

Die Trauer um ein Kind

Eines Tages erreichte uns der Anruf einer Redakteurin des katholischen Radiosenders Radio Horeb.

An sie hatte sich eine hilfeschuchende Frau gewandt, deren Freundin mit einem „besonderen Kind“ schwanger war. In der Klinik wurde der Mutter geraten, ihr Kind schnellstmöglich abzutreiben, weil sonst auch ihr eigenes Leben in Gefahr sei. Man setzte sie mit Angst unter Druck.

Bei dem ungeborenen Kind, einem kleinen Jungen, wurde Trisomie 18, auch Edwards-Syndrom genannt, diagnostiziert.

Die Prognose dieser Kinder ist sehr ungünstig. Etwa 90 % der Kinder mit Edwards-Syndrom erreichen nicht die Geburt und sterben noch im Mutterleib. Bei den lebend geborenen Kindern beträgt die durchschnittliche Lebensdauer 4 Tage, aber meistens sterben diese Kinder kurz nach der Geburt. Nur 10% der männlichen und 55% der weiblichen Kinder erleben den ersten Geburtstag.

Die schon wegen der Diagnose verzweifelte Mutter nahm mit mir Kontakt auf und erzählte mir ihr Leid und ihre Ängste. Sie wollte keine Abtreibung, sondern ihr „besonderes Kind“, einen Jungen, zur Welt bringen. In der Klinik nötigte man sie abzutreiben und machte ihr Angst mit der Aussage: „Wenn sie das Kind weiter austragen, ist ihr Leben in großer Gefahr und sie haben doch noch zwei kleine Kinder, die ihre Mutter brauchen. Sollten sie sich nicht zu einer Abtreibung entschließen, können wir leider nichts mehr für sie tun.“ Man verwehrte ihr sogar, wenn sie, gegen den Rat der Ärzte, ihr Kind doch zur die Welt bringe, in dieser Klinik entbinden zu können.

Mir fehlten die Worte, als ich dies alles von der verzweifelten Mutter hörte. Wir führten lange, ausführliche Gespräche. Ich konnte sie ermutigen und bestärken an ihrem Vorhaben, ihren Jungen zur Welt zu bringen, festzuhalten und versprach ihr unsere Hilfe. Ein Gynäkologe aus der Schweiz, mit dem die Aktion Leben e.V. eng zusammenarbeitet und ver-



Shutterstock.com / fizkes

bunden ist, wurde eingeschaltet. Die Mutter konnte am nächsten Tag Kontakt mit ihm aufnehmen. Mit viel Ruhe und Empathie erklärte er ihr ausführlich das Krankheitsbild des Kindes und beantwortete ihre medizinischen Fragen zur Schwangerschaft. Es wurde Gott sei Dank schnell eine Klinik gefunden, welche die Mutter bestens medizinisch versorgte. Darüberhinaus wurden die Eltern bis zur Geburt sehr gut begleitet.

Leider ist es heute oft so, dass für viele Gynäkologen die Abtreibung die einzige „Therapieform“ zu sein scheint, die sie den Frauen anbieten.

Natürlich brauchen die Mütter, die ein Kind mit diesem oder einem anderen Krankheitsbild erwarten, eine besondere medizinische Behandlung und Begleitung. Was die Eltern auf keinen Fall brauchen, sind Ärzte und medizinisches Personal, welche sie noch zusätzlich verunsichern.

Wenn dann die Eltern, wie in diesem Fall, das Todesurteil ihres Kindes nicht unterschreiben, werden sie mit Missachtung gestraft. Aber birgt nicht jede Abtreibung eine Gefahr in sich?!

Bindung und Verlust

Die Mutter-Vater-Kind-Bindung vollzieht sich immer, egal, ob gesund oder krank, gewünscht oder unerwünscht.

Eine Bindung zum Kind entsteht, ob positiv oder negativ besetzt. In diesem Fall war es eine sehr starke

emotional positive Bindung zwischen der Mutter und ihrem ungeborenen Kind. Die Eltern, Geschwister, die ganze Familie freuten sich auf das Kind. Es ist ein menschliches Grundbedürfnis, emotionale Bindungen einzugehen, diese Bindung kann nicht einfach „durchtrennt“ werden.

