

Gesprächsleitfaden für verwaiste Eltern

Leitfaden für Gespräche mit Eltern, die ihr Kind durch Suizid verloren haben

Version 3.1 – Suizid

13.09.2026

Gesprächsleitfaden für verwaiste Eltern

Inhalt

Hinweise zur Gesprächsdurchführung	3
Vorphase zum gegenseitigen Kennenlernen und Vertrauensaufbau	3
Optionale Phase die Zeit davor	3
Phase 3 Der Tod und das Erfahren der Nachricht	5
Phase 4 Die ersten Tage und Wochen nach dem Tod	5
Phase 5 Trauerzeit und Rückkehr in den Alltag	6
Abschlussfragen	7
Anhang A	8

Dieses Dokument ist ein strukturierter Gesprächsleitfaden für Gespräche mit Eltern, die ihr Kind durch Suizid verloren haben.

Ziel: Erhebung narrativer Erfahrungsberichte

Methodik: Leitfadengestützt, halbstrukturiert, mit offen-narrativen Impulsen

Dauer: ca. 2–3 Stunden

Ort: Vor Ort oder virtuell, nach Wunsch der Teilnehmenden

Aufzeichnung: Digital und entsprechend Einwilligung

Wichtiger Hinweis für Gesprächsführende

- *Das Gespräch darf nur durchgeführt werden, wenn die befragte Person zuvor umfassend über den Zweck des Projekts, die Verwendung der Daten sowie den Datenschutz informiert wurde und die Informations- und Einwilligungserklärung verstanden und akzeptiert hat.*
- *Es ist der befragten Person ausdrücklich mitzuteilen, dass das Gespräch jederzeit – ohne Angabe von Gründen – unterbrochen oder abgebrochen werden kann, falls dies gewünscht wird.*
- *Die befragte Person ist darauf hinzuweisen, dass das Gespräch emotional belastend sein und Gefühle hervorrufen kann. Falls nach dem Gespräch Gesprächsbedarf, Fragen oder der Wunsch nach Unterstützung bestehen, kann sie sich jederzeit an die Projektleitung wenden. Die Kontaktangaben finden sich auf der Informations- und Einwilligungserklärung.*
- *Zu Beginn jeder Phase soll der Erzählimpuls ohne Unterbrechung oder Detailfragen zur freien Erzählung anregen.*
- *Erst nachdem die freie Erzählung abgeschlossen ist, werden die vertiefenden Ergänzungsfragen eingesetzt. Diese dienen dazu, relevante Aspekte zu vertiefen, thematische Lücken zu schliessen und eine gewisse Standardisierung der erhobenen Themen sicherzustellen.*
- *Der Leitfaden enthält bewusst auch geschlossene Fragen. Wird eine solche Frage mit «Nein» beantwortet, respektieren Sie dies und gehen Sie ohne Nachbohren zur nächsten Frage oder Phase über. Bei einem «Ja» laden Sie zum Erzählen ein: «Möchten Sie mir mehr darüber erzählen?» oder «Wie war das für Sie?»*
- *Das zweistufige Vorgehen verbindet die freie Erzählung mit einer anschliessenden strukturierten Vertiefung. So bleiben die individuellen Erfahrungen sichtbar und die behandelten Themen können für die Darstellung auf der Wissensplattform systematisch verglichen und eingeordnet werden.*

Hinweise zur Gesprächsdurchführung

Der Leitfaden folgt drei Phasen des Weges nach dem Verlust eines Kindes durch Suizid. Er beginnt mit dem Tod und dem Erfahren der Nachricht, führt über die unmittelbare Zeit nach dem Tod und endet mit dem Leben nach dem Verlust und der Rückkehr in den Alltag. Eine ausführliche Beschreibung der Phasen findet sich im Anhang A.

In manchen Fällen gibt es eine relevante Vorgeschichte – etwa eine psychische Erkrankung, auffälliges Verhalten oder frühere Suizidversuche. In anderen Fällen kam der Tod völlig unerwartet. Der Leitfaden bietet Raum für beide Situationen.

Vor dem thematischen Teil steht eine Vorphase zum gegenseitigen Kennenlernen und Vertrauensaufbau. Anschliessend beginnt das Gespräch mit einem offenen Erzählimpuls. Er gibt den befragten Personen Raum, ihre Erfahrungen frei und ohne thematische Einschränkungen zu schildern.

Vorphase zum gegenseitigen Kennenlernen und Vertrauensaufbau

Einleitende Frage

- Erzählen Sie mir zunächst ein wenig von sich und Ihrer Familie.

