

Mami ist im Himmel

Kein Ereignis ist für ein Kind so traumatisch wie der **Tod** der eigenen Mutter oder des Vaters. **Zwei Familien erzählen** von dem Unfassbaren und wie sie den Weg zurück ins Leben gefunden haben.

Text: Evelin Hartmann Fotos: Herbert Zimmermann/13 Photo

Mit einer Schwellung in der Schulter geht Karin Wehrli Gisi zum Arzt. Die Diagnose: Melanom, schwarzer Hautkrebs, mit Metastasen im ganzen Körper. Danach geht alles ganz schnell. Ein Versuch mit einer Mitteltherapie löst hohes Fieber aus, die damals 38 Jahre alte Frau wird sofort ins Spital überwiesen.

«Erich, kümmerst du dich um die Kinder?»

«Natürlich», antwortet ihr Mann und kann nur noch zuschauen, wie sich seine Frau beruhigt in sich selbst zurückzieht. Zum Sterben.

Erich Gisi, 46, aus Wollhusen LU bleibt nach dem Tod seiner Frau im Sommer 2008 mit vier Kindern allein zurück. Sein Jüngster, Elia, ist gerade mal 2 Jahre, Noah 4, Simone 8 und Jonas 10 Jahre alt.

In der Schweiz sterben jährlich etwa 1000 Väter und 400 Mütter von minderjährigen Kindern und Jugendlichen und hinterlassen mehr als 2000 Halbwaisen. Wie trägt man als Mutter oder Vater seine Kinder durch ein Tal, wenn man vor

Schmerz selbst kaum noch gehen kann?

«Nach ihrem Tod habe ich mir einen Mantel übergezogen, durch den nichts zu mir durchdringt», erklärt Erich Gisi seine Strategie, um Normalität in seinen Tag zu bringen, der alles andere als normal war. Sein Arbeitgeber gibt ihm einen Monat frei, einen weiteren Monat kann er später nacharbeiten. Auch in seinem Umfeld erfährt er grosse Solidarität. Eine Nachbarin hilft ihm im Haushalt, mit den Kindern. So muss er für eine Kinderbetreuung nicht zahlen und kann seine Arbeit in einem 50-Prozent-, später in einem 70-Prozent-Pensum wieder aufnehmen. Die Kinder brauchen ihn.

Während sich Jonas zurückzieht, weint Simone viel, will über die Mutter reden, nachts kommen die beiden Kleinen in sein Bett, suchen die Nähe des Vaters, der nun Vater und Mutter zugleich ist.

«Manchmal konnte ich diese Nähe nur schwer ertragen, ich habe ja auch getrauert», gibt Erich Gisi zu und: «Trauer ist kein Zug, der einmal den Bahnhof verlassen, nicht wiederkommt, sie erwischt dich kalt, >>>





Ein Platz am
Familiertisch bleibt
leer. Vor sieben
Jahren verlor Erich
Gisi seine Frau und
seine Kinder ihre
Mutter.

>>> immer wieder, durch eine Bemerkung, ein Foto.» In einem Trauerseminar setzt er sich mit seinen Gefühlen auseinander. Es wird besser.

Und doch. Zu Elternabenden geht er allein. «Diskutiert das zu Hause einmal miteinander», fordert die Lehrerin die Mütter und Väter auf. Doch mit wem hätte Erich Gisi das besprechen sollen? Auch als Jonas in der Pubertät anfängt in der Schule zu rebellieren, steht Erich Gisi alleine da. Die ersten Jahre nimmt er Hilfe an, wo er sie bekommen kann, aber mit der Zeit beginnt ihn das Mitgefühl auch zu stören. «Du bist schon ein ganz Armer», liest er in den mitleidigen Gesichtern. «Das bin ich nicht!», findet er. «Dieser Verlust ist wie eingeebrannt, aber es wird anders, leichter mit den Jahren.»

Es ist der 2. August 2010, eine Hotelanlage in Tunesien. «Daniel wollte nur schnell unsere Handtücher zum Pool bringen, Liegen reservieren», erinnert sich Andrea Wiesmann an den Tag, der ihr Leben veränderte. Auf dem Ferienprogramm steht eine Kameltour, danach: Sonnenbaden am Pool.

