazwischen kam die kaum zu bewältigende Trauer. Meine Gedanken kreisten stetig um meinen Freund und darum, dass ich niemals mehr mit ihm reden und lachen kann, nichts mehr mit ihm gemeinsam erleben kann. Ich konnte mich noch nicht einmal von ihm verabschieden. Ich erinnere mich nicht mehr, was unsere letzten Worte am Telefon waren.

Erst nach einigen Wochen habe ich in einem Gespräch mit einer versierten Trauma-Expertin etwas Ruhe gefunden, habe Trauer und Gefühle zugelassen.

Was war passiert?

Berichterstattung des NDR

Am frühen Dienstagabend ist ein Mann von einem Auto erfasst und tödlich verletzt worden. Laut Polizei wollte der 78-Jährige gegen 18:30 Uhr eine Straße überqueren, als er von dem Wagen eines 59-Jährigen erfasst wurde. Der Autofahrer habe nicht mehr rechtzeitig bremsen können, hieß es von der Polizei weiter. Trotz Wiederbelebungsversuchen starb der 78-Jährige noch an der Unfallstelle.



Ich war in den 1980er-Jahren im Verkehrsunfalldienst (VUD) Braunschweig für die Aufnahme von schweren Verkehrsunfällen zuständig. Wir mussten auch die Benachrichtigung von Angehörigen der Verkehrsoffer übernehmen. Die Gespräche mit Eltern, Geschwistern und Ehepartnern waren die schwersten und belastendsten Aufgaben. Damals gab es noch keine Unterstützung durch Kriseninterventionsteams oder die Notfallseelsorge.

Als Angehöriger des VUD hat man nach der Vielzahl der Tatortaufnahmen eine gewisse Erfahrung, welche Ursachen zu dem Unglück geführt haben. Als ich deshalb das Bild mit den Beschädigungen am Fahrzeug des Verursachers gesehen habe, war mir sofort klar, dass hier die Anstoßgeschwindigkeit weit über den innerorts zulässigen 50 km/h gelegen haben musste. Der Gutachter bestätigte diesen Verdacht und kam zu dem Ergebnis, dass mindestens 90 km/h vorzuwerfen sind. Noch mit 55 km/h wäre die Kollision für den Pkw-Fahrer vermeidbar gewesen. Natürlich wäre der Zusammenstoß auch von meinem Freund zu verhindern gewesen, wenn er das herannahende Auto wahrgenommen und die Straße nicht in diesem Moment überquert hätte. Aber muss man wirklich innerorts mit Fahrzeugen rechnen, die sich mit fast 100 km/h nähern? Mein Freund war als Polizeibeamter gewohnt, sich auf der Straße zu bewegen, den Verkehr zu beobachten und sein Verhalten darauf einzurichten. Wenn er gleichwohl

in der Mitte der Fahrbahn weitergegangen ist, war für ihn der herannahende Pkw von rechts noch so weit entfernt, dass er mit keiner Gefahr gerechnet hatte. Davon bin ich überzeugt.

Es ist müßig darüber zu spekulieren, er kann nicht mehr dazu befragt werden. Mein Freund wurde getötet.

Der Pkw-Fahrer behauptete zudem, der Fußgänger habe hinter einem Baum gestanden und wäre ihm direkt vor das Auto gesprungen. Diese Version wurde ein paar Tage später auch noch von „Zeugen“ bestätigt, die genau das ebenfalls gesehen haben wollten.

Auch wenn es jedem Beschuldigten in unserer Rechtsordnung freisteht, zu lügen und Schutzbehauptungen aufzustellen, hat diese Behauptung am Abend des Vorfalls dafür gesorgt, dass die ermittelnden Kollegen weniger die Trauer der Angehörigen im Fokus hatten, sondern eher hartnäckige Fragen dazu, ob der Getötete lebensmüde gewesen sei und welche Probleme er denn gehabt habe.

Für seine Partnerin, die gerade erfahren hat, dass ihr Mann tödlich verletzt wurde, und für weitere Familienangehörige meines Freundes wäre hier eher eine empathische, sensible Opferbetreuung erforderlich gewesen als bohrende Fragen.

Die Behauptungen des Täters und der Zeugen zum Ablauf konnten gutachterlich schnell widerlegt werden, da der Pkw für meinen Freund von rechts gekommen sein musste. Das belegten die Anstoßspuren am Fahrzeug. Bei einem Verbergen hinter einem Baum und dem Hervorspringen vor das Auto hätte der Anstoß aber von links erfolgen müssen. Die Anstoßstelle am Pkw auf der rechten Seite zeigte zudem, dass mein Freund auf der zweiten Fahrbahnhälfte schon fast in Sicherheit gewesen war.

Was den Fahrzeugführer abgelenkt hat, kann nur spekuliert werden. Die Falschaussagen von Zeugen, die die Version des Fahrers stützen sollten, zeigen zudem deutlich, mit welchen strafrechtlich relevanten Mitteln hier der Versuch unternommen wurde, trotz der nachweisbar viel zu hohen Geschwindigkeit eine Täter-Opfer-Umkehr vorzunehmen.

Das machte es für uns Hinterbliebene fast unerträglich. Zu der Trauer gesellte sich Wut über die Vorgehensweise des Täters und der falschen Zeugen sowie Enttäuschung über die anfängliche mangelnde Sensibilität der Ermittlungsbehörden. Dankbar haben wir die spätere intensive Betreuung der Witwe durch die Polizei empfunden.

Die Gerichtsverhandlung steht heute, während ich diesen Beitrag schreibe, noch aus. Ich habe mir fest vorgenommen, an diesem Termin teilzunehmen, um dem Täter bei der Verhandlung direkt in die Augen zu schauen. Ich hoffe, dass er nie wieder die Möglichkeit bekommt, jemanden mit dem Pkw zu töten.

Zu meiner Person:

Seit 1969 war ich Polizeibeamter und wurde 2012 pensioniert. Aufgrund der intensiven Befassung mit Themen der Verkehrssicherheit – insbesondere in den letzten zehn Jahren als Verkehrsreferent des Innenministeriums Sachsen – habe ich zusammen mit weiteren Verkehrsreferenten, Vertretern der Deutschen Hochschule der Polizei und Psychologen mit Trauma-Expertise die Verkehrsunfall-Opferhilfe Deutschland e.V. (VOD) mitgegründet und engagiere mich weiterhin als Vorstandsmitglied der VOD für die Verkehrssicherheit zur Vermeidung von Verkehrsopfern.

RETTUNGSKRÄFTE

Männer und Frauen bei Rettungsdiensten, Feuerwehr und Polizei setzen täglich ihr Leben und ihre Gesundheit ein, um anderen Menschen zu helfen.



Bei einem illegalen Autorennen auf der Autobahn im Dezember 2023 verlor einer der beiden 20-jährigen Fahrer bei einer Geschwindigkeit von rund 200 km/h die Kontrolle über seinen Wagen und kollidierte mit dem Auto einer Mutter und ihrer Tochter. Beide starben in dem brennenden Fahrzeug.

„Der Einsatzleiter der Feuerwehr schilderte, wie er zunächst geglaubt habe, alle Insassen seien dem brennenden Fahrzeug entkommen – bis er in den Flammen zwei Menschen erkannte. Der erfahrene Feuerwehrmann, der mehr als 30 Jahre im Dienst war, ist seit dem Einsatz dienstunfähig. ‚Ich war noch nie in meinem Leben so traurig wie in den vergangenen eineinhalb Jahren‘, sagte er. Noch heute reichen bestimmte Geräusche oder Gerüche, um die Erinnerungen an die Unfallnacht zurückzubringen.“

Dauernd klingelten Handys in den Gepäckstücken

Anni*

Ein Bus ist am Sonntagmorgen zehn Meter tief von einer Brücke gestürzt. Der Doppelstockbus war mit 66 Fahrgästen aus Dänemark von einer Ferienfreizeit auf dem Weg in die Heimat, als er nach rechts von der Fahrbahn abkam, die Leitplanke durchbrach und auf einen tiefer gelegenen Wirtschaftsweg stürzte.

In dem Unglücksbus waren Jugendliche im Alter zwischen 16 und 20 Jahren auf dem Weg von Nordspanien nach Hause. Kurz vor dem Unfall soll der erfahrene Busfahrer seinen Kollegen am Steuer abgelöst haben.

Danach geschah es: Der Bus kam aus unbekannten Gründen nach rechts ab, streifte die Leitplanke, durchbrach sie. Das Fahrerhaus blieb noch daran hängen. Das Heck stürzte zehn Meter tief und stauchte den ganzen Bus zusammen.

Hilfskräfte schilderten das entsetzliche Bild: Verletzte lagen auf der Autobahn und auf dem Feldweg. Jugendliche halfen anderen, aus dem Bus zu klettern. Andere Opfer waren zwischen den zusammengedrückten Sitzen eingeklemmt.

Die Schwerstverletzten saßen oben, unter dem völlig eingebeulten Dach. Für die Rettungskräfte waren das die schlimmsten Momente: zu warten, bis sie befreit werden konnten, ihnen zuzureden.

Für zwei Jugendliche kam jede Hilfe zu spät. Sechs der 50 Verletzten schwebten noch Stunden später in Lebensgefahr. (dpa)

An einem frühen Sonntagmorgen weckte mich der Piepser. Die kurze Funkmeldung für die Einsatzgruppe lautete: „Ein Bus ist von der Autobahn abgekommen“. Mir war sofort klar, dass dies ein besonderer Einsatz wird. Im Nachhinein ein Einsatz, der mein Leben veränderte.

Zu dem Zeitpunkt war ich in der Ausbildung zur Rettungshelferin. Bei meinen Fahrten mit dem RTW hatte

ich schon einiges erlebt und war mit dem Schicksal der Menschen, denen wir im Notfall geholfen haben, ganz gut klargekommen.

Bis auf einen Einsatz, bei dem wir zu einem jungen Mann, etwa in meinem Alter, gerufen wurden. Auf der Hinfahrt fragte mich der Assistent wie immer danach, was mich am Einsatzort erwarten würde. Da wir wussten, dass es sich um einen Leukämiekranken handelte, antwortete ich wie gelernt, dass der Patient wohl müde und blass sei, wahrscheinlich abgemagert und antriebslos. Diese Vorbereitung war für mich als Anfängerin wichtig, um vor Ort professionell und schnell handeln zu können und nicht erst das Wahrgenommene verarbeiten zu müssen. Worauf ich nicht vorbereitet war, war die verzweifelte Mutter, die immer wieder rief: „Was passiert mit meinem Kind?“

Auf dem Weg zum Krankenhaus lernte ich den jungen Mann ein wenig kennen. Er lächelte mich immer wieder mit seinen strahlend blauen Augen an. Diese Augen werde ich nie vergessen. Er versuchte, mir beim Aufpumpen der Manschette zum Messen des Blutdrucks zu helfen, war aber selbst dazu zu schwach. Er versuchte, mit mir zu reden, konnte aber nur unverständlich flüstern. Mir gelang es bei der Fahrt im RTW immer weniger, lediglich mitzufühlen und nicht mitzuleiden. Kurz vor dem Krankenhaus legte er seine Hand auf meine und sagte klar und deutlich: „Ich habe Angst. Ich will nicht sterben.“

Er starb noch in der Nacht.

In den Tagen nach dem Einsatz wurde ich immer schweigsamer. Bei einer Fahrt mit meinem Auto habe ich beim Rechtsabbiegen einen Radfahrer geschnitten, der mich daraufhin böse beschimpft hat. Als er weg war, bin ich eine Weile im Auto sitzengeblieben und habe nur noch geweint. Eines Abends wollten mich meine Freunde zu einem Kinobesuch einladen. Ich habe geschrien: „Lasst mich doch einfach in Ruhe!“

*Name geändert.