Mögliche natürliche Nachfragen

- Wie alt war Ihr Kind und wie lange ist es her, seit Ihr Kind gestorben ist?
- Leben Sie zusammen als Familie, oder wie ist Ihre Wohnsituation?
- Haben Sie weitere Kinder?
- Sind Sie berufstätig, oder wie gestaltet sich aktuell Ihr Alltag?

Hinweis zur Terminologie

In diesem Leitfaden wird unterschieden zwischen:

- **Betroffene Familie:** Das verstorbene Kind sowie dessen Eltern oder Erziehungsberechtigte und Geschwister. Sie stehen im Zentrum des Geschehens und tragen die unmittelbare Last von Tod und Trauer.
- **Nahestehende:** Personen ausserhalb der Kernfamilie, die das Kind, die Eltern oder die ganze Familie begleiten. Dazu gehören zum Beispiel Grosseltern, Tanten und Onkel, Patinnen und Paten sowie enge Freundinnen und Freunde. Sie sind selbst betroffen und begleiten zugleich die betroffene Familie.

Optionale Phase die Zeit davor

Hinweis zur Haltung

Diese Phase kann die Frage «Hätte ich es verhindern können?» berühren.

Die Gesprächsleitenden sollen:

- keine Ursachenforschung betreiben,

- nicht nach «verpassten Zeichen» fragen,
- die Perspektive der Eltern anerkennen, ohne zu werten, und
- Raum für Ambivalenz und ungelöste Fragen lassen.

Diese Phase ist nur relevant, wenn es eine erkennbare Vorgeschichte gab, etwa eine psychische Erkrankung, auffälliges Verhalten, frühere Suizidversuche oder therapeutische Behandlungen. Manche Eltern berichten, dass der Suizid ihres Kindes völlig unerwartet kam. In diesem Fall wird diese Phase übersprungen. Die Fragen dürfen nicht suggerieren, dass es «immer Anzeichen gibt». Dies könnte Schuldgefühle verstärken.

Sondierungsfrage

«Jede Familie erlebt den Weg bis zum Tod ihres Kindes anders. Bei manchen gab es eine Vorgeschichte – schwierige Zeiten, eine psychische Erkrankung, vielleicht auch frühere Krisen. Bei anderen kam der Suizid völlig unerwartet, ohne erkennbare Vorzeichen. Wie war das bei Ihnen?»

Bei einer Vorgeschichte

Erzählimpuls

- Wie haben Sie diese Zeit als Elternteil eines Kindes erlebt, das mit [seiner psychischen Erkrankung oder diesen Schwierigkeiten] kämpfte?
- Inwiefern gab es Momente, in denen Sie sich Sorgen machten, Ihr Kind könnte sich etwas antun?

Vertiefende Fragen

Nur stellen, falls das Thema im Erzählimpuls noch nicht ausreichend behandelt wurde.

1. Emotionales Erleben und persönliche Verarbeitung

- Welche Gefühle haben diese Zeit geprägt – Sorge, Hilflosigkeit, Hoffnung, Erschöpfung?
- Wie sind Sie mit der Ungewissheit umgegangen?
- Gab es Momente, in denen Sie spürten, dass etwas Schlimmes passieren könnte?

2. Soziale Beziehungen und Interaktionen

- Wie haben Sie die Zusammenarbeit mit Fachpersonen erlebt, etwa mit Therapeutinnen und Therapeuten, Psychiaterinnen und Psychiatern oder Kliniken?
- Hatten Sie das Gefühl, dass Ihr Kind die richtige Hilfe bekam?
- Wie offen konnten Sie im Familien- oder Freundeskreis über die Situation sprechen?
- Haben Sie Stigmatisierung erlebt – bei sich selbst oder Ihrem Kind?

Bei einem unerwarteten Tod ohne erkennbare Vorzeichen

Nehmen Sie die Aussage ohne weitere Nachfrage an und gehen Sie zur nächsten Phase über.

Phase 3 Der Tod und das Erfahren der Nachricht

Hinweis für Gesprächsleitende: Bei einem Suizid gibt es keinen begleiteten Sterbeprozess. Im Zentrum steht der Moment, in dem die Eltern vom Tod erfahren haben, etwa durch das Auffinden, einen Anruf der Polizei oder auf einem anderen Weg. Diese Erfahrung kann traumatisch sein. Stellen Sie die Fragen behutsam. Die Eltern entscheiden selbst, wie viel sie erzählen möchten.

Mögliche Überleitung

«Vielen Dank für Ihre wertvollen Antworten. Wir kommen jetzt zu einem weiteren Thema, nämlich dem Moment, als Sie vom Tod Ihres Kindes erfahren haben. Dieser Moment kann sich tief eingebrannt haben. Ich weiss nicht, ob Sie auch dazu etwas sagen möchten – oder ob wir zuerst eine kurze Pause machen sollen.»

