

# „Einsam mit Dir“

## Gedanken früh verwaister Mütter

Stefanie Schäfer und Jessica Hefner, Unsere Sternenkinder Rhein – Main e. V.  
Gemeinschaft für früh verwaiste Familien

*„Es gibt Momente im Leben,  
die kann man nicht in Worte fassen.“*

Dieser Satz stand auf einer Glückwunschkarte zur Geburt geschrieben.  
Zum Tod eines Kindes passt dieser ebenso gut.

**EINSAMKEIT – FEHLENDE WORTE – STILLE –  
VIELLEICHT WUT – VIELLEICHT HILFLOSIGKEIT – TRAUER**

*Wie ist es, wenn das eigene Kind in der Schwangerschaft, bei der Geburt oder kurz danach verstirbt?  
Es ist nicht immer gleich, aber oft sehr einsam.*

**EIN VERSUCH, DER SPRACHLOSIGKEIT WORTE ZU GEBEN**

*Als Mutter bin ich verbunden mit dir, mein Kind. Du lebst in meiner Mitte. Wir sind fast eins. Und dann, irgendwann, vielleicht in den ersten Wochen der Schwangerschaft oder auch im 2. oder 3. Trimester, vielleicht auch bei der Geburt oder einige Zeit danach, höre ich, diese Mutter, einen Satz, der nicht in meinem Kopf ankommen will. Ich muss etwas verstehen, dass nicht verstanden sein will.*

*„Es tut mir leid, ich sehe keinen Herzschlag mehr.“*

*„Ihr Kind wird die nächsten Stunden nicht überleben.“*

*„Ich empfehle Ihnen, die Maschinen abzustellen.“*

*„Ihr Kind ist sehr stark krank, es wird die Geburt sehr wahrscheinlich nicht überleben.“*

*„Ihr Kind ist tot.“*

**DU STIRBST.**

*Vielleicht stirbst du plötzlich. Vielleicht auch nach einer Diagnose. Was bleibt ist das Gleiche: erste Schritte, die nicht gemacht werden, Kleidungsstücke, die nicht getragen werden, mein leerer Bauch, eine leere Wiege, zwei leere Arme.  
LEERE.*

**ICH BIN EINSAM. VERLASSEN.**

*Alleine ohne dich, obwohl du gerade noch ein Teil von mir warst. Meine Welt hat aufgehört sich zu drehen, die der Anderen dreht sich weiter. Die Uhr zeigt, dass alles sich bewegt. Auf eine Sekunde folgt unaufhörlich eine weitere. Draußen fahren Autos an meinem Fenster vorbei. In der Nachbarwohnung lacht eine Frau laut auf. Von unten dröhnt der Bass durch den Fußboden. Alles scheint ganz unbeirrt seinen Lauf zu nehmen, nur meine Welt ist für immer eine andere. Nichts wird wieder. Alles wird, nichts wird wieder.*

**MEINE ZUKUNFT, TRÄUME, WÜNSCHE UND ZIELE,  
ALLES IST ZERSTÖRT.**

*Die Zeit vergeht. Geht voran. Hand in Hand mit dem Leben. Der Tod bleibt stehen und ich bleibe bei ihm. Wie könnte ich auch anders. Ich möchte bei dir sein, mit dir sein, möchte nichts sonst. Ich ziehe mich zurück, lebe in einer Blase, in der es keine Zeit gibt, keine Erwartungen mehr. Diese Blase schützt mich vor dem Rest der Welt, die mir noch deutlich zeigen wird, wie wenig sich durch dein Leben und deinen Tod verändert hat. Die Uhr tickt weiter.*

**VIELLEICHT BIN ICH NICHT GANZ ALLEINE IN MEINER BLASE.**

*Vielleicht lebt in ihr, mit mir dein Vater, vielleicht deine Geschwister oder auch deine Großeltern und Freunde von uns, deinen Eltern. Vielleicht kann ich gemeinsam mit deinem Vater trauern, reden und weinen. Vielleicht trauern wir jedoch auch ganz unterschiedlich und verstehen einander von Zeit zu Zeit nicht mehr. Vielleicht trennen wir uns.*

**WENN ICH DIESE BLASE VERLASSE,  
TREFFE ICH AUF EINE NORMALITÄT, MIT DER ICH NICHT ZURECHTKOMMEN KANN.**

*„Wie geht es dem Baby?“ fragen die Einen, die Nichtsahnenden. Später fragen Andere*

*der gleichen Sorte „„Wie viele Kinder haben Sie denn?““, ohne eine Idee davon zu haben, wie ungern sie die Antwort hören möchten. Das Leben außerhalb der Blase – ein Spießrutenlauf – begleitet von gut gemeinten Floskeln, die mich zusammenbrechen lassen.*

*„Sie sind ja noch jung  
und können noch Kinder bekommen.“*

*„Wie gut, dass Sie schon ein Kind haben.“*

*„Vielleicht war es besser so.“*

**JEDES MAL, WENN ICH MICH IN EINE NEUE SITUATION BEGEBE,  
IST DIE UNSICHERHEIT MEIN GRÖSSTER BEGLEITER.**

*Wer wird mir begegnen. Welche Worte werde ich wechseln. Was werde ich erzählen – dürfen – müssen – wollen. Und dann gibt es die Momente, in denen passiert nichts. Keiner fragt etwas. Keiner sagt etwas. Keiner gibt dir, meinem Kind, einen Platz.*

*Nichts. Fast nichts, auch in Situationen, in denen viele um mein Kind wissen. In etwa so, als wäre ein riesiger Elefant im Raum, den vermeintlich jeder sieht, doch keiner sagt etwas. Alle starren dieses Riesentier an. Jeder sieht es, spürt es und weiß um es. Doch keiner sagt etwas. Oder fast keiner.*

*Vielleicht ist eine Person dabei, vielleicht auch mehrere, die mir unausgesprochen kommunizieren*

*„Ich würde gerne etwas sagen, ich weiß nur nicht was,  
deshalb rede ich über etwas anderes.“*

*Sonst nichts. Leere. Unfassbare Stille.*

**VIELLEICHT HABEN EINIGE MENSCHEN MIT MIR ZEIT IN MEINER BLASE VERBRACHT.**

*Nun werden sie weniger. Nach ca. sechs Monaten bin ich dort fast alleine. Sprachlosigkeit umgibt mich aufgrund des Tabu-Themas. Der Tod deines so jungen Lebens bringt uns alle in Kontakt mit unserer ureigenen Angst vor dem Tod.*

**UM MENSCHEN UM MICH ZU HABEN, DIE MICH VERSTEHEN, ...**

*um meine Geschichte teilen zu können,  
um so sein zu können, wie ich mich fühle,  
um zusammen zu sein und einen Raum zu haben, in dem ich dir, meinem Kind, meine ungeteilte Aufmerksamkeit  
schenken kann und dir nahe bin,*

*besuche ich nun eine Selbsthilfegruppe für früh verwaiste Eltern und merke,  
zusammen ist man weniger allein.*

**INFOS UND KONTAKT ZU „UNSERE STERNENKINDER RHEIN MAIN E. V.“**

*Stefanie Schäfer und Jessica Hefner, Vorstandsvorsitzende  
E-Mail: [info@unsere-sternenkinder-rhein-main.de](mailto:info@unsere-sternenkinder-rhein-main.de)  
[www.unsere-sternenkinder-rhein-main.de](http://www.unsere-sternenkinder-rhein-main.de)*