

# ePOS

Unternehmer,  
die Geschichte schreiben



Die Favoriten von  
Agnes Anna Jarosch  
& Rainer Wälde

**JÜRGEN GOSCH**  
DER HUMMER-  
KÖNIG VON SYLT

**RÜCKBLICK**  
**EPOS AWARD:**  
Bäcker Plentz ist  
Sinnstifter des Jahres

# VOM BESTATTER ZUM KRISEN-COACH

Gunnar Schröder begleitet als Verlustexperte  
Menschen in ihren Trauerprozessen

von Micha Kunze

---

*Wir alle müssen sterben. Eine unbequeme Wahrheit und sicherlich nicht das beliebteste Thema auf einer Cocktailparty. Oder sonst irgendwo. Vielen Menschen wird das Ausmaß eines Todesfalls erst so richtig bewusst, wenn sie beim Bestatter sind. Eine Situation, die emotional strapazierend ist. Und ein Ort, an dem Gunnar Schröder den Trauernden mit Empathie und Weisheit begegnet.*

## Eine Spannung ohne Ausweg?

„Der Tod macht uns Angst. Ganz einfach, weil wir keine Ahnung haben, was danach kommt. Bei unbekanntem Ding wandeln wir Menschen auf dieser Welt einfach Nichtwissen in Wissen um. Aber beim Tod? Da geht das nicht. Wir bleiben ahnungslos, was da auf uns wartet. Diese Spannung ist existenziell. Und wir können sie nicht auflösen.“ Ein steiler Gesprächseinstieg, den Gunnar Schröder wählt. Aber wie sich herausstellen soll, nur die Spitze des Eisbergs.

Dank der sommerlichen Temperaturen hat sich Gunnar Schröder heute für einen entspannten Look entschieden, den er bei der Arbeit sicherlich nicht tragen würde: ein blau-weiß gestreiftes, bretonisches Shirt und Leinenshorts. Jetzt hat er nämlich Feierabend und genießt die letzten Sonnenstunden bei einem Gin Tonic in seinem geräumigen, heimelig eingerichteten Wohnzimmer. Eine gesunde Distanz zu seinem Arbeitsplatz zu wahren, scheint ihm gut zu gelingen. Das war nicht immer so.

## 50 Jahre alt, 40 Jahre Berufserfahrung

„Ich führe das Bestattungsunternehmen jetzt gemeinsam mit meinem Bruder in der vierten Generation. Und ob man es glaubt oder nicht, ich saß mit zehn Jahren schon am Telefon und habe die Anrufe entgegengenommen. Das hat mich natürlich wahnsinnig früh mit dem Thema Sterblichkeit konfrontiert.“ Fluch und Segen zugleich. Während Gunnar Schröder schnell ein Gespür für den Wert des Lebens gewinnt, steigt auch die Angst vor einem jungen Tod. Seine innere Balance kommt ins Wanken.

Nach dem Fachabitur herrscht Unklarheit darüber, wie der Weg weitergehen soll. Das Liebäugeln mit der Polizistenausbildung verliert gegen den sicheren Weg des Bankkaufmanns. Doch Gunnar Schröder landet schließlich wieder im familiengeführten Unternehmen: Neben seinem Bruder arbeiten noch seine Eltern und seine Ehefrau dort zusammen. Eine Konstellation, die große innere Konflikte befeuert. „Ich habe versucht,

es allen recht zu machen. Ich war nicht frei in meiner Arbeit und habe von allen Seiten nur Druck gespürt. Als Bestatter gilt es ja auch, einer gewissen gesellschaftlichen Norm zu entsprechen“, erzählt er. Dass er naturgemäß als Überbringer schlechter Nachrichten wahrgenommen wird, ist da auch nicht besonders hilfreich.

## Die eigenen Krisen als wertvolle Erfahrung sehen

Vom einfühlsamen Bestatter, der heute weit über Eutin hinaus bekannt ist, ist Gunnar Schröder damals noch ein ganzes Stück entfernt. „Wenn man 24/7 auf Abruf ist, keine Wochenenden hat und drei Mal im Jahr eine Woche in den Urlaub kommt, ohne wirklich runterzufahren – das geht nicht lange gut. Ich bin ständig über meine Grenzen gegangen und zweimal direkt in die Depression marschiert.“ Gunnar Schröder spricht bedacht und voller Gelassenheit. Er wirkt wesentlich aufgeräumter als das frühere Ich, das er hier beschreibt.

Der Weg aus der Bredouille? „Ich habe mir Anfang der 2000er einen Coach genommen. Ich habe begonnen, Arbeit zu delegieren. Es hat auch einige Zeit gebraucht, mich von dem äußeren Druck und den Erwartungen anderer Menschen zu lösen“, erzählt er. Diese Krisen – vor allem seine Zeit der Depression – sind für ihn heute eine wichtige Erfahrung. Denn er ist täglich mit Menschen im Gespräch, die selbst in einer Krise stecken.

