



Still geboren

Kindsverlust – Wenn das Unfassbare passiert

Der Tod eines Kindes vor, während oder kurz nach der Geburt ist noch immer ein Tabuthema – und doch Teil vieler Familiengeschichten. Diese Erfahrung habe ich zuerst im engsten Familienkreis gemacht und später selbst durch drei Fehlgeburten. Heute begleite ich als Doula betroffene Eltern professionell und weiss: ein Kindsverlust reisst ein Loch ins Leben, stellt Beziehungen und Glauben infrage und fordert die ganze Gesellschaft heraus.

Tabu, Sprachlosigkeit und die Notwendigkeit echter Begleitung

Wenn ein Kind stirbt, stehen Eltern, Geschwister und Grosseltern abrupt ausserhalb des «Normalbetriebs». Was zuvor Halt gab, zerbricht, Beziehungen werden auf die Probe gestellt. Der Tod eines Kindes stellt die natürliche Ord-

nung auf den Kopf: Eltern sollten ihre Kinder beerdigen müssen? Unvorstellbar – und doch Realität.

Im Ernstfall reagiert das Umfeld, auch Fachpersonen, oft mit Unsicherheit: lieber nichts sagen, als etwas Falsches. Manchmal wird auch schnell zum Gebet gegriffen – verständlich, weil Worte fehlen. Doch wenn Beten an die Stelle des Dabeiblebens tritt, kann es die Betroffenen noch stärker in die Isolation drängen. Gebet hat seinen Platz – aber es ersetzt nicht die ehrliche Präsenz. Was es in solchen Momenten braucht, ist vor allem: aushalten, mitgehen, wirklich da sein.

Professionell und nahbar zugleich

Die zentrale Frage lautet: Wie können Fachpersonen Menschen begleiten, die ihr Kind verloren haben – professionell, fachkundig, aber zugleich authentisch?

Das bedeutet, Bedürfnisse auf allen Ebenen wahrzunehmen:

- **Seelisch:** Eltern wollen gesehen und gehört werden. Sie brauchen das Recht, so lange zu trauern, wie es für sie stimmig ist.
- **Körperlich:** Frauen, die ein totes Kind geboren haben, sind im Wochenbett. Mutterschaft muss anerkannt werden – unabhängig davon, ob das Kind lebt. Pflege, Unterstützung und Wertschätzung sind hier essenziell.
- **Spirituell:** Wo Offenheit besteht, kann Begleitung auch geistlich geschehen – sei es durch Segnen, durch Gebet oder durch ein offenes Ohr für Fragen und Anklagen.

Beziehung als Schlüssel

Was Eltern nach einem Kindsverlust brauchen, sind keine Rezepte, keine vorschnellen Ratschläge, keine Zitate – auch keine Bibelverse, die den Schmerz überdecken. Sie brauchen echte Beziehung: Blickkontakt, Mitsein, Schweigen, Zuhören. Fachpersonen müssen den Mut haben, die Wucht der Situation auszuhalten – ohne sie kleinzureden.

Gute Begleitung bedeutet, Ressourcen sichtbar zu machen, die den Betroffenen zur Verfügung stehen, und sie zu ermutigen, diese zu nutzen. Mit jedem Schritt können sie so wieder Boden unter den Füßen spüren.

Abschied ermöglichen

Wir können nur verabschieden, was wir zuvor willkommen geheissen haben. Deshalb ist es entscheidend, das tote Kind als Teil der Familiengeschichte anzuerkennen – ob es sich um eine Fehlgeburt oder eine späte stille Geburt handelt. Rituale und symbolische Handlungen helfen: dem Kind einen Namen geben, es in die Familie einbeziehen, es würdevoll verabschieden. Fragen, die sich Fachpersonen selbstreflektierend stellen können:

- Erfährt das Kind Annahme und Abschied?
- Ist es eingebunden in die Familie?
- Wissen Freunde und Verwandte von seinem kurzen Leben?
- Darf es einen Platz haben – auf dieser Erde und in der Erinnerung?

Männer nicht vergessen

In meiner Arbeit begegnen mir überwiegend Mütter. Väter sind oft die «vergessenen Trauernenden». Doch auch sie brauchen ein Gegenüber, mit dem sie ihre Trauer teilen können, anstatt sie mit sich selbst auszumachen. Werden sie übersehen, leiden nicht nur sie selbst, sondern auch Partnerschaft und Familie. Dabei gilt es zu beachten, dass Männer häufig anders trauern als Frauen – sie drücken ihre Gefühle vielleicht weniger offen aus oder suchen andere Wege im Umgang mit dem

Verlust. Unterschiedliche Formen des Trauerns dürfen sein und verdienen Anerkennung.

Trauer als Prozess – Hoffnung als Perspektive

Trauer braucht Zeit. Sie ist nicht planbar, nicht abkürzbar, nicht zu «lösen». Fachpersonen müssen Raum geben, ohne religiöse oder psychologische Floskeln, sondern mit echter Offenheit.

Klage, Wut und Zweifel dürfen da sein. Gott – so glaube ich – hält diese Ehrlichkeit aus. Gerade in der Unverstelltheit können Trost, Vertrauen und neue Lebenskraft wachsen.

Praktisch und spirituell

Kindsverlust fordert nicht nur psychologisch, sondern auch theologisch heraus. Christliche Hoffnung liegt in der Gewissheit, dass die Kinder, die «vorausgehen», nicht verloren sind. Doch dieser Gedanke tröstet nicht automatisch – jede betroffene Person muss den Weg dorthin selbst gehen. Aufgabe der Begleitung ist es, Raum für diesen Weg offenzuhalten.

Fazit

Kindsverlust ist ein Einschnitt, der nicht einfach «überwunden» wird. Er kann aber integriert werden – als Teil der Familiengeschichte, als Teil des Lebens. Fachpersonen, die betroffene Eltern begleiten, sollten mutig sein, Beziehung vor Hilfsangebote zu stellen, Raum für echte Trauer zu schaffen und Rituale des Abschieds zu ermöglichen. So können wir glaubwürdig begleiten und helfen, dass Schmerz und Hoffnung nebeneinander bestehen dürfen.

«Jede betroffene Person muss den Weg dorthin selbst gehen.»



Kerstin Häuselmann kommt ursprünglich aus der Pädagogik, arbeitet nun seit sechs Jahren als Doula in der Geburtsbegleitung. Seit 2024 ist sie Teil des Ausbildungsteams «Doula Ausbildung Schweiz», mit «Doula rund um Winterthur» hat sie einen Verein ins Leben gerufen, der zum Ziel hat, das Berufsbild Doula weiter bekannt zu machen und eine gemeinsame Plattform zu schaffen. Sie arbeitet selbstständig als Geburtsbegleiterin (Birth Doula) und Trauerbegleiterin (Bereavement Doula).

www.pua-doula.ch

Kerstin Häuselmanns erstes Buch «Himmelstrost: Ein Kleinod in Trauer und Verlust» erscheint demnächst im Verlag mosaicstones. ISBN 978-3-03965-088-0