Ich wollte aus dem Rettungsdienst ausscheiden, ließ mich aber überreden, an einer Fortbildung teilzunehmen, und landete schließlich in der Leitungsgruppe, wo ich Einsätze koordinieren durfte.

So auch an diesem Sonntagmorgen. Die Nachrichten vom Unfallort überschlugen sich. Auf den Bildern sah ich nach und nach das ganze Unheil dieses Unglücks. Ich bekam mit, wie verzweifelt und tatenlos die Rettungskräfte zusehen und warten mussten, bis der Bus von einer Spezialfirma gesichert wurde, sodass sie zu den Schwerstverletzten gelangen und endlich helfen konnten – sofern das noch möglich war. In zwei Fällen gelang dies nicht, sie starben noch am Unfallort. Bei vielen Schwerverletzten war unklar, ob sie überleben würden. Rettungshubschrauber brachten sie in umliegende Krankenhäuser.

Die leicht verletzten Jugendlichen kamen zu uns in die Leitstelle und wurden dort medizinisch versorgt. Sie konnten auf Feldbetten ruhen, sich mit Getränken und belegten Brötchen stärken und über das Erlebte reden.

Die Polizei hatte alle Gepäckstücke geborgen, die noch im Bus und weit verstreut auf dem Gelände lagen. Die Taschen, Koffer und Rucksäcke waren in einem versiegelten Raum untergebracht. Durch die verschlossene Tür drang beißender Benzingeruch.

Immer und immer wieder klingelten Handys in den Gepäckstücken.

Die Nachricht von dem Unfall hatte sich rasend schnell verbreitet. Überall lauerten Schaulustige, Reporter und Kameralleute auf Neuigkeiten, und so hatten wohl auch viele



Eltern in Dänemark von dem schlimmen Unfall erfahren. Wir konnten dieses Klingeln nach einer Weile kaum mehr ertragen. Was geht in Müttern und Vätern vor, die wissen wollen, ob ihr Kind bei den Verletzten oder Getöteten ist – und niemand kann ihnen Auskunft geben? Man nimmt doch automatisch an, dass ein Kind, das sich nicht an seinem Handy meldet, betroffen ist. Und wir konnten die Situation nicht auflösen. Hilflosigkeit ist grausam.

Einen schwer verletzten dänischen Jungen, der mit dem Hubschrauber ins Krankenhaus geflogen worden war, habe ich dort zwei Wochen später besucht. Er berichtete mir, dass beim Unfall eine Leitplanke die Kehle eines Jungen wie mit einem Messer aufgeschlitzt habe. Ein Jahr nach dem Unfall hat er mich zusammen mit seiner Familie besucht und mir seine Verletzungen gezeigt. Sein rechtes, vernarbtes Bein sah aus, als hätte ein Hai ein Stück herausgebissen. Er ging immer noch an Krücken. Wir sind gemeinsam zur Unfallstelle gefahren. Ich vermute, dass er und seine Angehörigen dieses Erlebnis gebraucht haben, um mit der Tatsache fertig zu werden, dass sie Teil dieses tragischen Geschehens waren. Niemand hat geredet, die Stimmung war bedrückend. Alle haben nur eine Weile lang still geschaut.

Zufällig und völlig unvorbereitet ging ich wenige Tage nach dem Unfall an dem Gelände einer Bergungsfirma vorbei. Dort stand der Unfallbus, deformiert, die Scheiben geborsten, die Vorhänge wehten im Wind.

Zwei Tropfen haben das Fass dann wohl zum Überlaufen gebracht: Der Junge mit den strahlend blauen Augen und der Busunfall. Ich fühlte: Ich will nicht mehr! Ich kann das nicht mehr!

Ich hatte im Rettungsdienst eine schöne Zeit, die ich nicht missen möchte. Wir haben Menschen erfolgreich geholfen und viel Freizeit miteinander verbracht. Aber nun war Zeit für einen Neuanfang.

Heute habe ich eine Familie und zwei Kinder. Und ich bin Lehrerin an einer Grundschule – und das ist gut so.

Irgendwann war Schluss

Björn Bäuerle

Bei 15 Jahren Rettungsdienst und parallel 20 Jahren Feuerwehrdienst kommt einiges zusammen: Erlebnisse, Eindrücke, Erfahrungen, Unglaubliches und ganz viel Leid. Leid, das jedem Menschen jeden Tag widerfahren kann.

Ein Tag im Mai 2017

Den genauen Wochentag habe ich vergessen. Ich weiß nur noch, dass es kein Wochenende war. Ich war auf dem Kommandowagen als Melder eingeteilt. Meine Schicht begann an diesem Tag um 7:00 Uhr auf der Feuerwache. Der Vormittag verhielt einen ruhigen Tag mit wenigen Einsätzen. Das Wetter war schön. Strahlend blauer Himmel an einem langsam wärmer werdenden Frühlingstag.

Was genau im Verlaufe eines Tages noch alles passiert, weiß man im Vorfeld nicht. Das gilt für die negativen wie für die positiven Ereignisse im Leben. So auch an diesem herrlichen Frühlingstag. Ich war ahnungslos. Nach dem Mittagessen ging ich in den Sportraum, um hier wie üblich allein meinen Sport zu machen.

Um etwa 13:30 Uhr kam der Alarm: Verkehrsunfall 1!

Hinter diesem Stichwort steckt in der Regel kein schwerer Unfall. Meist ist nur ein einziger Pkw beteiligt und keine Person schwer verletzt. Oft umfasst das Stichwort eine eher unklare Lage vor Ort, bei der die anrückenden Kräfte der Feuerwehr gar nicht tätig werden müssen. Standardmäßig werden ein Kommandowagen und ein Hilfeleistungs-Löschfahrzeug alarmiert.

Das Licht ging an, gefolgt von einem Alarmton und einer blechern klingenden Durchsage über die Lautsprecher: Einsatzstichwort, Adresse und Information darüber, welche Einheiten alarmiert wurden. Parallel folgte das routinemäßige Ausrücken: Gang über den Flur zu einer der Rutschstangen. Ankommen in der Fahrzeughalle. Anziehen vor dem Fahrzeug. Jedes Mal das Gleiche, etwa drei- bis viermal pro Schicht. Routine.

Wir waren zu einem Verkehrsunfall mit unklarer Lage gerufen worden. Die Adresse war eine Straße, die wir gut



kannten. Ich war der Fahrer, mein Leitungsdienst saß auf dem Beifahrersitz: Motor starten, Licht an, Blaulicht an und losfahren zur bekannten Adresse. Routine.

Direkt nach dem Losfahren kam der Funkruf: Verkehrsunfall 3!

Alarmiert wurden mit dem erhöhten Stichwort automatisch ein Löschzug sowie – wegen der Unfallbeteiligung eines Busses oder eines anderen schweren Fahrzeugs – ein Rüstzug mit Sonderfahrzeugen zur Bergung bzw. Rettung. Die Leitstelle informierte uns, dass dort erneut mehrere Notrufe eingetroffen waren und dass ein Kind von einem Linienbus erfasst worden war.

Wir wussten, dass wir die ersten Hilfskräfte am Unfallort sein würden.

Dort angekommen, erhielt ich von meinem Leitungsdienst den Befehl, sofort nach vorne zu gehen und zu schauen, welche Hilfe benötigt wird. Die anderen Rettungsfahrzeuge waren zu diesem Zeitpunkt noch unterwegs. Ich rannte los und erblickte auf der linken Seite des Busses ein Kind, das auf dem Boden lag. Als ich bei ihm ankam, traf auch das Team des ersten RTW ein. Zum Glück, jetzt waren wir zu dritt.

Vor dem Bus lag ein Junge mit aschfahler Gesichtsfarbe. Auf den ersten Blick waren keine schlimmeren Verletzungen erkennbar. Klar war, er musste reanimiert werden. Keine Atmung. Kein Puls. Bei solch einem Trauma weiß man um die geringen Überlebenschancen. Aber man tut alles. Alles, um das Leben des Kindes zu retten.

Bis der Notarzt eintraf, hatten wir das Kind reanimiert, intubiert, beatmet und intravenöse Zugänge in den Ellenbeugen gelegt, um Infusionen und Medikamente verabreichen zu können.

Der Linienbus hatte das Kind mit dem linken Vorderrad überrollt, so wurde uns berichtet. Später erfuhren wir, dass der achtjährige Junge seine Mutter vom Bus abholen wollte und beim Überqueren der Straße wohl nur in eine Richtung geschaut hatte.

Ein Sichtschutz wurde errichtet, um der anwachsenden Ansammlung von Schaulustigen die Sicht zu verdecken.

Der Notarzt traf ein und unterstützte uns. Die nach und nach ankommenden Kräfte von Feuerwehr und Polizei hatten nicht viel zu tun, da es nur ein einziges Unfallopfer gab, den Jungen. Der Busfahrer wurde von einem Kriseninterventionsteam betreut.

Das Beatmen des Kindes erfolgte ohne jeglichen Widerstand und wir mussten zuschauen, wie sich sein Gesicht, der Hals und der obere Brustbereich mit Luft füllten. Der Junge wurde blasser und blasser. Wie sich später herausstellte, war durch das Trauma seine Luftröhre abgerissen worden.

Der Notarzt ordnete den sofortigen Transport mit dem Rettungswagen in den Schockraum des nächstgelegenen Klinikums an.

Als ich mich umschaute, war alles anders als sonst. Keine Routine. Es herrschte vollkommene Stille unter den Einsatzkräften. Leere, betroffene, traurige Gesichter. Feuerwehrleute und Polizisten hatten Tränen in den Augen.

Zur Weiterführung der Reanimation während der Fahrt begleitete ich den Transport im Patientenraum des RTW.

In der Klinik wurde der Junge an das Team des Schockraumes übergeben. Ich verließ den Raum und ging ins Freie. Strahlend blauer Himmel, Vogelgezwitscher, Leute, die sich gut gelaunt unterhielten. Es fühlte sich an wie das Durchqueren einer Tür zurück in die normale Welt.

Der Junge wurde einige Minuten später für tot erklärt. Die inneren Organe waren zerquetscht, Gefäße des Kreislaufsystems sowie der Luftwege abgerissen worden. Becken und Beine waren zertrümmert. Er hatte keine Überlebenschance.

Bei dem Einsatz gingen mir viele Gedanken durch den Kopf, an das eigene Kind, an die Angehörigen des Jungen. Was ist, wenn sie von dem tragischen Unfall erfahren? Ab diesem Moment wird das Leben aller in seiner Familie, in seiner Schulklasse und bei seinen Freunden nicht mehr sein, wie es zuvor war.

Die Zeit danach

Bei meinem Beruf und nach solch einer Schicht kommt man nicht nach Hause, als ob nichts gewesen wäre. Man

kann nicht sagen: „Hi Schatz, heute hatte ich ein Kind so alt wie unsere Luna. Es wurde von einem Bus überrollt. Jetzt ist es tot“. Es ist an solchen Tagen, als ob man aus einer Parallelwelt kommt und zu Hause erst wieder ankommen muss.

Am Tag nach dem Einsatz gab es viele Gespräche. Viele nichtssagende und vielsagende Blicke. Das Ereignis war immer präsent. Aber der Tag ging weiter: Brandmeldealarme, Kleinbrände, Türöffnungen. Alles ging weiter wie gewohnt.