Der **Kinderpsychiater John Bowlby** hat dies in seinen Büchern über Bindung und Verlust sehr umfassend beschrieben. „*Unser Leben können wir nur dann wirklich voll leben, wenn wir in der Lage sind, uns zu binden*“ - und auch angesichts eines möglichen Verlustes nicht vor einer Bindung zurückschrecken.

So sind Liebe und Trauer eng miteinander verbunden. Die Gedanken, die wir vor und während der Schwangerschaft unserem Kind widmen, sind die Fäden des Gewebes unserer Bindung. Wenn die begonnene Bindung abrupt abgebrochen wird, bleibt eine große Unruhe bei den Frauen, den Eltern zurück. **Einem sterbenden oder toten Baby zu begegnen, es anzuschauen, es zu berühren, es zu halten und mit ihm zu sprechen, ist sehr wichtig.**

Das Baby kennenzulernen, die Bindung zu ihm nochmals zu bejahen, ermöglicht den Eltern, den Geschwistern, den Großeltern ein gutes, heilsames Abschiednehmen, dass sie es „gehen lassen“ können - zuerst auf der physischen, dann auf der emotionalen und spirituellen Ebene. Es loszulassen heißt nicht, es zu vergessen, im Gegenteil, auch ein totes Baby soll für immer ein Teil unseres Lebens bleiben.

Erinnerungen helfen uns auf unserem Trauerweg und erleichtern die so wichtige Verarbeitung auch im Familiengefüge.

Kennenlernen - die Bindung vollenden

Einige Eltern fürchten zunächst, die Schmerzen einer Begegnung nicht verkraften zu können. Eine

Frau erzählte mir: „*Nach der Totgeburt meiner Tochter fragte mich die Hebamme, ob ich mein Kind sehen möchte. Ich dachte mir: ‚Wenn ich es jetzt sehe, werde ich wahnsinnig‘. Ein bis zwei Stunden später, nachdem es zur Untersuchung weggebracht worden war, überkam mich eine ungeheure Sehnsucht, mein Baby doch zu sehen. Aber ich hatte nicht mehr den Mut danach zu fragen.*“

Das Kind noch einmal bei sich zu haben, wenn das Hormonsystem sich einigermaßen normalisiert hat, kann den Frauen helfen, die Endgültigkeit seines Todes noch besser zu realisieren, was sie im Trauerprozess unterstützt.

Bei den Eltern, die ihr Kind nicht gesehen haben, bleibt eine Unruhe zurück, die vom Unerledigten herührt - von etwas, das sich im Nachhinein in dieser Form auch nicht mehr nachholen lässt.

Erkenntnis für die Existenz des Babys gewinnen

Wir brauchen konkrete Erinnerungen an unser Kind - Erinnerungen, wie es ausgesehen hat, was besonders an ihm war, wem es ähnlich gesehen hat, welche Wirkung es auf uns hatte. Schon winzige Babys haben eine besondere Ausstrahlung, erzählte mir eine Hebamme.

Es zu berühren, es wenigstens einmal im Arm oder - wenn es noch sehr klein ist - in unseren Händen zu halten, wird sich für immer in unsere Seele einbrennen. Unser Kind wird somit einen sicheren Platz in unserem Leben und in unserer Familie bekommen können. Trotz seines Todes wird so kein „dunkler Fleck“ zurückbleiben, der in der Tiefe weiter rumort und nach Erhellung sucht. Unser Kind im Rahmen des uns Möglichen erfahren und verabschiedet zu haben, bringt uns Frieden.

Eine Schwester widmete sich über 20 Jahren ihres Lebens der Begleitung und Betreuung trauernder Eltern. Sie empfiehlt, auch ein ganz winziges fehlgeborenes Baby zu sehen, wenn es bereits als Mensch erkennbar ist. Natürlich brauchen manche Eltern evtl. zunächst eine Hilfestellung oder Vorbereitung für die Begegnung mit ihrem Kind. Haben Mutter oder Vater trotzdem nicht die Kraft oder den Mut, das Kind selbst zu sehen, sollte auf jeden Fall jemand anderes



in der Lage sein, es zu sehen, um das Kind später genau der Mutter beschreiben zu können. Besonders zur Trauerverarbeitung ist dies sehr wichtig. Auf jeden Fall sollten Fotos gemacht werden. Wenn Neugeborene mit einer Fehlbildung zu Welt kommen, stellt sich die Frage, ob die Eltern diesen Anblick verkraften können. Erfahrungen haben gezeigt, dass die Realität nie so schlimm ist, wie die „Monsterfantasien“, die Eltern entwickeln, wenn sie ihr Kind nicht gesehen haben.