## Nicht nur Bestatter, sondern Vollzeit-Philosoph

Trotz seiner Kämpfe reift in Gunnar Schröder zeitgleich ein wahrer Schatz heran: ein tiefes philosophisches und psychologisches Verständnis für den Menschen. „Klar, ich beschäftige mich schon das ganze Leben lang mit dem Tod und betreue Menschen in Krisensituationen. Da wächst Erkenntnis ganz automatisch.“ Doch damit gibt er sich nicht zufrieden. Über die Jahre bildet sich Gunnar Schröder fort, liest sich in die Materie ein und durchdringt zunehmend auch die philosophische Komplexität des Themas rund um Leben und Tod. Eine Qualität, die Menschen an ihm heute schätzen.



„Ich bin nicht nur Bestatter. Ich bin Verlustexperte. Ich leiste Perspektivarbeit. Und das ist der springende Punkt. Was braucht die Familie in diesem Moment von mir? Natürlich geht es da um die Art der Bestattung und Zeremonien. Aber es geht um so viel mehr. In dem Moment, in dem sich Menschen mit dem Bestatter treffen, ist das wie ein Eingeständnis, dass die verstorbene Person wirklich tot ist.“

### Das Mysterium der Trauer

In seiner Laufbahn hat Gunnar Schröder schon einiges miterlebt. Die abgeklärten Männer etwa, die sich von einem zynischen Spruch zum nächsten hangeln. Oder Menschen mit dünnem Nervenkostüm, die von Emotionswellen förmlich durchgepeitscht werden. Für Gunnar Schröder sind die Trauerphasen nach Verena Kast am greifbarsten: das Nicht-Wahrhaben-Wollen, das Ausbrechen der Emotionen, das Suchen und Sich-Trennen und zuletzt die Phase des neuen Selbst- und Weltbezugs. Wie viel Zeit zwischen diesen Phasen vergeht, sei jedes Mal unterschiedlich.

Dabei unterscheidet Gunnar Schröder zwischen der Seele, dem Empfindungsorgan, und dem Verstand, dem Regulierungsorgan. „Es ist wie bei einer Waage. Auf der Seelenseite wiegt der Verlust eines Menschen schwer, das ist wie ein Holzblock. Als Gegengewicht packen wir dann auf die Verstandesseite schöne Erinnerungen oder Dankbarkeit für die gemeinsame Zeit. Aber weil die Seele noch schmerzt, spült sie immer wieder wie ein Tsunami Emotionen über die Schale und räumt die Verstandesseite leer. Die müssen wir dann wieder mühsam befüllen. Das Gute dabei ist: Der Tsunami hat auch ein Stück des Holzblocks abgetragen. Das Gefühl von Verlust wird mit jedem Mal geringer. Das ist der Prozess des Trauerns.“

### In Zeiten des Verlusts ist Gunnar Schröders Coaching gefragt

Es sind verblüffende Bilder, die Gunnar Schröder zeichnet. Bilder, die er auch seinen Kunden liebevoll mit auf den Weg gibt, um ihnen den Raum und die Ermutigung für ihre Trauer zu geben. Auch abseits seines Berufs schaut er gesellschaftsphilosophisch auf das Thema Verlust und die daraus resultierenden Existenz- und Sinnfragen. Gerade jetzt, während der Corona-Krise, ist das präsenter denn je – Verluste hat jeder auf die eine oder andere Art zu beklagen. Ein Grund, warum die Nachfrage an Gunnar Schröders Coaching steigt.



Diese Kompetenz ist nicht nur aus seinem herausfordernden Beruf gewachsen. Gunnar Schröder hat jüngst einen Profifolger beraten und begleitet im Rahmen eines „Hands-on-Sponsorings“ zwei Fußballmannschaften der Verbands- und Oberliga. Eine Leidenschaft, die auf seinem tiefen Verständnis für Krisen und Wachstumsprozesse fußt und die in seiner neuen Coaching-Firma „Soul Support“ nun ausgebaut wird. Neue Perspektiven für Unternehmer und Profisportler, lebensnah und praktisch. „Wenn es etwas gibt, was ich gut kann“, sagt er und lacht herzlich, „dann ist es Menschen, die in der Scheiße sitzen, wieder rauszuholen.“

*Gunnar Schröders „Soul Support“ geht bald online:  
[www.soul-support.de](http://www.soul-support.de)*

## Best-Practice-Erfolgstools: Für Sie auf einen Blick

1

**Ihre Krisen sind eine wertvolle Ressource.** Schätzen Sie Krisenzeiten als Möglichkeit, zu wachsen und sich zu entwickeln. Mit diesem Bewusstsein werden Sie automatisch ein Vorbild für alle, die selbst durch eine Krise gehen.

2

**Verstehen Sie die tiefen Sehnsüchte Ihrer Kunden.** Welche inneren Konflikte stecken hinter der Anfrage Ihrer Kunden? Lassen Sie sich empathisch auf diese Themen ein – und Sie werden Ihrer Dienstleistung eine ganz neue Qualität verleihen.

3

**Wagen Sie sich mit Ihrer Expertise auf neue Pfade.** Welche Softskills, welche tiefen Erkenntnisse hat Ihre bisherige Tätigkeit in Ihnen reifen lassen? Gibt es andere Aufgaben, die Sie mit diesem neuen Skillset nun meistern können?