Unsere Tochter war zu dem Zeitpunkt des Unfalls ungefähr gleich alt wie der Junge. Wenn ich Luna auf den Arm nahm oder abends, wenn ich sie ins Bett brachte und ihre kleine Hand hielt, kamen die Erinnerungen hoch. Sie ließen nach einigen Wochen wieder etwas nach.

Wie viele Einsätze es bisher in meiner gesamten Dienstzeit waren, weiß ich nicht mehr: Suizide mit dem Strick, dem Messer, mit einem Sprung aus dem Fenster und mit einer Schusswaffe. Reanimationen, Verkehrsunfälle, Personen unter Zügen. Vier Tage Einsatz bei dem Hochwasser an der Ahr mit wieder viel Leid und vielen verzweifelten und angstgefüllten Menschen. Die Summe aller Erlebnisse macht's. Das Gute ist, dass ich nicht weiß, was alles noch kommen wird.

Irgendwann war Schluss.

Es mehrten sich die Grübeleien. Nachts konnte ich nicht mehr richtig schlafen. Immer wieder tauchten Situationen auf, die ich bei meinen Einsätzen erlebt hatte, manchmal ganz plötzlich und unerwartet. Ich hatte das Gefühl, mein Leben nicht mehr richtig im Griff zu haben und hatte Angst, die Kontrolle vollständig zu verlieren. Posttraumatische Belastungsstörung. Irgendwann war es auch der Alkohol, der zu meinem Begleiter und zu meinem Problem wurde.

Heute

Heute geht es mir gut. Ich bin seelisch wieder im Gleichgewicht. Ich trinke keinen Alkohol mehr und weiß besser als früher, wie ich mit belastenden Einsätzen umgehen muss.

Ich bin zuversichtlich, komme, was auch immer da kommen mag. Hoffentlich bleibt es so.

Diesmal war es anders

Jakob Canisius

Es war ein kalter, verregneter Wintertag, der sich langsam dem Ende neigte, während ich gemütlich auf dem Sofa lag und die Minuten bis zum Feierabend zählte. In wenigen Augenblicken sollte die Ablöse zum Nachtdienst da sein und gedanklich war ich schon bei meinen Freunden auf dem Weihnachtsmarkt, zu denen ich bald dazustoßen würde. Doch eine Rettungswache ist kein Büro – pünktlich nach Hause zu gehen oft nicht möglich. So auch an diesem Tag.

Der Melder schrillte auf: „Verkehrsunfall auf der Autobahn, Pkw unter Lkw“. Gemeinsam mit einem Notarzt-Einsatzfahrzeug und einem weiteren Rettungswagen rückten wir aus. Zu meiner Überraschung sah ich, dass ich der einzige Mitarbeiter des Tagdienstes war, alle anderen Kollegen waren bereits abgelöst. Außerdem befand sich nun eine unerfahrene Praktikantin auf meinem RTW. Als neu zusammengestelltes Team machten wir uns also im Dunkeln auf den Weg zur verregneten Autobahn.

Die Funksprüche überschlugen sich: Etliche Feuerwehrfahrzeuge und Rettungskräfte verschiedener Wachen wurden durch die Leitstelle koordiniert, die wiederum schnellstmöglich um neue Informationen bat, da die Lage vor Ort noch sehr unklar schien.

Auf der Anfahrt tauschten mein Kollege und ich uns darüber aus, welche Szenen uns vor Ort erwarten könnten und wie wir jeweils vorgehen würden. Nach wenigen Minuten erreichten wir den Unfallort, der bereits durch viele Einsatzfahrzeuge mit Blaulicht auf sich aufmerksam machte. Es handelte sich um einen Pkw mit zwei Insassen, der mit über 100 km/h auf einen verkehrswidrig abgestellten Lkw geprallt war und sich unter dem Auflieger verkeilt hatte. Das Auto war vollkommen deformiert. Zum Zeitpunkt unseres Eintreffens war ein Zugang zu den eingeklemmten Personen noch unmöglich.

Ich bin 24 Jahre alt, arbeite seit einigen Jahren im Rettungsdienst und war zum Zeitpunkt des Unfalls erst seit wenigen Monaten mit der dreijährigen Ausbildung zum Notfallsanitäter fertig. Wenn man einige Jahre im Rettungsdienst tätig ist, kommt man an Einsätzen mit schweren Verkehrsunfällen nicht vorbei. Einen Unfall mit so einer hohen Krafteinwirkung hatte ich bis dahin jedoch noch nicht erlebt. Außerdem war ich nun nicht mehr in der Ausbildung, sondern der höchstqualifizierte Mitarbeiter auf dem RTW und trug somit die Verantwortung für unsere Entscheidungen und Handlungen vor Ort. Es war für mich also eine völlig neue Ausgangslage – und doch etwas, auf das ich jahrelang vorbereitet worden war. Viele



Male wurden in groß angelegten Übungen genau solche Szenarien durchgespielt: Gemeinsam haben wir mit Rettungs- und Feuerwehrkräften geübt, realistische Unfall-darsteller aus deformierten Fahrzeugen zu retten und zu behandeln. Diese Übungen haben mir nicht die Nervosität für den realen Einsatz genommen, die habe ich deutlich gespürt. Vielmehr wird man dadurch sensibilisiert für die Sinneseindrücke vor Ort, die man in den Übungen schon viele Male in dieser Intensität wahrgenommen hat.

An der Einsatzstelle war es laut. Überall liefen Dieselmotoren, die Feuerwehr schnitt durch Blech, hob den Lkw hydraulisch an und leuchtete die Einsatzstelle aus. Der Verkehr wurde wenige Meter entfernt von der Polizei umgeleitet, überall hörte man die Funkgeräte von umherlaufenden Einsatzkräften. Was nach Chaos aussah, waren in Wirklichkeit strukturierte Abläufe.

Im Pkw befanden sich zwei Personen. Die Fahrerin schien schwer verletzt und war noch bei Bewusstsein, der Beifahrer hingegen bereits pulslos. Gemeinsam entschieden wir, uns zunächst auf die technische Rettung der Fahrerin zu konzentrieren – bei ihr bestanden die meisten Überlebenschancen. Eine parallele Rettung beider Insassen war nicht möglich. Nach einiger Zeit konnte die Fahrerin geborgen und mit dem anderen RTW ins Krankenhaus gebracht werden.

Kurz darauf erfolgte die Rettung des Beifahrers aus dem Pkw. Es wurde mit einer Trauma-Reanimation begonnen. Ich stellte mich dem Notarzt kurz mit meinem Namen vor, nannte meine Qualifikation und fragte nach der Arbeitsaufteilung. „Ich brauche sofort einen Zugang für Medikamente, egal wie!“, lautete die Antwort. Aufgrund der Verletzungen war es nicht möglich, einen venösen Zugang zu legen. Mir wurde klar, dass ich zum ersten Mal einen intraossären Zugang etablieren musste. Das hatte ich während der Ausbildung an Modellen oft geübt – die Situation war nun aber eine ganz andere.

Ich musste mich kurz sammeln, um Schritt für Schritt alles so durchzuführen, wie ich es gelernt hatte. Ich kam mir vor wie in einem Tunnel. Ich saß auf der nassen Straße, voll konzentriert darauf, den Zugang vorzubereiten; verteilte Aufgaben an hilfsbereite Kollegen der Feuerwehr, musste der Praktikantin gleichzeitig über die Schulter schauen und mich währenddessen mit meinem Notarzt abspre-

chen. Für ein paar Sekunden wurde es mir fast zu viel. Instinktiv rief etwas in mir zur Flucht auf und wollte der Situation und Verantwortung entkommen.

Wenige Augenblicke später bohrte ich die Nadel in den Knochen und die Reanimation nahm weiter ihren Lauf. Ich hatte mich wieder gefangen. Erst jetzt fiel mir auf, wie viele Maßnahmen der Notarzt in dieser kurzen Zeit durchgeführt hatte. Er wirkte gelassen, der Situation gewappnet. Trotz der schwierigen Arbeitsbedingungen schien jeder Schritt zu sitzen. Alle Einsatzkräfte gaben ihr Bestes – doch vergebens. Der Patient erlag seinen schweren Verletzungen und wurde noch an der Einsatzstelle für tot erklärt.

Die eben noch so laute und unübersichtliche Einsatzstelle kam mir auf einmal still vor. Erst jetzt erwachte ich aus meinem Tunnel. Wie dunkel, kalt und nass es eigentlich war, spürte ich nun auch wieder. Die einzelnen Puzzlestücke setzten sich zu einem Gesamtbild zusammen. Ich verstand den Unfallhergang und begriff, wo wir uns überhaupt genau befanden. Ich sah, wie viele Menschen bis vor wenigen Minuten noch um das Leben eines anderen gekämpft hatten und wie viel Material und wie viele Einsatzfahrzeuge sich über die Einsatzstelle verteilten.

Nach solchen Einsätzen gibt es immer ein Debriefing. Wir setzen uns mit den beteiligten Einsatzkräften in kleinen und großen Gruppen zusammen und sprechen den Einsatz aus taktischer, medizinischer und emotionaler Ebene noch einmal von Anfang bis Ende durch. Bei individuellem Bedarf gibt es weitere Optionen der Nachsorge.

Mir war es besonders wichtig, den Einsatz mit der Praktikantin ausführlich zu besprechen. Es war ihr erster Verkehrsunfall, ihre erste Reanimation. Ich kenne das Gefühl gut, mit vielen offenen Fragen nach Hause zu fahren. Wenn solche Fragen nicht gestellt und diskutiert werden, kann das schnell in Schuldgefühlen enden. Vor wenigen Monaten war ich selbst noch Auszubildender – und nun in der Position, diese Gespräche zu leiten. Auch ich hatte an diesem Tag vieles zum ersten Mal erlebt und eigenständig durchgeführt; ich wollte das Nachgespräch daher auch für eigenes Feedback und Kritik nutzen.

Auf dem Heimweg dachte ich noch intensiv über das Geschehene nach. Vor allem zwei Dinge gingen mir nicht aus dem Kopf: der intraossäre Zugang und der Notarzt.

Ich hatte die Maßnahme während der Ausbildung Dutzende Male vorbereitet und an Modellen geübt. Trotzdem arbeitete ich zögerlich und schien für einige Momente alles zu vergessen. Ich kam mir hilflos vor und hätte gerne schneller und effizienter gearbeitet. Im Kontrast dazu stand der Notarzt. Ich bewunderte die Ruhe und Kompetenz, die er ausstrahlte. Es schien, als müsse er über seine Maßnahmen gar nicht nachdenken.

Viele Fragen stellt man sich erst einige Zeit später und manchmal habe ich noch Tage danach den Wunsch, darüber zu sprechen. Ich rede dann mit meinen Freunden und meiner Familie. Die meisten von ihnen haben keine medizinischen Vorkenntnisse – und genau das hilft manchmal sehr. Ich erzähle distanzierter von den Erlebnissen und lasse Details bewusst weg. Ich muss mich nicht fachlich ausdrücken oder Maßnahmen rechtfertigen, sondern kann nur über meine subjektiven Wahrnehmungen mit ihnen sprechen. Bislang hat das immer gereicht und ich konnte mit Einsätzen schnell abschließen. Diesmal war es anders.

