



FOTO: FAMILIE MÄUSLI

Wenn die Welt still steht.

In der Schweiz sterben jährlich rund 700 Kinder gegen Ende der Schwangerschaft, unter der Geburt, oder in der ersten Lebenszeit. Fachleute schätzen zudem, dass etwa jede fünfte bekannte Schwangerschaft durch eine Fehlgeburt in den ersten drei Schwangerschaftsmonaten endet. Das bedeutet: täglich werden zahlreiche Familien mit dem frühen Tod ihres Kindes konfrontiert.

Wenn das erwartete Kind stirbt, bevor das Leben richtig begonnen hat, ist das Unfassbare für betroffene Eltern eingetreten. Ihre Welt steht still. Hoffnung, Vorfreude, Erwartung wenden sich abrupt in tiefen Schmerz, Trauer und grosse Verzweiflung. Manche Eltern erfahren bereits in der Schwangerschaft, dass ihr Kind nicht gesund auf die Welt kommen wird, für viele tritt der frühe Tod ihres Kindes aber auch völlig unerwartet ein. Was brauchen betroffene Familien, um trotz allem Eltern zu sein von ihrem Kind, das kaum gelebt hat? Wie können sie lernen, mit diesem grossen Verlust weiterzuleben? Wie reagiert man als Angehörige auf eine solche Nachricht? Und was für Angebote gibt es für betroffene Familien und Angehörige in der Schweiz?

Benennen, was ist und darüber reden

Im Leben werdender Eltern ist die Geburt eines Kindes ein äusserst prägender Moment. Wenn gleich darauf der Tod folgt, werden Eltern zeitnah mit zwei existenziellen Ereignissen konfrontiert, so, wie sonst selten im Leben. Noch vor wenigen Jahren waren Eltern, die ihr Kind während Schwangerschaft, Geburt oder erster Lebenszeit verloren haben, sich selbst überlassen. Der frühe Tod eines Kindes war ein Tabuthema und es fehlte schlichtweg das Verständnis für die grosse Trauer der betroffenen Familien. Meist haben Mütter, und erst recht Väter und Geschwister, ihr totes Kind, ihren kleinen Bruder oder ihre verstorbene Schwester, nie gesehen. Erst in den letzten Jahren entwickelte sich zunehmend eine Trauerkultur auch für früh verstorbene Kinder und ihre Familien. Ein Kindsverlust ist

für alle Beteiligten schwer auszuhalten. Verständlich, dass das dazu verleiten kann, alles möglichst schnell «hinter sich» und «zu Ende» bringen zu wollen. Heute wissen wir aber, dass das häufig gut gemeinte Schonen und «Totschweigen» Eltern zusätzlich schwer belasten und in eine noch tiefere Isolation führen kann. Nicht darüber zu sprechen ist für die Eltern so, als ob verlegt würde, dass jemals ein Kind da war.

Innehalten

Wenn die Welt still steht, ist es Zeit innezuhalten. Um aus dem Schock zu finden, um wieder etwas Halt und Boden zu spüren, um bewusst Abschied zu nehmen und um zu lernen, mit der Trauer weiterzuleben. Je langsamer und umsichtiger der Abschied geschehen darf, desto besser kann es den Eltern gelingen, mit dem grossen Verlust zu leben. Fassbare Erinnerungen – ihr Kind sehen, ihm einen Namen geben, es berühren, waschen, kleiden, Fussabdrücke machen, Fotos nehmen – sind unwiederbringbare Augenblicke, die Eltern helfen, aus der Starre zurückzufinden. So können sie das Eltern-sein leben und mit ihrem Kind verbunden sein, wenn auch nur für eine viel zu kurze Zeit. Diese kostbare Zeit des Kennenlernens und Willkommenheissen gibt Raum, um danach Schritt für Schritt das Erlebte ins eigene Leben integrieren zu können.

Eltern als Eltern begegnen

Als Angehörige unterstützen Sie betroffene Eltern am besten, in dem Sie nicht schweigen und sich nicht abwenden. Fragen Sie aktiv nach, bleiben Sie in Kontakt und nehmen Sie Anteil. Sagen oder schreiben Sie, was sie fühlen, benennen Sie ihre eigene Sprachlosigkeit und lassen Sie die Eltern erzählen. Ungeachtet, ob das Kind in einer frühen Schwangerschaftswoche oder kurz vor/nach der Geburt gestorben ist, Eltern trauern darum und das steht nun für längere Zeit im Mittelpunkt ihres Lebens. Denn auch wenn das Kind nicht lebt, die Frau wurde zur Mutter, der Mann zum Vater. Und Eltern möchten über ihre Kinder und ihre Geburten sprechen und davon erzählen. Wenn bereits ältere Kinder da sind, trauern auch diese um ihren kleinen Bruder oder ihre jüngere Schwester. Geschwisterkinder drücken ihre Gefühle auf ganz unterschiedlicher Weise aus und möchten gehört werden. Auch hier gilt, die Kinder einzubeziehen, ihnen den Verlust ihres Geschwisters zuzutrauen und sie nicht durch gut gemeintes Schonen aussen vor zu lassen.

Eine kompetente Begleitung als wichtige Hilfe

Glücklicherweise gibt es heute immer mehr Angebote und auf diesem Gebiet geschulte Fachpersonen, die Betroffene in dieser Krise begleiten. Eine wichtige Anlaufstelle ist die in der ganzen Deutschschweiz tätige Fachstelle kindsverlust.ch, welche beispielsweise kostenlos betroffene Familien berät, ihnen Fachpersonen vermittelt, Gesprächsgruppen organisiert, und Fachkräfte und Spitäler professionell ausbildet (mehr dazu siehe im Kasten unten). ■

FACHSTELLE KINDSVERLUST.CH

Seit 2003 ist die Fachstelle kindsverlust.ch das nationale Kompetenzzentrum für eine nachhaltige Unterstützung beim Tod eines Kindes in der Schwangerschaft, während der Geburt und erster Lebenszeit.

Angebote für betroffene Familien:

- Kostenlose Beratung rund um Kindsverlust während der Schwangerschaft, Geburt und erster Lebenszeit
- Vermittlung von qualifizierten Fachpersonen für die weitere Begleitung
- Bereitstellung von verschiedenen Informationsbroschüren und Merkblättern.
- Von erfahrenen Fachpersonen begleitete Gesprächsgruppen für betroffene Eltern
- Austauschplattformen und Vernetzung für betroffene Familien

Angebote für Fachpersonen:

- kostenlose Coachings, Beratung und Supervision
- Aus- und Weiterbildung der involvierten Fachpersonen aus diversen Disziplinen sowie deren Vernetzung
- fundierter Lehrgang zur Thematik des frühen Kindsverlusts
- interne Schulungen für Institutionen

Mit regelmässiger Sensibilisierungsarbeit setzt sich kindsverlust.ch in der Öffentlichkeit und Politik zum Umgang mit dem frühen Tod eines Kindes in unserer Gesellschaft ein. Die Fachstelle kindsverlust.ch lebt von Mitgliederbeiträgen, Spenden und Stiftungsbeiträgen. Für weitere Informationen stehen wir gerne unter www.kindsverlust.ch, fachstelle@kindsverlust.ch oder Tel. 031 333 33 60 zur Verfügung.

