

Wenn Mutter und Vater zu Waisen werden

Ein Leben lang leiden Eltern unter dem Tod ihres Kindes – Halt können sie in der Familie und in Selbsthilfegruppen finden

Jedes Jahr sterben in Deutschland rund 20 000 Kinder und Jugendliche. Eine extreme Belastung, durch die Familien in eine schwere Krise geraten. Doch am Ende des Trauerweges gibt es wieder Licht.

Das Unfassbare ist eingetreten: Alexander ist tot. Um 2.30 Uhr hat sein Herz aufgehört zu schlagen. Vergeblich haben die Ärzte auf der Kinderkardiologie der Tübinger Uniklinik versucht, ihn zu reanimieren. Der Vierjährige kam mit einem schweren Herzfehler auf die Welt. Schon wenige Tage nach seiner Geburt wurde er operiert. Weitere Eingriffe folgten. Dieser sollte der letzte sein. Doch nach 15-stündiger OP waren die Ärzte mit ihrem Können am Ende.

VON MARKUS BRAUER

„Du darfst nicht gehen. Bleib bei mir“, rufft die verzweifelte Mutter auf der Intensivstation. Sie weint, umklammert ihr totes Kind, küsst seine Stirn. Ein mildes Lächeln liegt auf Alexanders Gesicht, so als ob er nur eingeschlafen wäre und bald wieder aufwacht.

„Warum musste er sterben?“ Auch Ulrich Mack weiß auf die Klage der Mutter keine Antwort. Der evangelische Krankenseelsorger steht am Bett des toten Jungen im neunten Stock der Kinderklinik und betet mit den Angehörigen. Wenn ein Kind für immer geht, kann kein Wort, keine Geste trösten. „Sein Kind zu verlieren ist das Schrecklichste, was Eltern passieren kann“, sagt der Pfarrer, der Alexander seit seiner Geburt gekannt hat, wenige Tage später im Gespräch. Für die Eltern ende in einem solch furchtbaren Moment ihr Leben. „Alles wird sinnlos.“

Seit sieben Jahren betreut Mack krebs-, herz- und chronisch kranke Kinder und Jugendliche, begleitet Angehörige. Fast 500 Heranwachsende sind in dieser Zeit gestorben. Und mit ihnen alle Hoffnungen und Träume der Eltern für eine gemeinsame Zukunft.

„Für die Eltern beginnt das Leben bei null“

Petra Hohn, Verein der Verwaisten Eltern

Trauernde Eltern verlieren durch den Tod eines Kindes ihre Identität und Perspektive. Alexanders Eltern erleben den Verlust als so einschneidend, dass sie das Gefühl haben, als wäre der wertvollste Teil ihrer selbst gestorben. Solange noch ein kleiner Spielraum da sei, so der Seelsorger, gebe es die Hoffnung auf ein Wunder. Erst wenn alle Geräte abgeschaltet seien, breche die Verzweiflung hervor – mit Weinen, Klagen, Schreien und Wut. „Dann wächst aber ganz langsam in allem Schmerz die Erkenntnis: Unserem Kind geht es jetzt gut.“ Viele kranke Kinder, die er kennenlernte, seien wie Alexander sehr glücklich gewesen. Mack: „Das Leben lässt sich nicht nur nach seiner Dauer messen, sondern mehr noch nach seiner Intensität.“

Rund 20 000 Kinder und Jugendliche sterben jedes Jahr in Deutschland – durch Unfälle, Tot- oder Fehlgeburten, plötzlichen Kindstod, Krankheit, Suizid, Drogentod oder Mord. Der Verlust stürzt die Hinterbliebenen – Eltern, Geschwister, Großeltern, Verwandte, Freunde – in eine tiefe Sinnkrise, an der Familien, Beziehungen und Freundschaften zerbrechen.