Seit der Ausbildung hatte ich mir die Frage gestellt, wie meine Zukunft aussehen soll. Oft dachte ich darüber nach, noch Medizin zu studieren – manchmal aber auch, ob ich etwas völlig anderes machen möchte. Ich war sehr ambivalent zwischen einer Karriere außerhalb des Gesundheitssystems mit geregelten Arbeitszeiten und stressfreien Nächten oder dem Verlangen, noch mehr helfen zu können. Die schrecklichen Bilder nach schweren Verkehrsunfällen brennen sich ein. Damit konnte ich bislang gut umgehen. Was mich aber noch mehr beschäftigte, waren die Grenzen meines eigenen Könnens, die mir durch diesen Einsatz deutlich wurden.

Als Notfallsanitäter habe ich eine hervorragende Ausbildung genossen, die mich auf die Versorgung kritisch kranker Patientinnen und Patienten gut vorbereitet hat. Umso mehr hat mir dieser Einsatz gezeigt, wie viel darüber hinaus noch möglich ist. Ich will mein Wissen erweitern, mehr Kompetenz erlangen und eine größere Verantwortung tragen.

Ich habe mich entschieden und beginne bald mein Medizinstudium, um irgendwann als Notarzt an einer solchen Einsatzstelle im Dienst zu sein. Schwere Verkehrsunfälle bedeuten immer Leid und Trauer. Sie können Angehörige und Betroffene als traumatische Erlebnisse ein Leben lang begleiten. Auch bei Einsatzkräften können sie der Tropfen sein, der das Fass zum Überlaufen bringt.

Ich bin sehr dankbar, dass bei mir das Gegenteil der Fall ist: Dieser Einsatz hat mich motiviert, noch mehr zu tun.



Irgendwann war „der eine“ einer zu viel

Jana*

Nicht ein schlimmer Unfall hat mein Leben verändert. Es waren die viele Unfälle, die andere Menschen schmerzlich erlebt haben und die ich jahrelang miterleben musste.

Als mich eine Kollegin ansprach und mir von der geplanten VOD-Schriftenreihe erzählte, war ich mir zuerst nicht sicher, ob ich überhaupt über mich schreiben möchte.

Ich bin über 50 und seit Jahrzehnten bei der Polizei. Ich habe die Silberne Hochzeit hinter mir. Mein Mann und ich haben drei Kinder, die bereits bzw. bald auf eigenen Beinen stehen können.

Eigentlich stehe ich mitten im Leben. Als sich mir die Möglichkeit eröffnete, bei der Abteilung „Verkehrsunfallprävention/Opferschutz“ anzufangen, habe ich nicht lange gezweifelt.

Was sollte schon passieren? Ich liebe Kinder. Ihnen die Gefahren und Tücken des Straßenverkehrs näherzubringen, um Verkehrsunfälle zu verhindern, traute ich mir zu. Also stellte die Verkehrsunfallprävention kein großes Problem für mich dar.

Über die Arbeit beim Opferschutz habe ich mir kaum Gedanken gemacht. Es hatte schon Unfalltote während meiner beruflichen Tätigkeit gegeben. Aber während der Unfallaufnahme war ich oft so beschäftigt, dass ich über die einzelnen Schicksale nicht nachdenken konnte. Bei der Überbringung von Todesnachrichten hatte ich einerseits Mitgefühl mit den Angehörigen, war aber andererseits froh, die Wohnung nach einer gewissen Zeit wieder verlassen zu können. Wir haben immer darauf geachtet, dass die Hinterbliebenen nicht allein waren und eine vertraute Person bei sich hatten. Mit dieser Gewissheit konnte ich getrost in den nächsten Einsatz oder in den Feierabend gehen.



*Name geändert.

Beim Opferschutz gehört es zu meinem Aufgabengebiet, dass wir die Angehörigen nach tödlichen Verkehrsunfällen aufsuchen, ebenso die Opfer von schweren Unfällen. Wir setzen uns am nächsten oder übernächsten Tag mit den Betroffenen in Verbindung, fragen nach, ob wir sie aufsuchen dürfen und vereinbaren, wenn gewünscht, einen Termin. Zu diesem Zeitpunkt wissen die Angehörigen bereits über den Tod oder die Verletzungen des Unfallopfers Bescheid.

Bei unseren Besuchen informieren wir über die weiteren Vorgehensweisen der zuständigen Sachbearbeiter, über die Gefahren eines möglichen Traumas und über mögliche Hilfsangebote.

Wenn gewünscht, fahren wir gemeinsam mit den Angehörigen zu der Unfallstelle oder suchen mit ihnen das Bestattungsunternehmen auf, damit sie sich von dem Verstorbenen verabschieden können.

Natürlich reden wir auch viel mit den Betroffenen und hören zu, wenn sie von ihrem Leid erzählen. Wir haben nicht Psychologie studiert, betonen das auch immer wieder, aber allein schon ein Gespräch hilft vielen Angehörigen.

In der Regel hinterlassen wir unsere Telefonnummern und E-Mail-Adressen und die Angehörigen können sich bei Bedarf melden. Oft findet nach einer gewissen Zeit ein zweiter oder auch dritter Besuch statt. Sollten weitere Hilfen, gerade im psychischen Bereich, nötig sein, nennen wir geeignete Hilfsorganisationen oder versuchen Kontakte zu vermitteln.

Eigentlich mache ich diese Arbeit gern. Dachte ich,

... weil ich den Kontakt zu Menschen mag,

... weil ich auch die Gespräche mit Angehörigen und Unfallopfern mag,

... weil ich es mag, wenn ich ein wenig helfen kann.

Aber irgendwann wurde es mir zu viel.

In den letzten Jahren habe ich zu viele Familien getroffen, die einen geliebten Angehörigen verloren haben, zu viele junge Menschen, die ihr Leben „weggeworfen“ haben,

indem sie einfach viel zu schnell unterwegs waren.

Ich habe das Leid vieler Familien hautnah miterleben müssen. Ich war in Momenten der tiefsten Verzweiflung mit dabei, habe mit den Menschen über den Verlust gesprochen, hatte sogar oftmals bei den Erzählungen das Gefühl, das verstorbene Unfallopfer ein wenig zu kennen.

Zeitgleich hatte ich immer den Gedanken: „Zum Glück sitze jetzt nicht ich hier als Angehörige“. Ich war einerseits froh, dass nicht ich es bin, die einen geliebten Menschen verloren hat. Andererseits habe ich mich für diesen Gedanken geschämt. Ich weiß, dass das ganz normal ist, aber trotzdem hatte ich kein gutes Gefühl dabei.

Wann genau mir das alles zu viel wurde, kann ich gar nicht an einem bestimmten Fall festmachen.

Ich merkte nur mit der Zeit, dass ich immer ruhiger wurde und gar nicht mehr so richtig Spaß an meiner Arbeit hatte. Ich habe mich zurückgezogen.

Sobald das Thema Opferschutz auftauchte, war ich „nahe am Wasser gebaut“ und fing schnell an zu weinen. Das kannte ich gar nicht von mir.

Ich fing an, mir ständig Sorgen um meine eigenen Kinder zu machen. War irgendwo ein schwerer Unfall, überprüfte ich, wo sie gerade waren. Meldeten sie sich nicht zurück, fing direkt mein Kopfkino an. Ich weiß, dass meine Kinder im Straßenverkehr sicher fahren können und keine Raser sind, und doch blieb immer ein Restzweifel. Dieser verging erst, nachdem ich wirklich wusste, dass es ihnen gut ging und sie nicht in den Unfall verwickelt waren. Viel zu oft haben wir miterleben müssen, dass der unfallursächliche Fehler nicht bei den verstorbenen Opfern lag.

Es hat lange gedauert, bis ich mir eingestanden habe, dass mir der Opferschutz zu viel wurde. Eigentlich habe ich es mir gar nicht eingestanden. Als Polizistin ist man stark, lässt Gefühle nicht an sich ran, will keine Schwäche zeigen.

Hätte meine neue Vorgesetzte nicht gemerkt, was mit mir los ist, würde ich heute noch Opferschutz betreiben. Würde einfach den Kopf in den Sand stecken und weitermachen. Irgendwie muss es ja weitergehen. Als sie mich kurzerhand von dieser Aufgabe befreite, hatte ich das

Gefühl, dass ich diesen „Zustand“ beenden musste. Ich wollte doch meine Kolleginnen und Kollegen mit dieser schweren Aufgabe nicht allein lassen.

Also suchte ich mir zuerst Hilfe bei der Polizei. Dort haben wir die Möglichkeit, uns psychologische Unterstützung in Form von Gesprächen, Beratungen oder Supervisionen zu holen.

Bei einem langen Gespräch mit der Psychologin habe ich viel geweint. Ihre Tipps habe ich natürlich umgesetzt, aber besser ging es mir danach nicht. Sie sprach davon, dass ich durch die vielen Gespräche mit den Angehörigen der Verstorbenen unter einem Sekundärtrauma leide.

Sobald das Thema Opferschutz aufkam, flossen bei mir die Tränen. Ich dachte, ein einzelnes Gespräch kann nicht viel bewirken, und so machte ich mich auf die Suche nach einer psychologischen Praxis hier bei mir in der Nähe.

Natürlich hätte ich auch weiter zu der Psychologin der Polizei gehen können, aber ein einzelner Termin nahm durch die Hin- und Rückfahrt fast einen halben Tag in Anspruch. Und das war mir einfach zu viel.

Bei meiner Suche nach einer geeigneten Psychotherapeutin hatte ich Glück. Einige Monate später konnte ich bereits zu den ersten Terminen fahren. Von meinem Bekanntenkreis – auch durch meine Tätigkeit beim Opferschutz – wusste ich, dass bei psychologischen Praxen häufig niemand mehr aufgenommen werden konnte oder dass man auf eine Warteliste gesetzt wurde. Aus diesem Grund war ich sehr froh, dass ich so schnell mit der Behandlung beginnen konnte.

Das ist jetzt einige Monate her. Es vergeht immer noch kein einziger Beratungstermin, an dem ich nicht weinen muss. Mir wäre es am liebsten, ich bekäme einfach eine „Gesund-mach-Spritze“ und danach könnte ich wieder ganz normal weiterarbeiten. Leider ist das nicht möglich.

Meine Therapeutin meint, ich solle beim Opferschutz ganz aufhören. Zumindest solle ich nicht mehr mitwirken bei den Gesprächen mit Angehörigen von Verstorbenen.

Der Opferschutz ist aber ein wesentlicher Teil meiner Arbeit. Wenn es nach meiner Kommissariatsleitung geht,

muss ich früher oder später damit wieder anfangen. Ich bin froh, dass ich von meinem Team und meiner Leiterin Rückhalt bekomme und sie mich nicht unter Druck setzen.

Auch zu Hause werde ich mit dem Problem nicht allein gelassen. Mein Mann kennt den Job, da er ebenfalls Polizeibeamter ist. Er merkt immer recht schnell, wenn ich wieder ins Grübeln gerate, wenn ich mal wieder kurz davorstehe, in Tränen auszubrechen. Er findet immer die richtigen Worte, nimmt sich dann die Zeit, beruhigt mich, und dafür bin ich ihm unendlich dankbar.

Ich will auf jeden Fall wieder mit dem Opferschutz anfangen. Ich traue mir die Aufgabe durchaus zu, zumindest bei Verletzten, Zeugen oder Ersthelfern.

Aber eben nicht bei tödlichen Verkehrsunfällen. Mir das einzugestehen, war ein verdammt langer Weg. Ich möchte keine Extrabehandlung. Ich möchte so arbeiten können wie meine Kollegen auch. Aber es geht einfach nicht. Glaube ich. Nein, weiß ich mittlerweile. Auch wenn ich es mir nur sehr schwer eingestehen kann.