Aber der Familienvater kommt nicht wieder. Nach einer Weile geht seine Frau los, nachschauen, der festen Überzeugung, ihn in ein Gespräch verwickelt zu treffen.

Stattdessen findet sie ihn auf einer Liege, die Augen geschlossen, das Gesicht kreideweiss. Eine deutsche Touristin kniet neben ihm. Sie nimmt Andrea Wiesmann in die Arme. Herzmassage, Mund-zu-Mund-Beatmung, dann der Notarzt. Herzstillstand schreibt er in ein Formular, klappt seinen Medizinkoffer

zu, verabschiedet sich. Um sie herum eine Traube aus Hotelgästen in Badehose und Bikini. «Aber Sie müssen ihn doch mitnehmen, ihm helfen.» – «Andrea, er ist tot.»

Andrea Wiesmann möchte stark sein, während sie das erzählt. Fünf Jahre später, am Küchentisch im heimischen Dietikon ZH. Ihre Buben Jeremy, 13, und Patrick, 10, sitzen neben ihr. Einer links, der andere rechts. Patrick nimmt die Hand der Mutter, streichelt ihren Arm. Andrea Wiesmann sieht ihn an. «Ihr müsst mitkommen, es ist was mit Papa», habe sie damals gesagt und ihre Söhne durch die Hotel- >>>

Erich Gisi mit seinen Buben auf dem Friedhof. Das Grab pflegt die Familie zusammen.

«Dieser Verlust ist wie eingeebrannt, aber es wird leichter mit den Jahren.»

«Die Lebensfreude kehrt zurück»

Mütter und Väter, die ihren Partner verlieren, sind **doppelt belastet**. Sie müssen ihre Kinder durch die schwere Zeit tragen und zugleich ihren eigenen Verlust verarbeiten. **Wer Hilfe annimmt** und der Trauer genügend Raum gibt, kann diesen Balanceakt bewältigen, sagt die Psychologin Daniella Nosetti-Bürgi.

Interview: Evelin Hartmann

Frau Nosetti-Bürgi, wenn ein geliebter Mensch stirbt, ist das ein schwerer Schicksalsschlag. Welche besonderen Sorgen und Probleme hat eine Mutter, ein Vater, wenn sie oder er nach dem Verlust des Partners mit den Kindern zurückbleibt?

Betroffene Mütter oder Väter stehen vor einer doppelten Herausforderung, zum einen müssen sie loslassen und ihre eigene Trauer durchleben, zum anderen die Kinder in ihrem Trauerprozess unterstüt-

zen und begleiten. Das führt nicht selten dazu, dass die eigene Trauer erst einmal unterdrückt oder hinten angestellt wird, der Kinder wegen. Ausserdem sind die Alltagsaufgaben, die man sich bisher geteilt hatte, auf einmal allein zu bewältigen. Deshalb ist die Unterstützung aus dem Umfeld, durch beispielsweise Eltern, Geschwister, Freunde und Nachbarn, überlebenswichtig.

Hilft einem diese doppelte Verantwortung nicht auch schneller in den Alltag zurückzufinden?

Das ist schon so. Die Aufgabe für die Kinder da zu sein, ein normales Leben aufrecht erhalten zu müssen, hilft den meisten Betroffenen. Andererseits kann der Raum für die Trauer dadurch zu eng werden. Es ist wichtig, dass der Witwer, die Witwe, sich immer wieder Zeiteinseln für sich selbst schafft.

Was bedeutet der Verlust für die Kinder?

Der Verlust der Mutter ist wohl die grösste Katastrophe, welche einem Kind begegnen kann. In der Regel ist die Mutter die wichtigste Bezugsperson, zu der die stärkste Bindung besteht und welche die meiste Lebenszeit der Kinder präsent ist. Sie bedeutet Geborgenheit, Unterstützung und Schutz. Aber natürlich ist auch der Verlust des Vaters sehr einschneidend. War der Vater zu Hause sehr engagiert und präsent, besteht auch zu ihm eine ebenso starke emotionale Bindung. Und gerade für Buben bricht mit ihm die Identifikationsfigur weg. Der Vater verkörpert Sicherheit, er ist die Stütze der Mutter. Nicht wenige Kinder versuchen diese Lücke zu schliessen ...