Shutterstock.com / Motortion Films

Kennenlernen und Abschiednehmen

Auch Geschwisterkinder können nur wirklich begreifen, was geschehen ist, wenn sie begreifen dürfen.

Kinder gehen mit dem Tod eines Babys meist ganz natürlich um. Wird der Tod von den Erwachsenen tabuisiert und werden Geschwister davon ausgeschlossen, können sie keine Hilfestellung bei der Verarbeitung ihrer Gefühle bekommen. Sie fühlen sich alleine gelassen.

Wenn Kinder ihre tiefen Wünsche und Gedanken mitteilen dürfen, werden sie keinen Schaden an der Begegnung mit dem Tod nehmen.

Kinder werden sich auf ihre Weise ganz unaufgefordert von ihrem toten Brüderchen oder Schwesterchen verabschieden. Kinder vertiefen ihre Bindung zu ihrem Geschwisterchen, wenn sie ihm etwas mitgeben dürfen, ein Spielzeug, ein Bild oder ein Briefchen.

Die 2004 verstorbene **Psychiaterin Elisabeth Kübler-Ross**, die sich mit dem Tod und dem Umgang mit den Sterbenden, mit Trauer und Trauerarbeit ihr Leben lang beschäftigte, sagte einmal: *„Beerdigung und Trauerfeier sind wichtige Familienergebnisse, was ganz Normales wie Familienmahlzeiten.“* Sie helfen uns, die Wirklichkeit anzunehmen und den Tod besser zu erfassen. Wenn wir die Kinder ausschließen, können sie das Gefühl bekommen, dass sie kein wichtiger Teil der Familie sind.

Natürlich sollen Kinder zu nichts gezwungen werden. Aber wir können ihnen zuvor erklären, was passiert ist. Gegebenenfalls kann es hilfreich sein, sich selbst vorher genauestens zu informieren!

Die erste Zeit danach

Wenn die Frau aus dem Schock langsam erwacht, bricht die Wirklichkeit über sie herein. Sie beginnt nach und nach zu begreifen, was passiert ist. Es beginnt die Suche nach dem Verlorenen und die unstillbare Sehnsucht danach. Eine Mutter erzählte mir: *„Ich habe unheimlich oft geträumt, dass ich durch Krankenhäuser gelaufen bin und mein Kind gesucht habe.“*

Dies ist eine Zeit des Nachdenkens, des Grübelns über meist unbeantwortbare Fragen, wie die Schweizer **Psychologin Verena Kast** in ihrem Buch „Trauer“ schreibt: *„Die Zeit der aufbrechenden Emotionen von Schmerz, Wut, Schuld, Angst, Versagen, Eifersucht und anderen starken Gefühlen, die durchlebt werden müssen, um wieder heil zu werden.“*

Die Gefühle wahrnehmen

Zum Heilwerden ist es wichtig, alle Gefühle leben zu dürfen. Sie zu verdrängen tut dem Körper und der Seele weh. Sie zuzulassen, sie auszuhalten ist ein Zeichen der Stärke. Es kann passieren, wenn unerfreuliche Gefühle zugelassen werden, dass unerwarteterweise auch Momente der intensiven Freude erlebt werden. Die Freude ist die Polarität des Leidens, für die sich keiner zu schämen braucht, sondern die ein jeder dankbar annehmen darf.

Der **Philosoph und Dichter Khalil Gibran** sagt dazu: *„Je tiefer sich das Leid in ever Sein eingräbt, desto mehr Freude könnt ihr fassen.“* Es ist ganz und gar in Ordnung, inmitten der Trauer auch zu lachen. Es ist gut, sich eine Erholungspause von der Trauer zu gönnen.

Trost finden

Manche Eltern entwickeln Vorstellungen, die ihnen Seelentrost geben können. Manche werden durch Musik getröstet. Andere tröstet es, dass sie im Traum ein Zeichen bekommen haben usw. Eltern, die ein Kind verloren haben, können auch durch Symbole Trost finden. Für christliche Eltern ist der größte Trost der Glaube und die Hoffnung auf das Wiedersehen mit ihrem Kind in der Ewigkeit.