Ich habe bereits mit einigen Opferschutzgesprächen wieder begonnen. Und es hat mir gutgetan, dass ich immer noch mit Betroffenen reden kann. Dass ich gute Rückmeldungen bekomme. Dass ich von den Sachbearbeitern gesagt bekomme, dass die „Betreuten“ ihnen gegenüber geäußert haben, das Gespräch mit mir habe ihnen sehr gutgetan.

Für meine Zukunft wünsche ich mir, dass ich wieder ganz normal im Opferschutz arbeiten kann.

Ohne ständig weinen zu müssen, sobald der Gedanke an den Opferschutz aufkommt.

Ohne das Leid der Betroffenen zu meinem eigenen zu machen.

Ich muss noch einige Jahre als Polizistin arbeiten, bevor ich in Pension gehe.

Meine Arbeit ist eigentlich wunderschön. Eigentlich – wenn nicht die vielen tödlichen Unfälle wären.

Ich durfte sie auf ihrem Weg begleiten

Marina Koopmann

Ich bin Polizistin. An einen Unfall – zwei Tage vor dem zweiten Geburtstag meiner zweiten Tochter im Juni vor fünf Jahren – erinnere ich mich wie heute.

Eine Stunde vor Mitternacht trafen mein Kollege und ich an der Unfallstelle ein. Auf den ersten Blick war es ein Unfall, wie man ihn kennt. Wir waren die ersten Einsatzkräfte vor Ort. Ich sah zwei zerstörte Autos. Eines lag auf dem Dach im Graben. Ohne zu zögern, lief ich in den dunklen Graben hinunter.

Im Auto befand sich eine junge Frau. Sie war in ihrem Fahrzeug eingeklemmt. Ohne Hilfsmittel konnte ich sie nicht befreien. Sie lag mit angezogenen Beinen im Innenraum auf dem Autodach. Eine Hand steckte in der Mittelkonsole fest, weil das Auto um sie herum so massiv zerstört war.

Die junge Frau sah mich abwesend an, war aber ganz ruhig, beinahe friedlich. Sie atmete. Sie war entgegen meiner Erwartung äußerlich nicht verletzt. Eine schöne, junge Frau in der friedlichen Stille einer dunklen Nacht. Sie schrie nicht. Sie keuchte nicht. Sie blutete nicht äußerlich. Ich nahm keine Gerüche wahr. Ich hörte und spürte eine flache Atmung und einen Hauch von Puls.

Ich habe jegliches Zeitgefühl in diese Situation verloren. Ich weiß nicht mehr, wann der Rettungsdienst ankam oder die Feuerwehr.

Ich weiß nicht im Detail, was um mich herum passierte, als ich dort bei ihr unten im Graben in dem stark deformierten Auto hockte.

Aber ich weiß, dass ich sie in ihren letzten Minuten dort nicht allein gelassen habe. Ich war bei ihr, als sie ihren letzten Atemzug tat und ihr Blick aus dem realen Leben schied.

Im Nachhinein weiß ich, dass ich sie nicht hätte retten können, selbst wenn ich sie allein aus dem Auto hätte befreien können.

Aber ich weiß, dass diese junge Frau ihren Weg in den Tod nach diesem erschütternden Ereignis nicht allein gehen musste. Ich durfte sie auf ihrem Weg begleiten.

Ich weiß, dass ich mich später dem anderen Unfallbeteiligten gewidmet habe.



Und ich weiß, dass dann plötzlich der Freund der Verstorbenen bei mir an der Unfallstelle stand und verzweifelt versuchte, die Situation zu verstehen. Er schrie: „Warum hilft ihr denn keiner? Warum geht keiner zu ihr?“ Ich glaube, er konnte spüren, was passiert war, aber ich durfte es ihm noch nicht sagen. Ich musste erst die Bestätigung eines Arztes abwarten.

Diesen Unfall werde ich nicht vergessen, weil er so anders war als alle anderen Unfälle.

Für mein Gefühl, meinen ganz persönlichen Eindruck, bewegte ich mich außerhalb meiner eigentlichen polizeilichen Aufgaben an diesem Unfallort:

Wir kümmern uns um die Absicherung der Unfallstelle und im Rahmen der Ersten Hilfe um verletzte Personen.

Wir nehmen alle Personalien und Fahrzeugdaten der Beteiligten auf, sprechen mit Zeugen, erstellen eine Unfallskizze und fertigen Fotos.

Wir prüfen, ob Verkehrsverstöße vorliegen und erstellen eine Hypothese zum Unfallhergang.

Wir klären nicht die Schuldfrage bei einem Unfall, sondern leiten weitere Ermittlungen ein, wenn Personenschäden oder Straftaten vorliegen.

Wir stellen Informationen bereit, etwa für Versicherungen.

Wir melden gegebenenfalls ungeeignete Fahrzeugführer oder Fahrzeugführerinnen an die Fahrerlaubnisbehörde.

Aber wir sind auch Menschen.

Wir sehen vor Ort Bilder, Emotionen, Verletzungen.

Wir hören Geräusche wie Knacken, Schreien, Keuchen.

Wir spüren Glassplitter unter unseren Schuhen, fühlen Kälte, Nässe, Hitze.

Wir riechen Kraftstoff, Öl, Blut, Feuer und Bindemittel auf der Fahrbahn.

Und genau dies sind die Erlebnisse, die wir nicht vergessen. Dies sind Erfahrungen, die sich einprägen.

Vielleicht war ich damals nicht vorschriftsmäßig in der Rolle „Polizei“. Aber ich war in der Rolle „Mensch“ mit all den Eindrücken und Emotionen. Ich habe keine Bremsspuren vermessen oder Splitterfelder analysiert. Aber ich war da als Mensch und war da für die Beteiligten und Betroffenen an der Unfallstelle.

Ich habe mitten in der Nacht nach Aufhebung der Sperrung an der Unfallstelle vorzeitig meinen Dienst beendet. Ein so hohes Maß an Emotionen hat auch mich in meiner Uniform an meine Grenze gebracht.

Fünf Jahre später hat sich zufällig der Kontakt zu den Eltern der Verstorbenen ergeben. Und durch die beiden habe ich ein unglaubliches Maß an Dankbarkeit kennengelernt, welches ich so nie erwartet habe. Sie haben mir einen Brief gegeben, den sie an ihre Tochter geschrieben haben.

Liebe Julia*,

vor gut fünf Jahren, an einem schönen Sommerabend im Juni, war die Welt noch in Ordnung. Du kamst zu Besuch, um ein paar Sachen zu holen.

Die meiste Zeit verbrachtest du damals bei deinem Freund zu Hause. Dort konntest du ungestört lernen und das Internet war wesentlich besser.

Wir haben auf dem Balkon gesessen und du hast nur positiv gesprochen. Du warst glücklich mit deinem Freund, mit seinen Eltern hast du dich sehr gut verstanden, und dein Studium lief auch gut voran. Alles einfach nur positiv. Somit waren wir Eltern natürlich auch glücklich.

Am späten Abend bist du dann wieder gefahren. Wir verabschiedeten uns, und kurz bevor du losgefahren bist, ging die Scheibe runter und du hast gesagt:
„Ich hab dich lieb, Mama.“

Das war natürlich Balsam für die Seele. Noch wussten wir nicht, dass es die letzten Worte von dir waren.

Etwa eine Stunde später hörten wir das Martinshorn und dachten, du kannst es nicht sein, du müsstest längst bei deinem Freund angekommen sein. Ich habe aber noch geschrieben, ob du gut angekommen bist. Eine Antwort kam nicht mehr.

Irgendwann später klingelte es und die Polizei und das Kriseninterventionsteam standen vor der Tür. Das konnte nichts Gutes bedeuten. Uns wurde mitgeteilt, dass dir ein junger Mann, viel zu schnell und unter Drogen, ins Auto gefahren ist. Schuldlos musstest du sterben.

Von nun an war nichts mehr wie vorher. Dein Bruder hatte keine Schwester mehr und wir keine Tochter. Der Schmerz ist sehr, sehr groß. Ein Teil aus unserem Herzen fehlt. Heute, gut fünf Jahre später, versuchen wir, mit dem Verlust zu leben. Wir haben ja keine Wahl. Es wird nie, nie wieder wie vorher. Die Unbeschwertheit und Leichtigkeit ist uns genommen worden.

Deine Freundinnen heiraten, gründen eine Familie, bekommen Nachwuchs, und all das ist dir und uns genommen worden. Wir sehen nicht, wie es mit dir weitergegangen wäre. Und das nur, weil ein junger Mann viel zu schnell fuhr und unter Drogen stand.

Was uns bleibt, sind die Erinnerungen an 26 Jahre, die wir mit dir erleben durften. Wir vermissen dich sehr.

Deine Eltern

*Name geändert.

Keine Überlebenschance, weil jemand abgelenkt war

Manuel Neisius

„Keine Überlebenschance hatte der 44-Jährige in dem Unfallwrack“ – so lapidar war es am übernächsten Tag in der Zeitung zu lesen.

Dieser Unfall, bei dem ein 44-jähriger Familienvater ums Leben kam, geschah am Samstag, den 18.10.2008, an einer Kreuzung, die bereits als Unfallschwerpunkt bekannt war und in deren Bereich vor wenigen Wochen erst eine Geschwindigkeitsbegrenzung von 50 statt der bisher geltenden 70 km/h eingeführt worden war.

Der 44-Jährige wollte an dieser Kreuzung nach links in die vorfahrtberechtigte Hauptstraße einbiegen, wobei die Hauptstraße von links nach rechts deutlich abschüssig war, sodass man, wenn man sie ohne zu bremsen befuhr, automatisch deutlich schneller wurde.

Gut 80 Meter von der Kreuzung entfernt führte die Hauptstraße durch eine unbeleuchtete Unterführung, durch die der Kleinlastwagen eines Kurierdienstes fuhr. „80 Meter entfernt, 50 km/h schnell, das soll wohl reichen, um gefahrlos abzubiegen“, dachte der 44-Jährige wahrscheinlich und fuhr los. Im nächsten Augenblick traf der Kleinlastwagen das Auto des Familienvaters ungebremsst in die Fahrerseite. Durch den Aufprall wurde das Auto um 90 Grad gedreht und etwa 20 Meter weit geschoben, während der Kleinlastwagen nach rechts von der Straße abkam und auf die Seite kippte. Der Fahrer des Kleinlastwagens konnte sich eigenständig aus dem auf der Seite liegenden

Auto befreien. Er war nur leicht verletzt und konnte am gleichen Nachmittag wieder aus dem Krankenhaus entlassen werden.

Auf den Funkmeldern von Rettungsdienst und Notarzt war die Meldung „VU2 klemmt“ zu lesen. Da ich als Notarzt jedoch noch in einem anderen Einsatz gebunden war, war der Rettungswagen gut eine Viertelstunde eher am Einsatzort als ich. Weil der Fahrer des Kleinlastwagens sich selbst befreien konnte und der andere Fahrer nicht eingeklemmt war, lag letzterer bereits auf der Straße und wurde vom Personal des Rettungswagens wiederbelebt. Nachdem ich am Unfallort eingetroffen war und den Fahrer untersucht hatte, haben wir nach kurzer Zeit die Wiederbelebungsmaßnahmen erfolglos eingestellt. Es war offensichtlich, dass das Unfallopfer bei stärksten inneren Blutungen verblutet war und nicht mehr wiederbelebt werden konnte. Unterdessen wurde der Kurierdienstfahrer zur Untersuchung ins Krankenhaus gebracht. Für mich blieb nur noch, den Tod des Unfallopfers festzustellen.