Erzählimpuls

- Möchten Sie mir erzählen, wie Sie vom Tod Ihres Kindes erfahren haben?
- Was ist Ihnen von diesem Moment und den Stunden danach in Erinnerung geblieben?
- War es Ihnen möglich, sich im Wissen um den bevorstehenden Tod von Ihrem Kind zu verabschieden?

Vertiefende Fragen

Nur stellen, falls das Thema im Erzählimpuls noch nicht ausreichend behandelt wurde.

1. Emotionales Erleben und persönliche Verarbeitung

- Welche Gefühle haben Sie in diesem Moment und den ersten Stunden danach erlebt?
- Wie haben Sie die Zeit unmittelbar nach der Nachricht überstanden?
- Gab es Gedanken oder Fragen, die Sie in diesen ersten Momenten besonders beschäftigt haben?

2. Soziale Beziehungen und Interaktionen

- Wer war in diesen ersten Stunden an Ihrer Seite?
- Wie haben Sie den Kontakt mit Polizei, Rettungsdienst oder anderen Behörden erlebt?
- Wie haben Sie es erlebt, andere Familienmitglieder oder nahestehende Personen zu informieren?

Phase 4 Die ersten Tage und Wochen nach dem Tod

Erzählimpuls

- Wie haben Sie die ersten Tage und Wochen nach dem Tod Ihres Kindes erlebt?
- Welche Menschen oder Rituale waren in dieser Zeit für Sie wichtig?
- Wie haben Sie die Abschiednahme und Beerdigung gestaltet?

Vertiefende Fragen

Nur stellen, falls das Thema im Erzählimpuls noch nicht ausreichend behandelt wurde.

1. Emotionales Erleben und persönliche Verarbeitung

- Welche Gefühle haben diese ersten Tage und Wochen geprägt?
- Haben Sie nach Erklärungen oder Antworten gesucht? Wie sind Sie damit umgegangen?
- Gab es einen Abschiedsbrief oder andere Hinweise – und wie war es, damit konfrontiert zu sein?
- Gab es die Möglichkeit, sich von Ihrem Kind zu verabschieden?

2. Soziale Beziehungen und Interaktionen

- Wer war in dieser Zeit an Ihrer Seite – und wie haben diese Personen Sie unterstützt?
- Wie haben Sie es erlebt, anderen von der Todesursache zu erzählen? Gab es Reaktionen, die Sie verletzt oder überrascht haben?
- Wie war der Kontakt mit Behörden, Rechtsmedizin oder anderen offiziellen Stellen?
- Wie haben Schule, Arbeitgebende oder andere Institutionen reagiert?

Phase 5 Trauerzeit und Rückkehr in den Alltag

Erzählimpuls

- Wie sah Ihr Leben in den Monaten nach dem Tod Ihres Kindes aus?
- Wie hat sich Ihre Trauer im Laufe der Zeit verändert – und welche Rolle spielt Ihr Kind heute in Ihrem Leben?
- Wie gehen Sie heute damit um, wenn Sie auf die Todesursache angesprochen werden?

Vertiefende Fragen

Nur stellen, falls das Thema im Erzählimpuls noch nicht ausreichend behandelt wurde.

1. Emotionales Erleben und persönliche Verarbeitung

- Gibt es bestimmte Auslöser oder Momente, in denen die Trauer besonders stark spürbar war oder ist?
- Wie sind Sie mit Fragen nach dem «Warum» umgegangen – Ihren eigenen und denen anderer?

«Manche Eltern berichten von Schuldgefühlen oder Selbstvorwürfen. Sie gehen gedanklich Situationen durch, in denen sie vielleicht anders hätten reagieren können, und stellen sich vor, dass dann alles anders gekommen wäre. Inwiefern war oder ist das bei Ihnen auch der Fall?»

- Welche Rolle spielten Schuldgefühle oder Selbstvorwürfe? Wie hat sich das im Laufe der Zeit verändert?
- Welche Wege haben Sie gefunden, mit dem Verlust zu leben?

2. Soziale Beziehungen und Interaktionen

- Wie hat sich Ihr Verhältnis zur Familie, zu Freundinnen und Freunden oder zu Bekannten verändert?
- Haben Sie erlebt, dass Menschen sich zurückgezogen haben oder nicht wussten, wie sie mit Ihnen umgehen sollen?
- Welche Erfahrungen haben Sie mit Arbeitgebenden, Schulen oder anderen Institutionen gemacht?
- Haben Sie Austausch mit anderen betroffenen Eltern gesucht? Wie haben Sie das erlebt?