Selbsthilfegruppe besuchen

Niemand kann trauernde Eltern besser verstehen als Menschen, die ein ähnliches Schicksal ereilt hat. Zu hören, dass es anderen Eltern genauso geht, hilft ihnen und sie wissen sich nicht alleine. Obwohl diese Gruppen ein Ort sind, an dem Gefühle unumwunden gezeigt werden dürfen, herrscht dort nicht nur Traurigkeit.

Eine Zeit der Hoffnung

Jede Nacht geht einmal zu Ende und ein neuer Tag beginnt. Jedem Winter folgt ein Frühling. Alles hat seine Zeit. Weinen hat seine Zeit, Lachen hat seine Zeit, Trauern hat seine Zeit, Tanzen hat seine Zeit. Ja, es gibt eine Zeit, das Trauern zu beenden. Je mehr die Mütter auf ihre innere Stimme hören, desto mehr sind sie im Einklang mit ihrem Rhythmus und ihrer inneren Uhr.

Der Erfahrung einen Sinn geben

Wir können es nicht verhindern, in unserem Leben auch Leid zu erfahren. Aber ob wir in Verzweiflung oder Hoffnungslosigkeit verharren oder dadurch in unserem Wachstum weiterkommen, liegt an uns. Ein wichtiger Aspekt des Trauerprozesses ist, ob es gelingt, der Erfahrung einen Sinn zu geben.

Der jüdische **Neurologe und Psychiater Viktor E. Frankl**, der einige Jahre seines Lebens im Konzentrationslager verbringen musste, sagte: „... *dass unser schlimmstes Leiden uns zum Erkennen des Sinnes unseres Lebens und unserer wahren Lebensaufgabe führen und uns helfen kann, negative Haltungen in uns*

auszulöschen. “Ein jeder hat die Wahl, wie er mit Leid umgeht. Die Frage nach dem „Warum“ kann zu immer tieferen, existentiellen Fragen führen über uns selbst, über Gott, Leben und Tod, über unsere Mitmenschen. Die Suche nach dem Sinn hebt in keiner Weise den intensiven, lang anhaltenden Schmerz beim Verlust eines Kindes auf. Natürlich ist jede Erfahrung einer trauernden Mutter individuell und verläuft unterschiedlich.

Die Mutter, die ich ein kleines Stück ihres schweren Weges begleiten durfte, hat per Kaiserschnitt den kleinen Emanuel zur Welt gebracht. Der Vater war bei der Geburt seines Sohnes dabei und ein Priester, der Emanuel das Sakrament der Taufe spendete. Er wurde von seinen Eltern willkommen geheißen. Emanuel hat eine halbe Stunde gelebt. Er ist in Geborgenheit, in Liebe in den Armen seiner Eltern gestorben. Als seine Geschwister und Großeltern kamen, war Emanuel bereits tot. Die Mutter erzählte mir, dass die Geschwister (5 und 2 Jahre alt) ganz natürlich mit ihrem Bruder umgegangen seien. Sie haben ihn angeschaut, gestreichelt, auf dem Arm gehabt. Auch die Großeltern konnten von ihrem Enkelsohn Abschied nehmen. Der kleine Emanuel hat ein Grab und einen festen Platz in seiner Familie. Die Mutter erzählte, dass die fünfjährige Tochter ihrem verstorbenen Bruder oft ein Bild male oder, wenn die Traurigkeit wieder ganz groß sei, zünde sie mit den Kindern eine Kerze vor dem Bild von Emanuel an oder sie gingen an sein Grab. Wie schön ist es, wenn es einen Platz gibt, wohin man die Trauer tragen kann.

Es darf niemals eine Option sein, sich eines ungeborenen Kindes durch Abtreibung zu entledigen. Dies ist sowohl an dem Kind als auch an den Eltern und Geschwistern ein Verbrechen.

Gabriele Hüter-Ramm
Geprüfte Psychologische Beraterin
Systemische Familienberaterin
Trauerbegleiterin
Mitglied im VFP
(Verband Freier Psychotherapeuten, Heilpraktiker für Psychotherapie und Psychologischer Berater e.V.)

V.i.S.d.P: Aktion Leben e.V.

Steinklingener Str. 24
D-69469 Weinheim-Oberflockenbach
Telefon: +49 (0)6201-392 219
E-Mail: g.hueter@aktion-leben.de

Bilder: Aktion Leben e.V.,
Shutterstock.com /fizkes, LightField Studios, Motortion Films
<https://www.aktion-leben.de/themen/lebens-themen/nach-der-abtreibung.html>