Wie konnte der 44-Jährige die Situation nur so falsch einschätzen? Der Unfallbericht der Polizei sollte diesbezüglich Klarheit schaffen, denn der Kurierdienstfahrer hatte an der Kreuzung etwa 115 km/h statt der erlaubten 50 km/h auf dem Tacho. Er gab noch an, dass er gar nicht gemerkt habe, wie schnell er geworden sei, da er gerade seinen nächsten Auftrag am Handy disponiert habe.

Diese kurze Unaufmerksamkeit kostete einen anderen Menschen das Leben.

Der 44-Jährige war, wie schon erwähnt, Familienvater, hinterließ eine Frau und zwei Kinder, die zum Zeitpunkt des Unfalls neun und 13 Jahre alt waren. Er war an diesem Morgen auch nur kurz unterwegs, weil er für das erste gemeinsame Frühstück mit der Familie nach langer Zeit der Abwesenheit Brötchen einkaufen wollte. Als Diplomingenieur für Verfahrenstechnik war er zuvor gut drei Monate in Shanghai gewesen, um eine Fabrik in Betrieb zu nehmen. In der Nacht von Donnerstag auf Freitag war er wieder in Deutschland gelandet. Der Freitag war ein normaler



Arbeits- und Schultag, an dem er die Familie nicht gesehen hatte, weshalb die Familie am Samstag gemeinsam frühstücken wollte. Er fuhr also los, um Brötchen zu holen, währenddessen seine Frau, als Ärztin im Krankenhaus tätig, im Rufdienst einen Einsatz bekam, weshalb man das gemeinsame Frühstück ein wenig verschieben musste.

Die Unfallstelle ist von dem Haus der Familie etwa 500 Meter entfernt. Der Weg zum Krankenhaus führte die Frau an genau dieser Kreuzung vorbei. Sie erkannte das Auto ihres Mannes und sah ihn unter dem Leichentuch auf der Straße liegen. Sie verstand als Ärztin sofort, was da geschehen war und fuhr nicht mehr weiter in ihr Krankenhaus. Von einer Sekunde auf die andere war ihr Mann wieder mal nicht zu Hause. Diesmal jedoch nicht nur für drei Monate, sondern für immer.

Normalerweise kennen wir Notärzte solche Details um familiäre Hintergründe der Unfallopfer nicht. In diesem Falle war es völlig anders:

Der 44-Jährige war mein Schwager.

Auch mein Tag war nach dem Unfall völlig aus den Fugen geraten, sodass ich den Notarzdienst abgebrochen habe. Bis zur Beerdigung meines Schwagers war in der Familie ziemlicher Ausnahmezustand. Nach der Beerdigung gaben wir uns in der Familie gegenseitig Halt, sodass wir diesen schrecklichen Unfall gut verarbeiten konnten. Für meine Nichte und meinen Neffen, der gleichzeitig mein Patenkind ist, war diese Zeit natürlich besonders schwer. Sie waren in einem Alter, in dem sie das Geschehene schon begreifen, aber nicht hinreichend verarbeiten konnten.

Als ich drei Jahre später gefragt wurde, ob ich als notärztlicher Akteur am „Crash-Kurs NRW“ teilnehmen wollte, habe ich nach etwas Überlegung zugesagt und bei jeder Veranstaltung genau diesen Unfall geschildert. Diese ganz andere Sicht auf die Dinge hat mir sehr geholfen, all das Geschehene zu verarbeiten.

Ich arbeite weiterhin regelmäßig als Notarzt im bodengebundenen Rettungsdienst und als Leitender Notarzt für den Landkreis.

SIND DIE ALLE TOT?

Dieter Schäfer

Der 12. Februar 2018 ist ein wolkenverhangener Montag, kühl, aber trocken. Die 15-jährige Helena verabschiedet sich kurz nach 13:00 Uhr von ihrer Oma in Karlsruhe. Nach einem Besuch macht sie sich mit ihren Eltern und ihrer jüngeren Schwester mit dem Auto auf den Nachhauseweg. Sie nehmen die Autobahn A5 und wollen über die A6 am Walldorfer Kreuz zur A67 Richtung Heimat nach Köln fahren.

Ebenfalls auf der A5 nach Norden ist ein 59-jähriger erfahrener polnischer Berufskraftfahrer mit seinem Sattelzug unterwegs. Kurz nach 14:00 Uhr passiert er die Tank- und Rastanlage Bruchsal.

Etwa um diese Zeit beginnt sich 25 Kilometer südöstlich an der Dauerbaustelle auf der A6 ab der Anschlussstelle Rauenberg zur allmüttäglichen Rushhour der Verkehr zurückzustauen und wächst schnell.

Der Lkw-Fahrer schwimmt im Verkehr mit und fährt unwesentlich schneller als die für Lkw erlaubten 80 km/h. Das Verkehrsaufkommen ist durchschnittlich hoch und er wähnt sich sicher, da er auf der mittleren und linken Spur

von Pkw mit 120 bis 140 km/h überholt wird. Etwa um 14:17 Uhr passiert er den Autobahnkilometer 293.

Der Stau auf der A6 ist mittlerweile so angewachsen, dass er das Abbiegeohr am Walldorfer Kreuz von der A5 zur A6 erreicht hat und sich auf dem rechten Abbiegestreifen der A5 weiter zurückstaut bis Kilometer 292.

Helenas Familie hat zwischenzeitlich fast das Walldorfer Kreuz erreicht und muss an diesem Stauende anhalten. Vor ihnen stoppt ein weiterer Pkw und davor ein Sattelzug mit Tankauflieger.

Keine 50 Sekunden später wird der Lkw-Fahrer jäh aus der Monotonie seines Fahreralltags gerissen. Mit einem fürchterlichen blechernen Knall wird er in seinen Sicherheitsgurt katapultiert. Bremsen kreischen. Dann herrscht Totenstille. Er ist starr vor Schreck.

Die Ersthelfer, die angehalten haben, eilen zur Unfallstelle. Die beiden Pkw wurden zwischen den Sattelzügen förmlich zermalmt, der hintere der beiden auf weniger als die Hälfte seiner Länge zusammengequetscht.



Der vordere Pkw verkeilt sich am Unterfahrschutz und wird durch die Aufprallwucht vom hinteren Pkw aufgegabelt, nach oben abgelenkt und gegen die Rückwand des Tankaufliegers geschmettert. Der 60-jährige Fahrer muss sofort tot gewesen sein.

Das hintere Wrack ist so deformiert, dass man nicht erkennen kann, wie viele Personen im Fahrzeug sitzen.

Der Tank des vorderen Sattelzuges reißt auf und 10.000 Liter Flüssigabfälle in Form von Schweineblut fluten die Fahrbahn. Mittlerweile sind die Rettungsorganisationen eingetroffen. Sie müssen in dem dickflüssigen Blut umherwaten, um sich einen Überblick zu verschaffen. Der muffige, eisenhaltige Geruch des Blutes überlagert das schreckliche Szenario und löst bei nicht wenigen einen Würgereiz aus.

Nach quälenden Minuten der Ungewissheit hören die Retter ein Röcheln aus dem hinteren Fahrzeugwrack. Die Karlsruher Feuerwehrleute gehen behutsam mit dem Spreizgerät um und legen die Fahrzeugkabine frei.

Als der Notarzt von der Beifahrerseite her ins Innere zum Rücksitz schaut, blickt er in die weit aufgerissenen, schockgeweiteten Augen des Mädchens Helena. Sie ist bei vollem Bewusstsein und fragt ihn leise und mit flehender Stimme:

SIND DIE ALLE TOT?

Tatsächlich kommen ihr Vater, ihre Mutter und ihre 14-jährige Schwester ums Leben.

Helena wird mit multiplen Knochenbrüchen, aber nicht lebensgefährlich verletzt, mit dem Rettungshubschrauber in die Klinik geflogen.

Der Lkw-Fahrer selbst bleibt unverletzt.

Das Schweineblut fließt schließlich, von der Feuerwehr mit Wasser verdünnt, in den unter der Autobahn querenden Kraichbach und färbt diesen rot. Welch schon fast apokalyptisch anmutendes Szenario. Und auch tragisch, weil schon wieder ein Unfall mit Toten bei Kilometer 292 geschehen war. Denn es war nicht der erste schwere Unfall auf diesem „Todeskilometer“. Seitdem die Dauerbaustel-

le zum Umbau des Walldorfer Kreuzes im Januar 2017 eingerichtet wurde, verzeichnete das zuständige Autobahnkommissariat Walldorf eine ganze Serie schwerster Unfälle.

In der Folge wird dann das ganze tragische Ausmaß dieses Unfalles bewusst, und mit jedem weiteren Ermittlungsergebnis und schlussendlich der Vorlage der fertigen Ermittlungsakte an die Staatsanwaltschaft wird klar, dass ein Augenblicksversagen eines sehr erfahrenen Lkw-Fahrers zum Tod von vier Menschen geführt hatte. Außerdem wirft sich die Frage auf, warum es gerade bei Kilometer 292 so häufig zu schweren Unfällen kommt.

Wenige Tage nach dem Unfall erhielt ich als damaliger Leiter der Verkehrsdirektion eine Anfrage der Mannheimer Berufsfeuerwehr, ob ich bei einer Rettungskräftefortbildung zu diesem Unfall berichten wolle. An einem der folgenden Samstage fand die Veranstaltung in den Hallen der neuen Feuerwache statt.

Ich referierte auch über die beschriebene apokalyptische Situation für die Ersthelfer.

Die Unfallsituation war so außergewöhnlich, dass sich noch während des Einsatzes die Frage von posttraumatischen Belastungsstörungen (PTSD) stellte. Der Einsatzleiter reagierte bei einem jungen Beamten vorbildlich und entließ ihn aus dem Einsatz und veranlasste eine sofortige Nachbetreuung.

Solchen psychischen Belastungen sind insbesondere die Ersthelfer sowie die Angehörigen der Rettungsorganisationen ausgesetzt. Und so werden einem die Erscheinungsformen des Unfalltodes in jedem Einzelfall brutal deutlich.

Hatten wir bei der Polizei noch in den 1980er-Jahren die Angewohnheit, den Schrecken nach Dienstende mit einem Bier herunterzuspülen, wurde uns in der Leitung des Polizeipräsidium Mannheim im Laufe der zweiten Hälfte der 1990er-Jahre nach einigen internen tragischen Todesfällen bewusst, dass die betroffenen Beamtinnen und Beamten mehr brauchten, und wir installierten ein festes PTSD-Team zur Früherkennung und Bewältigung von posttraumatischen Belastungsstörungen.

Zurück zur Veranstaltung bei der Feuerwehr: Nach meinem Vortrag nahm mich der anwesende Notarzt zur Seite und berichtete mir, dass sein Kollege bei diesem Unfall im Dienst und als Ersthelfer vor Ort war. Und dann schilderte er mir die Situation beim Zusammentreffen mit der schwer verletzten Helena und ihrem Flehen: „Sind die alle tot?“

Mir schossen sofort die Tränen in die Augen. Damit hatte ich trotz der vollen Kenntnis der Unfallakte nicht gerechnet. Das traf mich so dermaßen unvorbereitet, dass es sich eingrub und dieses Gefühl mich auch nicht mehr losließ.

Ich dachte, ich kann das nach so vielen Jahren sachlich verarbeiten. Es wäre jedoch nicht menschlich, wenn man im Einzelfall nicht doch eine zeitweilige Belastungsstörung davontrüge. Und genau das widerfuhr mir in diesem Moment. Dieser Unfall hat mich mitgenommen – weil er so unnötig war und so grausam und so real den gesellschaftlichen Umgang mit dem Verkehrstod in all seinen politischen Facetten widerspiegelt.