Abschlussfragen

Hinweis für Gesprächsleitende:

Bieten Sie vor diesem Teil eine Pause an. Leiten Sie dann über:

Mögliche Überleitung und Erzählimpuls

«Abschliessend würde ich gerne erfahren, was Sie anderen Eltern unbedingt mitgeben möchten, die Ähnliches erleben?»

Vertiefende Fragen

Nur stellen, falls das Thema im Erzählimpuls noch nicht ausreichend behandelt wurde.

- Mit dem Wissen von heute, was hätten Sie sich in den verschiedenen Phasen gewünscht?
- Wer oder was hat Ihnen in den verschiedenen Phasen Halt gegeben?
- Gab es Momente, in denen Sie sich vom professionellen Unterstützungssystem im Stich gelassen fühlten?
- Was hätten Sie gebraucht, was nicht verfügbar war?
- Was gibt es, das Sie selbst gerne früher gewusst hätten?
- Welche Unterstützung wäre aus Ihrer Sicht besonders wichtig?

Anhang A

Phasen auf dem Weg nach dem Verlust eines Kindes durch Suizid

Eltern, die ihr Kind durch Suizid verloren haben, erleben diese Zeit unterschiedlich. Auch Ehepartnerinnen und Ehepartner können auf unterschiedliche Weise trauern. Zur Orientierung gliedert der Leitfaden den Weg in die folgenden Phasen.

Optionale Phase Die Zeit davor

In manchen Fällen gab es eine Vorgeschichte: Das Kind lebte mit einer psychischen Erkrankung, zeigte auffälliges Verhalten, hatte bereits Suizidversuche unternommen oder war in therapeutischer Behandlung. Eltern machten sich möglicherweise anhaltend Sorgen, begleiteten Therapien, setzten sich mit dem professionellen Unterstützungssystem auseinander und hofften auf Besserung. In anderen Fällen kam der Suizid ohne erkennbare Vorzeichen. Diese Phase ist nur für Eltern relevant, bei denen es eine solche Vorgeschichte gab.

Phase 3 Der Tod und das Erfahren der Nachricht

Eltern erfahren vom Tod ihres Kindes durch das Auffinden, einen Anruf der Polizei oder auf einem anderen Weg. Dieser Moment kann traumatisch sein und einen tiefen Einschnitt bedeuten. Fragen nach dem «Warum», Schock und Ungläubigkeit können die ersten Stunden prägen. Behörden, Polizei und möglicherweise die Rechtsmedizin werden Teil dieser persönlichen Situation.

Phase 4 Die ersten Tage und Wochen

In den ersten Tagen und Wochen stehen die Abschiednahme, die Beerdigung und das Informieren des Umfelds im Vordergrund. Eltern entscheiden, was sie über die Todesursache sagen möchten, und erleben dabei unterschiedliche Reaktionen. Behördliche Abläufe, das Warten auf die Freigabe des Leichnams und organisatorische Anforderungen können das Trauern zusätzlich belasten. Die Gestaltung des Abschieds kann die Erinnerung und das weitere Leben prägen.

Phase 5 Mit der Trauer leben

Nach einem Suizid können Fragen, Schuldgefühle und das Gefühl, anders zu trauern als andere, die Trauer prägen. Stigmatisierung und Sprachlosigkeit im Umfeld können die Isolation verstärken. Eltern suchen Wege, mit dem Verlust zu leben, das Andenken zu bewahren und in ihrem eigenen Tempo in einen veränderten Alltag zurückzufinden. Der Austausch mit anderen betroffenen Eltern kann dabei unterstützen.

Kontakt

Andri Christen-Cevallos Rosero
Verwaister Vater & Präsident
Schweizerische Gemeinschaft verwaister Eltern (SGVE)
Scharnachtalstrasse 12
CH-3006 Bern

+41 (0)79 833 29 64

info@sgve.ch

www.sgve.ch

Stand: 13. September 2026



Lizenz und Zitation

Dieses Dokument ist unter der Creative-Commons-Lizenz Namensnennung 4.0 International (CC BY 4.0) veröffentlicht. Es darf frei genutzt, geteilt, übersetzt und bearbeitet werden, auch für kommerzielle Zwecke, sofern die SGVE als Quelle genannt wird.

Zitiervorschlag. Schweizerische Gemeinschaft verwaister Eltern (SGVE) (2026). Gesprächsleitfaden für verwaiste Eltern. Reihe Gesprächsleitfäden, Thema Suizid, Version 3.1. «URL», abgerufen am «TT.MM.JJJJ».



CC BY 4.0 · Namensnennung 4.0 International