

Heiraten

„Es gibt immer eine Sache, die schiefgeht“



Trauzeug:in sein ist eine Ehre, bringt aber Pflichten mit sich. Eine Hochzeitsplanerin erklärt, wann man die Aufgabe nicht annehmen sollte, wie man Streit beim Junggesellenabschied vermeidet und welche Rolle die eigenen Vorstellungen spielen sollten.

Interview von Nadja Riahi

9. August 2022 • 5 Min. Lesezeit

Was für eine Ehre: Deine Liebsten heiraten und du wurdest gefragt, ob du Trauzeug:in sein möchtest. Die Freude ist groß, die Aufregung noch größer. Denn als Trauzeug:in hat man oft Aufgaben, die über das bloße Unterschreiben auf dem Standesamt hinaus gehen.

Julia Heimann, 37, arbeitet in München als [Hochzeitsplanerin](#). Sie unterstützt Paare dabei, ihre Traumhochzeit zu verwirklichen, und ist dabei immer auch in engem Kontakt mit den Trauzeug:innen. Im Interview erklärt sie, welche Eigenschaften gute Trauzeug:innen ausmachen, was die konkreten Aufgaben sind und wann man die Rolle besser ablehnen sollte.

jetzt: Was erwarten die meisten von ihren Trauzeug:innen?

Julia Heimann: Dass sie ihnen Halt und Zuversicht geben. Als Trauzeug:in stehe ich an der Seite des Brautpaares, begleite ihre Schritte und Sorge vor und auch während des Hochzeitsfestes dafür, dass nichts vergessen wird. Und, ganz wichtig: Ich freue mich mit. Ich habe schon von Bräuten gehört, die sich total auf das Aussuchen des Brautkleides gefreut haben, aber niemand Zeit und Lust hatte, sie zum Termin zu begleiten. Als Trauzeug:in ist es meine Aufgabe, die Euphorie des Brautpaares mitzunehmen.

Sollte ich die Rolle annehmen, wenn ich meine Freundin zwar sehr mag, vom Heiraten aber gar nichts halte?

Man kann die Rolle trotzdem annehmen. Die persönliche Einstellung zum Heiraten spielt dabei meiner Meinung nach eine untergeordnete Rolle. Ich kann die beiden und ihre Partnerschaft trotzdem unterstützen.

Wann sollte ich die Rolle der Trauzeug:in eher nicht annehmen?

Hochzeiten finden meistens im Sommer statt und werden an den Wochenenden geplant. Wenn ich vorher weiß, dass ich zu diesen Zeiten mit anderen Events oder mit beruflichen Aufgaben vollgepackt bin, dann sollte ich lieber ablehnen oder nach einer entsprechenden Unterstützung fragen, mit der ich mir die Aufgaben teile. Ablehnen sollte man auch, wenn man nicht hinter der Hochzeit steht.

Welche Eigenschaften machen eine:n gute:n Trauzeug:in aus?

Dass man unterstützend, positiv und organisiert ist. Am besten, man schreibt gerne Listen. Je näher der Tag der Hochzeit rückt, desto höher ist das Stresslevel. Da ist es gut, wenn ich als Trauzeug:in weiß, wie ich das Brautpaar beruhigen kann. Ein gewisses Improvisationstalent ist auch von Vorteil. Es gibt erfahrungsgemäß immer eine Sache, die schiefgeht. Zum Beispiel, wenn sich die Braut den Kaffee über das Kleid kippt, der Pfarrer zu spät kommt, oder es anfängt zu regnen.

Dann liegt es an den Trauzeug:innen, Ruhe zu vermitteln und zu sagen: „Okay, jetzt atmen wir alle tief durch. Es ist nicht so schlimm, und wir kriegen das hin.“ Da die Trauzeug:innen oft auch einen Junggesell:innenabschied organisieren, ist es gut, wenn man kein Problem damit hat, auch mal eine Ansage zu machen.

Wie kann ich mich als Trauzeug:in auf den Tag der Hochzeit vorbereiten?

Indem man sich vorab mit der Location und dem Ablauf des Tages vertraut macht. Es ist wichtig, zu wissen, wie das Fest gestaltet sein soll, welche und wie viele Beiträge oder Reden geplant und ob Spiele erwünscht sind.

Angenommen, die Braut wünscht sich einen richtig pompösen Junggesellenabschied. Ich habe aber dafür eigentlich weder Zeit noch Geld. Wie kommuniziere ich das gut?

Offen und ehrlich zu sein, ist immer die beste Variante. Da reicht ein: „Ich würde dir gerne helfen, und es hat nichts damit zu tun, dass ich dich nicht liebe. Mir fehlen aber die Zeit und das Geld.“ Dann kann man überlegen, ob es vielleicht noch jemanden gibt, der einen unterstützt.

Wie sollte ich reagieren, wenn es bei der Organisation des Junggesell:innenabschieds zu Streit kommt?

Als Trauzeug:in ist man verantwortlich. Oft gibt es diese Whatsapp-Gruppen, in denen immer wieder neue Vorschläge gemacht werden. Am Ende verrennt man sich, in der Gruppe sind 1000 Nachrichten, und man weiß nicht mehr, wo vorne und wo hinten ist. Mein Tipp: Lass dich nicht verunsichern, hab keine Angst davor, Entscheidungen zu treffen und Vorschläge nett, aber bestimmt, abzulehnen.