Dieses Gefühl gibt mir seither jeden Tag Motivation und Antrieb, gegen das Sterben am Stauende anzukämpfen und für die Vision Zero einzutreten.

Der Tod jeder einzelnen im Straßenverkehr getöteten Person betrifft durchschnittlich 113 weitere Personen: 11 Familienangehörige, 4 enge Freunde, 56 Freunde und Bekannte sowie 42 Einsatzkräfte. Ich gehöre wohl auch dazu.

Der Unfall hat mein Leben verändert.

Der fatale und vermeidbare Lkw-Unfall mit vier toten Pkw-Insassen war für mich der entscheidende Anstoß zur Gründung des Vereins „Hellwach mit 80 km/h“.

Den Text für den obenstehenden Beitrag habe ich meinem Buch „Max Achtzig – 40 Tonnen Verantwortung“ entnommen. Ich habe es Helena persönlich gewidmet. Ihr Schicksal hat mein Wirken maßgeblich beeinflusst.

Ich habe Helena am Vorabend des sechsten Todestages ihrer Familie kennengelernt. Sie hat mir ihren erschütternden Kampf zurück ins Leben geschildert. Daraus wurde in „Max Achtzig“ das Kapitel „Die stillen Opfer“.

Dieses Bild werde ich niemals vergessen

Georg Schmidt

Es passierte an einem Spätsommertag im Jahr 1987. Das Wetter war trocken mit angenehmen Temperaturen um 20 Grad. Ich befand mich in der Ausbildung für den höheren feuerwehrtechnischen Dienst und begleitete als Beobachter den diensthabenden Beamten des Alarmdienstes.

Morgens wurden wir zu einem Großbrand gerufen, bei dem Menschen gerettet werden mussten. Der Einsatz stand vor dem Abschluss und wir übergaben die Einsatzstelle an den diensthabenden Zugführer der zuständigen Feuerwache. Da erreicht uns die nächste Alarmierung: „Schwerer Verkehrsunfall mit eingeklemmter Person auf der Autobahn“.

Über Funk erfuhren wir, dass ein Pkw an einem Stauende auf einen stehenden Lkw aufgefahren war. Auch ein Kind war beteiligt. Für uns Rettungskräfte ist das eine Nachricht, die uns schon bei der Anfahrt zusätzlich stark beschäftigt.

Wir fuhren mit Blaulicht und Martinshorn auf die Autobahn und näherten uns der Unfallstelle. Dort hatte sich ein

Pkw unter einen Auflieger geschoben. Das Auto war völlig deformiert. Der Kofferraum stand offen.

Hinter dem Unfallwagen lag ein Strauß Blumen, daneben ein Dreirad. Dieses Bild hat sich in mein Gedächtnis eingebrannt. Ich werde es niemals vergessen.

Links vor uns auf der Gegenfahrbahn hob der Rettungshubschrauber ab. Über Funk hörten wir, dass das Kleinkind mit Polytrauma zum Universitätsklinikum geflogen wurde. Meine Gedanken waren in diesem Moment ganz bei dem Kind. Wird es den Unfall überleben? Ich selbst war damals Vater von zwei kleinen Kindern.

Wir stellten uns mit dem Einsatzleitwagen in der Nähe des verunfallten Pkw auf. Das Auto war offensichtlich nahezu ungebremst auf den Lkw aufgefahren. Durch den Aufprall war es so verformt, dass die Person, die am Steuer saß, nicht mit Spreizer und Schere geborgen werden konnte. Der Pkw musste mit zwei Seilwinden auseinandergezogen werden.



Als wir Zugang zu der am Steuer sitzenden Person hatten, konnten wir zunächst nicht erkennen, ob es sich um eine Frau oder einen Mann handelte. Das Gesicht der getöteten Person war durch den heftigen Aufprall auf das Lenkrad bis zur Unkenntlichkeit verformt worden. Ein dienstälterer Kollege erklärt sich bereit, die Person aus dem Fahrersitz zu ziehen. Es war eine junge Frau. Später erfuhren wir, dass es die Mutter des schwer verletzten Kindes war.

Ich konnte das Geschehen aus kurzer Entfernung beobachten. Während der Kollege die Frau aus dem Fahrzeug hob und zum Ablageort trug, trat Körperflüssigkeit aus der Leiche und lief, deutlich vernehmbar, auf die Fahrbahn. Auch dieses Bild und dieses Geräusch, ein „Plätschern“, kommen immer wieder mal in mir hoch. Allerdings nicht mehr so heftig wie in der Zeit unmittelbar nach dem Einsatz.

Die Frau wurde neben der Leitplanke abgelegt und mit einer schwarzen Folie zugedeckt.

Ich war schockiert. Die brutale Realität, der ich mich bei solch schweren Unfällen stellen musste und die ich so nicht erwartet hatte, berührte mich zutiefst. Ich hatte zu diesem Zeitpunkt noch keine Erfahrung mit Unfallopfern und war deshalb heilfroh, dass ich mich von dieser schrecklichen Szene abwenden konnte. Ich war ja nur als Beobachter vor Ort und hatte somit keinen konkreten Einsatzauftrag.

Ich dachte in diesem Moment wieder an das Kind, das seine Mutter auf so tragische Weise verloren hatte. Eine kurze Unachtsamkeit, vielleicht ein kurzes Gespräch mit dem Kind auf der Rückbank, hatte eventuell zu diesem furchtbaren Geschehen geführt und eine Familie zerstört.

Ich war, auch aufgrund meiner Lebenssituation als junger Familienvater, stark betroffen. Damals gab es noch keine Einsatz-Nachsorgeteams, die heute Standard sind bei der Feuerwehr. In den ersten Tagen war ich daher allein mit der Verarbeitung der Geschehnisse. Es war zu der Zeit noch nicht üblich, mit den Kollegen darüber zu sprechen.

Ein paar Tage später, als ich wieder mal zu Hause war, habe ich endlich mit meiner Frau über den Einsatz und meine

Gefühle sprechen können. Das hat mir sehr geholfen. Ich konnte danach die Erlebnisse bei diesem Einsatz sukzessive besser verarbeiten und habe mein Referendariat fortgesetzt.

Plötzlich ein lautes Krachen – und dann Stille

Tobias*

Eine Autofahrerin hat am Sonntag beim Linksabbiegen einen Motorradfahrer übersehen und überfahren. Der Mann geriet bei dem Unfall unter das Auto, wie die Polizei mitteilte. Er wurde schwer verletzt mit einem Rettungshubschrauber in ein Krankenhaus gebracht. Bei der Autofahrerin ergab sich laut Polizei der Verdacht, dass sie berauschende Substanzen konsumiert habe. Ihr wurde eine Blutprobe entnommen und es wurde der Führerschein sichergestellt. (dpa)

Soweit die nüchterne Nachricht eines tragischen Unfalls.

Den Sonntag hatte ich mir nach einer arbeitsreichen Woche in meiner Arztpraxis anders vorgestellt. Ich wollte mich ausruhen, mich um meinen Garten und um meine Bienen kümmern. Und vor allem wollte ich eine Weile Abstand nehmen vom Job.

Nach dem Abitur habe ich Medizin studiert, dann promoviert und schließlich als Assistenzarzt meine praktische Tätigkeit in einem Krankenhaus begonnen. Dazu gehörten auch die Einsätze als Notarzt.

Einige davon bleiben besonders gut im Gedächtnis.

Zum Beispiel die Mutter, die morgens im Sportwagen ihre Tochter zur Schule bringen wollte und auf einer ruhigen Wohnstraße ohne Fremdeinwirkung unter einen geparkten Auflieger gefahren war. Ihr Kind, das nicht angeschnallt war, lag verletzt im Fußraum und musste geborgen werden. Die Sorge der Mutter galt allerdings einzig und allein ihrem Auto. Sie schimpfte ununterbrochen, weil jetzt eine teure Reparatur fällig sei.

Oder ein schlimmer Unfall nachts auf einer Landstraße. In einer leichten Kurve war ein Pkw von der Straße abgekommen, hatte sich überschlagen und war auf dem Dach zum Liegen gekommen.

Bei dem Unfall war vom eCall des Autos gemeldet worden, sonst wäre er eventuell bis zum Morgengrauen unentdeckt geblieben.

Von Scheinwerfern der Feuerwehr beschienen, sah der Acker aus wie nach einem Bombeneinschlag. Überall lagen Trümmerteile, Papiere und Aktenordner herum. Drei schwer verletzte Personen lagen in Abständen von mehreren Metern um das Auto. Ein Mann war tot, wir haben die Reanimation aufgrund der Aussichtslosigkeit bei der Schwere der Verletzungen eingestellt.

Zwischenzeitlich waren zwei weitere RTW und Ärzte nachbeordert worden. Wir mussten nicht weiter triagieren, jeder Verletzte wurde behandelt. Ein weiterer Mann hatte ein lebensbedrohliches Schädel-Hirn-Trauma, ein dritter ein schweres Thoraxtrauma mit Leberruptur. Beide wurden bei Polytraumatisierung zum Schutz der Atemwege intubiert.

Eine verletzte Frau, ebenfalls Insassin des Unfallautos, schrie auf Niederländisch ununterbrochen, immer und immer wieder. Wir meinten herauszuhören, dass ein Kind vermisst wurde. Die Suche mit einem Spürhund und einer Drohne mit Wärmebildkamera begann. Die Situation wurde zusätzlich verworren durch einen Mann, der nicht zum Unfallgeschehen gehörte, aber in der Nähe des Unfallortes orientierungslos auf der Landstraße herumirrte.

Solche Unfälle sind keine reine Routine. Sie beschäftigen gedanklich auch einen routinierten Notfallretter und bleiben in Erinnerung. Ein Kind hatte übrigens nicht in dem Unfallauto gesessen, wie später festgestellt wurde.

Vor einigen Jahren habe ich eine Praxis für „Innere Medizin“ übernommen. Die Notfallmedizin gehört an festen Tagen im Monat aber immer noch zu meinen Aufgaben.

*Name geändert.

Als Notarzt fungiere ich bei Einsätzen professionell. Die Notarztjacke bietet mir eine Art Schutz in meiner Rolle. Ich weiß, wer mir beim Einsatz vor Ort fachlich und persönlich zur Seite steht, kenne die Ressourcen, die mir der RTW bietet, kann über Funk weitere Hilfen anfordern, etwa zur technischen Rettung, und stelle mich bei der Anfahrt zum Unfallort mental auf das voraussichtliche Szenario ein. Privat stehen einem diese wertvollen Hilfen nicht zur Verfügung.

Zurück in meinem Garten.

Plötzlich ein lautes Krachen – und dann Stille. Ich wusste sofort, dass auf der Straße wenige Meter entfernt ein Unfall passiert war. Unsere Wohnstraße mündet auf eine Hauptstraße. Wer dorthin abbiegen möchte, muss sich langsam mit dem Fahrzeug vortasten, um an einem vorgelagerten Haus vorbei die ganze Fahrbahn einsehen zu können.

Ein Motorradfahrer lag eingeklemmt unter einem Auto. Anfangs war der Mann eine Weile bewusstlos, dann konnte ich mit ihm sprechen. Seine rechte Körperseite konnte er nicht bewegen, was auf eine halbseitige Lähmung hindeutete. Mit Hilfe der Notfalltasche im Feuerwehrfahrzeug, das wenig später eintraf, konnte ich einen Zugang legen. Mehr konnten wir zu dem Zeitpunkt nicht für den eingeklemmten Verletzten tun bis kurze Zeit später der RTW eintraf und die Regie übernahm. Ein Rettungshubschrauber hat den Schwerverletzten schließlich ins nahegelegene Krankenhaus geflogen.