„Für die Eltern beginnt das Leben bei null“, erklärt Petra Hohn. „Sie müssen wieder lernen, sich in der Welt neu zurechtzufinden.“ Hohn ist Vorsitzende des Bundesverbands Verwaiste Eltern in Deutschland. Der 1997 gegründete Verein hat inzwischen mehr als 500 Gruppen, in denen Eltern Rat und Beistand erfahren. Der Tod eines Kindes sei bis heute ein Tabuthema, so Hohn, die 1998 selbst ihren Sohn Carsten (18) durch Suizid verlor. „Was er uns hinterlassen hat, ist unendlich viel Liebe. Aber wir haben das erst nach und nach richtig begriffen.“

Der Tod eines Kindes wird grundsätzlich als unnormal und sinnlos empfunden. Dies erklärt auch die Hilflosigkeit und Berüh-



Die Trauer über den Tod des eigenen Kindes hört niemals auf

Foto: Altrofoto

rungsängste Eltern gegenüber. Die ersten Tage und Wochen steht die Familie unter Schock. Die Abwehrmechanismen der Psyche schützen vor einem emotionalen Kollaps. Doch nach einigen Wochen lässt die „Polsterung der Seele“ nach, wie der Stuttgarter Kinder- und Jugendpsychiater Christoph Student beobachtet hat. Die Betroffenen würden mit Schrecken wahrnehmen, dass Schmerz und Verlustgefühl nicht weniger, sondern „noch tiefer werden“.

Erst danach beginnt die lange Zeit der Trauer. Sechs bis acht Jahre dauert es in der Regel, bis das verstorbene Kind in der Familie „in neuer Form mitlebt“, so Mack. In dieser Zeit durchleben Eltern und Geschwister von Tag zu Tag, von Stunde zu Stunde ein Wechselbad der Gefühle. Ganz allmählich stellen sich kleine Veränderungen ein, wie Eltern uns berichten: Man kann an den Verstorbenen denken, ohne gleich zu weinen; erlebt Tage, an denen die Erinnerung einen umhüllt wie ein wärmender Mantel, an denen man Dankbarkeit für die gemeinsa-

men Jahre spürt, an denen die Hoffnung um vieles größer ist als die Verzweiflung.

Für Betroffene mag es ein Trost sein, dass dieser Prozess schon bald nach dem schrecklichen Ereignis beginnt. „Er war ein toller Junge, ein Held, immer tapfer“, erzählt Alexanders Mutter immer wieder bei der Beerdigung. Sie lächelt. „Ich vermisse ihn so sehr. Aber ich weiß, dass er immer bei uns ist.“ „Er lebt“, sagt sein Vater. „Er lebt in uns.“

Eine solche Tragödie lässt sich nur ertragen, wenn andere sie mittragen. In den Tagen nach Alexanders Tod sind die Eltern und der einundzwanzigjährige Bruder umgeben von einem schützenden Kokon aus Mitgefühl und Solidarität. Angehörige, Freunde und Arbeitskollegen sind gekommen, hören zu, trösten. „Das Allerschlimmste ist die Isolation, weil sich viele Freunde und Verwandte zurückziehen“, sagt Martina Haucke-Fritsche, die den Selbsthilfverein Leben ohne Dich leitet. Auch sie hat ein Kind verloren: Im Jahre 2002 starb ihr Sohn Yannis (8) an einer Maservireninfektion. Wie überlebt man

einen solchen Verlust? „Indem man redet, immer wieder redet“, antwortet sie, „und die Erinnerung öffentlich macht.“ Eltern wollten der ganzen Welt zeigen, dass ihr Kind gelebt hat und nie vergessen werden darf. „Alle sollen ihr tolles Kind kennenlernen.“

Selbsthilfegruppen wie Verwaiste Eltern oder Leben ohne Dich bieten Eltern und Geschwisterkindern Foren, in denen sie sich austauschen und die Erinnerung lebendig halten können. Auf ihren Gedenkseiten im Internet finden sich Hunderte Biografien, Gedichte, Briefe und Bilder. Ähnlich wie Straßenkreuze an Unfallorten erinnern, sind diese Webseiten erschütternde Orte, an denen Angehörige ihren Gefühlen freien Lauf lassen. Es sind traurige Geschichten, die man dort liest: Daniel (5) starb nach einer OP, Jasmin (17) bei einem Autounfall. Julia (6) und Tobias (4) starben durch einen Unfall beim Spielen. Daniel (22) nahm sich das Leben. . .