Was kann ich tun, wenn ich überfordert mit meinen Aufgaben bin oder nicht mehr Trauzeug:in sein möchte?

Die Gefühle offen kommunizieren. Oft fühlen sich Paare dann erst einmal ein bisschen im Stich gelassen, besonders, wenn die Planung schon fortgeschritten ist. Da ist es gut, wenn man direkt Lösungen anbietet, zum Beispiel: „Hey, ich hab schon mit Freundin XY gesprochen und die würde mich dabei unterstützen oder für mich übernehmen. Ist das für dich okay?“. Einfach zu sagen: „Ich habe keine Zeit oder Lust mehr. Sucht jemand anderen“, das kann eine Freundschaft ganz schön knicken.

Ich will auf der Hochzeit gerne eine Rede halten, bin aber eigentlich eher schüchtern. Hast du einen guten Tipp?

Die Rede einfach eher kurz halten. Viele machen es auch so, dass sie im Vorhinein ein Video der Rede aufnehmen und das dann abspielen. Das finde ich eine schöne Idee. Ich kann die Rede aber auch von jemand anderem vortragen lassen.

Welche Rolle spielt als Trauzeug:in meine eigene Vorstellung von der „perfekten Hochzeit“?

Sie sollte keine große spielen. Es ist total menschlich, dass man die eigene Meinung und das eigene Befinden in die Planung mit einbringen will. Es ist aber besser, sich da zurückzuhalten – außer, man wird explizit gefragt. Denn der Tag gehört dem Paar, nicht mir.

Habe ich über die Hochzeit hinaus weitere Verpflichtungen?

Als Trauzeug:in sollte man an den Hochzeitstag des Paares denken und eventuell eine Überraschung vorbereiten, gerade zum ersten Hochzeitstag. Das ist keine klassische Verpflichtung, aber eine schöne Sache.

No Go

Trauzeug:innen sollten sich am Hochzeitstag auf keinen Fall selbst in den Mittelpunkt stellen, sagt Julia Heimann: „Natürlich hat man eine wichtige Aufgabe, ganz klar, aber man sollte sich selbst nicht zu wichtig nehmen.“

Medientipp

In ihrem Podcast „Die Hochzeitsplauderei“ sprechen Svenja und Robino übers Heiraten und alles, was dazu gehört. Die Podcastfolgen [„Trauzeugen Aufgaben am Hochzeitstag“](#) und [„Die Trauzeugen-Rede“](#) geben Trauzeug:innen hilfreiche Do's and Don'ts mit auf den Weg.

Community Tipp

„Viel abstimmen mit der Braut. Sie muss nicht alles wissen, was kommt, aber generell muss die Richtung klar sein, damit es keine Enttäuschung gibt.“

@s_as_k_ia zur Frage:
Was macht gute Trauzeug:innen aus?

jetzt

Foto: jetzt

Team

Text

Nadja Riahi

Digitales Storytelling

jetzt

Diese Geschichte teilen



Mehr große Geschichten



SZPlus Hochzeiten

Verliebt, verlobt, verschuldet?

Eine Hochzeitsfeier kann schnell sehr teuer werden. Sieben Paare erzählen, wie viel sie für ihre Party ausgegeben haben, wie sie alles finanziert haben und wo sie heute sparen würden.



SZPlus Investment

Jung und reich durch Immobilien?

Sie sind Anfang 20 und vermieten schon Wohnungen in Leipzig, Frankfurt, Essen. Junge Immobilieninvestoren teilen in den sozialen Medien ihren Weg zur festen Kapitalanlage. Alles sieht ganz einfach aus - stimmt das?



SZPlus Psychologie

Meine Mutter, die Narzisstin

Lange dachte Clara, ihre Mutter sei einfach gehässig. Dann fand sie heraus: Es handelt sich um eine narzisstische Persönlichkeitsstörung. Wie erkennt man Narzissmus und wie können Angehörige damit umgehen?



SZPlus Psychologie

Wie man seine Kindheit aufarbeiten kann

Psychische Probleme, die man als Erwachsener hat, liegen oft in der Kindheit begründet. Wann sollte man sich mit der eigenen Vergangenheit auseinandersetzen? Und wann Erinnerungen besser ruhen lassen? Ein Gespräch mit Psychologe Ramon Schlemmbach.



SZPlus Millennials

Muss man mit 30 wissen, was man will?

Mit 30 ist der Druck groß, irgendetwas vorweisen zu können. Aber was, wenn man das nicht kann und keine Ahnung hat, was man will und es vielleicht nie wissen wird?



SZPlus Gesundheit

Was stimmt nicht mit mir?

Svenja leidet unter Konzentrationsproblemen, im Alltag kann sie nicht mit den anderen mithalten und entwickelt eine soziale Phobie. Erst sehr spät wird die Diagnose gestellt: ADHS. Und das verändert alles. Über eine vor allem bei Frauen oft unentdeckte Krankheit.



Digitales erleben

Innovative Reportagen, interaktive Recherchen, Podcasts, Datenjournalismus und Videos – eine Auswahl der meistgelesenen digitalen Projekte der Süddeutschen Zeitung.

Jetzt lesen →