Die Unfallfahrerin war zusammen mit ihren Kindern von einer Nachbarin aufgenommen worden, sodass diese nicht die ganze Zeit lang die Rettung miterleben mussten.

Bei Noteinsätzen ist es für alle Retter besonders belastend, wenn während ihrer konzentrierten Tätigkeit Menschen am Unfallort verzweifelt reagieren, herumlaufen, schreien, weinen, toben.

Die Unfallbilder schießen mir manchmal durch den Kopf. Dann sehe ich den Mann vor mir liegen, wie er mich anschaut und hofft, dass ich ihm helfen kann. Ich konnte damals aufgrund meiner Erfahrungen mit Traumata in etwa abschätzen, wie schwer seine inneren Verletzungen waren.

Der Mann ist später im Krankenhaus gestorben.

Trotz der vielen Routine und der Menge an Erfahrung gehen mir solche Erlebnisse immer noch unter die Haut. Vielleicht ist das ganz gut so, weil zu viel Routine sorglos machen kann.

Als Mediziner bleibt man Mediziner, eine Auszeit bei Notfällen in der Freizeit gibt es nicht.

Ich bin sehr gerne Arzt. Meistens. Die Beschäftigung mit dem Tod bewirkt bei mir eine hohe Wertschätzung für die Gesundheit und für das Leben.

Manchmal will ich aber auch nicht an Krankheiten und den Tod denken. Dann will ich mich einfach nur in meinem Garten ausruhen und mich um meine Bienen kümmern.



NOTFALLSEELSORGE

*Notfallseelsorgerinnen und Notfallseelsorger sind zur Stelle,
wenn das Leben aus den Fugen gerät.*



Ich gab meinem Bruder die Erlaubnis zu gehen

Albi Roebke

Vor zehn Jahren kam ich plötzlich in die Situation, die ich aus meinem Job als Notfallseelsorger kenne. Meine Eltern und mein Bruder hatten einen schweren Autounfall.

Ein Nachbar meiner Eltern rief an, er mache sich Sorgen, weil ihr Auto nicht da sei und die Rollos unten seien. Ich fand online einen Artikel über einen Unfall mit einem Toten – und erkannte das Fahrzeug meiner Eltern. Als ich meine Mutter auf dem Handy anrief, ging die Polizei ran. Da erfuhr ich, dass der Tote mein Vater war und meine Mutter in der Zwischenzeit auch verstorben war. Mein Bruder lag in kritischem Zustand auf der Intensivstation. Mein erster Gedanke war: Ist das ein schlechter Witz? Mein zweiter Gedanke: Die Mangos, die ich meinen Eltern ein paar Tage davor vorbeigebracht hatte, werden schlecht.

Mein Job nutzte mir in dem Moment gar nichts, weil ich die Seiten wechseln musste. Aber ich konnte die Dinge einordnen. Ich wusste, dass ich nicht irre wurde, weil ich als Erstes an Obst dachte, sondern dass ich verzweifelt nach etwas griff, das ich kontrollieren konnte. Noch bevor ich meinen Bruder im Krankenhaus besuchte, holte ich im Haus meiner Eltern die Mangos ab.

Mein Bruder ist wenig später auch gestorben. Auf das Gehenlassen kann man sich nicht vorbereiten. Aber man kann den Prozess des Abschieds steuern, sich überlegen, worüber man noch sprechen möchte, eventuell letzte Wünsche erfüllen, wenn das noch möglich ist. Und man kann sich bereits mit dem Gedanken auseinandersetzen, wie es wohl sein wird ohne die Person.

Sich von meinem Bruder verabschieden zu müssen, obwohl er noch lebte, hat bei mir Schuldgefühle ausgelöst. Für meinen Bruder, der das Downsyndrom und auch autistische Züge hatte, waren Veränderungen immer schwer. Ich wusste, wenn er überlebt, würde das ein harter Weg für ihn werden. Meine Eltern waren nicht mehr da, und er hätte zusätzlich zu seinen geistigen auch körperliche Einschränkungen. Ich sagte zu ihm: Wenn du kämpfen willst, bin ich an deiner Seite, aber du musst nicht wegen mir bleiben. Ich gab ihm also die Erlaubnis zu gehen. Das war wichtig für mich, aber die Nacht davor, in der ich die Entscheidung getroffen hatte, war die Hölle. Ich machte mir Vorwürfe: Gibst du deinen Bruder jetzt auf? Hoffst du vielleicht sogar, dass er stirbt, damit du keine Arbeit mit ihm hast?

Als Notfallseelsorger weiß ich, dass man diese Gedanken haben darf. Sie sind eine normale Reaktion auf ein unnormales Ereignis. Manchmal spüren Hinterbliebene nach dem Tod eines geliebten Menschen auch Erleichterung. In der Trauer gibt es viel Ambivalenz. Damit umzugehen, ist sehr schwierig.

Es mag ein bisschen hart klingen, aber die Erfahrung, so eine Ausnahmesituation selbst durchzumachen, hat meine Arbeit einfacher gemacht. Ich weiß jetzt, wie man sich fühlt. Als ich in der Situation war, brauchte ich genau das, worauf ich als Notfallseelsorger in meinen Einsätzen schon immer Wert gelegt habe. Das hat mich noch sicherer werden lassen.

Anmerkung der Redaktion:

Albi Roebke hat das Buch geschrieben „Und plötzlich ist nichts mehr, wie es war“, erschienen im S. Fischer Verlag.

Der Bonner General-Anzeiger berichtet regelmäßig über Roebkes Arbeit. Ein Beispiel ist der nächste Beitrag von Nicolas Ottersbach, erschienen am 11. September 2025.



„Nervensystem bleibt auf Alarm“

Nicolas Ottersbach, General-Anzeiger Bonn

BONN-ENDENICH. Der Samstagabend begann für die rund 20 Fahrgäste der Linie 604 ganz normal. Einsteigen, vielleicht mit Einkäufen, mit den Gedanken ans Wochenende. Sekunden später verändert ein schwerer Unfall alles: Eine Radfahrerin geriet an der Kreuzung von Sebastianstraße und Flodelingsweg unter einen Linienbus. Ersthelfer reanimierten sie vor Ort, doch am Mittwoch teilte die Polizei mit, dass die 55-Jährige ihren schweren Verletzungen im Krankenhaus erlegen ist. Zurück bleiben nicht nur Angehörige, sondern auch die Menschen, die Zeugen dieses schrecklichen Moments wurden.

„Habe ich alles richtig gemacht?“

Doch wie lebt man weiter mit diesen Bildern, die sich ins Gedächtnis eingebrannt haben? „Psychologisch ist das Erleben für Ersthelfer und bloße Zeugen sehr unterschiedlich“, erklärt Notfallseelsorger Albi Roebke (57), der seit Jahrzehnten Menschen nach traumatischen Ereignissen in Bonn und der Region begleitet. Wer helfe, habe wenigstens die Möglichkeit, gegen das Gefühl der Ohnmacht etwas zu tun. „Diejenigen, die nur zusehen konnten, sind oft noch stärker belastet. Weil sie nichts tun konnten, obwohl sie Schreckliches erlebt haben. Das Gefühl von Ohnmacht ist das Schlimmste.“

Ersthelfer quälen danach häufig andere Fragen: Habe ich alles richtig gemacht? Hätte ich mehr tun können? „Wir gehen mit ihnen die Situation noch einmal durch, geben ihnen die Rückversicherung, dass sie nichts falsch gemacht haben. Fast immer war ihr Verhalten genau richtig. Das zu hören, hilft enorm.“

Bloße Augenzeugen empfinden dagegen ein Gefühl der Ohnmacht. „Das Nervensystem bleibt auf Alarm. Adrenalin und Puls sinken nicht sofort, man klebt innerlich in der Situation“, sagt Roebke. Der Schlüssel sei dann das Erzählen. Immer wieder. „Es macht das Erlebte nicht besser, es tröstet nicht. Aber man spürt: Es ist vorbei. Dadurch kann man Abstand gewinnen und Unsicherheiten ablegen.“ Solche Erlebnisse erschüttern das Grundvertrauen

ins Leben. „Wer mitten im Alltag erlebt, dass nichts mehr sicher ist, verliert für eine Zeit das Gefühl von Normalität.“ Doch das Vertrauen kann zurückkehren.

Entscheidend sei, wie das Umfeld reagiert. „Nicht bewerten, nicht in Mitleid ausbrechen. Einfach zuhören, sachlich nachfragen. Wer sagt: ‚Oh Gott, wie schrecklich!‘, verstärkt ungewollt den Stress.“ Deshalb braucht es professionelle Notfallseelsorger: Außenstehende, die neutral zuhören können. Das falle Angehörigen schwer, eben weil sie durch ihre Nähe empathisch sind und mitfühlen.

Aber auch Freunde und Bekannte können helfen. Roebke rät: „Gut ist, so viel Normalität wie möglich zu schaffen. Einen Kaffee trinken, spazieren gehen.“ Dinge, die zeigen, dass das Leben noch so ist, wie immer. Bewegung spielt dabei eine zentrale Rolle. „Alles, was länger als 20 Minuten dauert, wirkt biochemisch gegen den Stress. Das kann Laufen, Schwimmen oder auch Fußball sein“, sagt Roebke. Deshalb seien Hunde eine gute Hilfe. Mit dem Tier werde man zur Normalität gezwungen und könne das gut mit Bewegung verbinden.

Doch wann ist professionelle Hilfe nötig? Roebke beruhigt: „Bis zu sechs Wochen sind Alpträume, Schreckhaftigkeit oder Schlafprobleme völlig normal. Das ist Teil der Verarbeitung.“ Wichtig sei, auf die Entwicklung zu achten. „Ein emotionales Tagebuch hilft: Schlafe ich nach zwei Wochen schon etwas besser? Merke ich kleine Fortschritte? Dann ist der Prozess im Gange.“ Er rät zu einem emotionalen Tagebuch, das mit Zahlen geführt wird. Man notiere sich beispielsweise, wie viele Stunden man durchschlafen konnte. Werden es mehr, könne man eine Besserung objektiv ablesen.

Bleiben Symptome allerdings über Wochen unverändert stark, etwa dauerhafte Schlaflosigkeit, belastende Erinnerungen oder das Gefühl ständiger Bedrohung, sollte man Hilfe suchen. „Das heißt nicht, dass man krank ist. Aber dass man Unterstützung braucht.“

Herausgeber:

Verkehrsunfall-Opferhilfe Deutschland e.V. (VOD), Münster

Sitz: Deutsche Hochschule der Polizei (DHPol)

Adresse: HSPV NRW

Nevinghoff 8/10

48147 Münster

info@vod-ev.org

www.vod-ev.org

Konzeption, Interviews und Redaktion:

Michael Heß

Gestaltung:

SW MEDIA GmbH

www.sw.media.de

Illustrationen:

Matthias Hofmeister (mit Hilfe von KI)

www.matthiashofmeister.com

Titelfoto:

Ubi17 (Fotolia)

Fotos:

Adobe Stock: PRASETIYO, Sungguh, contrastwerkstatt, Günter Menzl, Fatih, Daniel Ernst (Seite 9), Denis Tuev (Seite 27), Bittner KAUFBUILD.de (Seite 55), lyzs/Westend61 (Seite 59), benjaminolte (Seite 83)

Druckerei:

molberg medien, Bonn

© Münster 2026

ISSN (Print) 2748-0925

ISSN (Online) 2751-3998