„Man kann den Schmerz, den Verlust überleben“, weiß Haucke-Fritsche aus eigener Erfahrung. „Es ist harte Arbeit. Nicht

umsonst heißt es Trauerarbeit. Und sie dauert ein Leben lang.“ An dieser Trauer führt kein Weg vorbei – nur durch sie hindurch. Bei Alexanders Begräbnis erzählt ein Trauergast von seiner schwersten Stunde. 1990 sei seine elf Monate alte Tochter plötzlich verstorben. Nichts könne die Lücke jemals ausfüllen, die ihr Tod hinterlassen habe. „Doch ich bin dankbar für die vielen guten Erinnerungen und all die schönen Gedanken. Dankbar, dass ich ihr Vater bin.“

Häufig sind Verwandte und Freunde überfordert, die Familie auf ihrem Trauerweg zu begleiten. Immer wieder dieselben Geschichten, Bilder, Erinnerungen. Um Trauernden einen geschützten Raum zu geben und Betroffene zusammenzuführen, gründeten sich Ende der 60er Jahre in Großbritannien und den USA Selbsthilfegruppen, die sich zur Bewegung der Compassionate Friends (mitfühlende Freunde) entwickelten. Seit den 80er Jahren gibt es sie unter dem Namen Verwaiste Eltern auch in Deutschland.

Jeder trauert anders: Männer anders als Frauen, Erwachsene anders als Kinder. Für Geschwisterkinder bleibt nach dem Verlust oft kaum Zeit übrig, weil die Eltern so sehr mit der eigenen Trauer beschäftigt sind. Sie bleiben vielfach unbeachtet und werden vergessen. Häufig glauben sie, besonders stark sein zu müssen, um die Eltern zu schützen und zu stützen. Laut der Berliner Beratungsstelle für Trauernde (Tabea) zeigen mehr als 50 Prozent dieser Kinder Leistungsabfälle in der Schule, Trennungsängste und Depressionen. Viele fühlen sich am Tod ihres Geschwisterkindes unbewusst schuldig.

„Für Kinder und Jugendliche gilt wie für Erwachsene: Trauer ist Schwerstarbeit für Leib und Seele“, so die Münchner Theologin und Trauerbegleiterin Christine Fleck-Bohaumilitzky. Kinder bräuchten viel Aufmerksamkeit, „um wirksame Trauerarbeit zu leisten und sich eines Tages wieder dem Leben zuwenden zu können“. Viele Erwachsene denken, man müsse so etwas Grauenvolles von Kindern fernhalten. Doch führt dies nur dazu, dass man sie verängstigt, verwirrt, alleine lässt. Von Anfang an sollte man Kindern offen und ehrlich im Umgang mit Tod und Trauer begegnen, meint die Diplompädagogin Olga Minulina-Sasse vom Zentrum für trauernde Kinder in Bremen.

„Ich weiß, dass mein Sohn immer bei uns ist“

Eine trauernde Mutter bei der Beerdigung

Zudem sollte ihnen über viele Jahre ein Ansprechpartner zur Seite stehen, dem sie ihre Gefühle anvertrauen können, rät der Sozialpädagoge Thomas Bäumer vom Arbeitskreis trauernde Eltern und Geschwister in Baden-Württemberg. „Trauer hat eine sehr große Macht. Sie zu verdrängen und nicht über sie zu reden, macht für Eltern und Kinder alles nur noch schlimmer.“ Eltern haben für ihre Kinder eine Vorbildrolle. Sie lernen Gefühle zu zeigen, indem sie ihre Eltern im Trauerprozess beobachten. Deshalb sei es so wichtig, sagt auch Petra Hohn, dass Eltern „ihre Gefühle offen zeigen und ihren übrigen Kindern erlauben, das Gleiche zu tun“.

Keine Trauerarbeit ohne Rückschläge: Am ersten Todestag, an Weihnachten oder Geburtstagen wird die Familie vom Abschiedsschmerz überwältigt. Und doch verändert sich mit den Jahren etwas. Petra Hohn: „Wir verwaiste Eltern sind der lebende Beweis dafür, dass man dieses Grauen überleben und in ein neues, anderes, gutes Leben hineinwachsen kann.“

Alexanders Eltern und ihr jüngerer Sohn Christian gehen die ersten Schritte in dieses Leben. Auf dem Esszimmertisch ihres Hauses in Ostfildern liegen Bücher zum Thema Sterben von Kindern – darunter auch der Klassiker der US-Journalistin Harriet S. Schiff, das der Bewegung ihren Namen gab: „Verwaiste Eltern“. 1968 starb ihr zehnjähriger Sohn. „Ich konnte mir nicht vorstellen, dass ich je über dieses Unglück hinwegkommen würde“, schreibt sie. „Und doch ist es gelungen. Auch dir kann es gelingen.“

www.stuttgarter-nachrichten.de/links