... und haben selbst keine Zeit zu trauern.

Das kann vorkommen. Aber grundsätzlich trauern Kinder – wie Erwachsene



auch – sehr individuell. Es gibt Kinder, die viel weinen, Nähe suchen, andere ziehen sich eher zurück, zeigen keine Trauer, wieder andere spielen Sterben oder Beerdigung. Es kann sein, dass nach Monaten das Thema wieder aufkommt, Fragen gestellt werden. Vielleicht gerade dann, wenn der lebende Elternteil mehr Distanz gewonnen hat. Die Belastung kann sich in einer Verschlechterung der Schulleistungen niederschlagen oder in aggressivem Verhalten. Gerade Jugendliche können zeitweise mit Wut reagieren oder in die virtuelle Welt flüchten.

Wie können Kindern die ersten Tage, Wochen, Monate erleichtert werden?

Kinder brauchen gerade in dieser Zeit besonders viel Sicherheit und Halt. Eine Patientin hat mir beispielsweise gesagt, dass es ihren Kindern sehr geholfen habe, so lange bei ihr schlafen zu dürfen, wie sie möchten. Ausserdem sollten Kinderfragen rund um das Thema Tod ehrlich und altersgerecht beantwortet werden.

Auch, wenn diese immer wieder gestellt werden.

Kann man Kindern und Teenagern den Besuch am Krankenbett oder den Abschied in der Leichenhalle zumuten?

Natürlich muss das situativ und ganz individuell entschieden werden. Aber grundsätzlich sollen Kinder alle Schritte im Sterbeprozess und danach miterleben können. Dazu gehört der Besuch am Krankenbett, der Abschied beim Leichnam, die Bestattung. Dieses Miterleben ist für die Trauerarbeit wichtig und hilfreich. Auch Rituale, wie das regelmässige Anzünden einer Kerze für den Verstorbenen, geben Halt.

Wann wird es leichter?

Ab dem zweiten Jahr spüren viele Hinterbliebene so etwas wie eine «erste dünne Schicht Gras», die über ihre Wunde zu wachsen beginnt. Während den folgenden Jahren ist diese Wunde aber weiterhin sehr präsent und immer wieder schmerzhaft spürbar, jedoch in abneh-

mender Intensität. Wenn der Verlust gesund betrauert werden kann, finden die Hinterbliebenen allmählich zur Lebensfreude zurück. Denn die gute Nachricht ist: Trauer ist unsere Fähigkeit, Verluste verarbeiten und den Weg zurück ins Leben finden zu können.



Daniella Nosetti-Bürgi

ist Psychotherapeutin und begleitet in ihrer psychotherapeutischen Praxis Sterbende sowie deren Angehörige.

>>> anlage geführt. Die Buben sind aufgeregt. «Psst, seid leise, die anderen Gäste schlafen noch.»

«Wie absurd», sagt sie heute, wenn sie an die Ermahnung zurückdenkt. «Ich war wie in Trance.» Ihr Zustand die nächsten Sekunden, Minuten, Stunden. Zwei Tage später fliegt die Familie nach Hause. Getrennt. Mutter und Söhne in einer Maschine, der Vater im Frachtraum einer anderen.

«Ich habe einfach funktioniert», erinnert sich Andrea Wiesmann an das erste Jahr ohne den geliebten Mann und Vater. Zu gross der Schock. Man stirbt im Alter, nicht mit 47. Aufstehen, die Kinder in den Kindergarten, die Schule bringen, kochen, schlafen – alleine in einer Wohnung voller Erinnerungen. An Weihnachten kommen die Schwiegereltern, es gibt Butterzopf und Citterio-Salami. Wie jedes Jahr. Sie gehen auf den Friedhof, danach ist Bescherung. Die Witwe hält sich aufrecht, wird gestützt von Freundinnen, ihren Geschwistern, lieben Menschen. «Die Anteilnahme war riesig, fast schon zu gross», sagt sie. Das lag auch an Daniel, da ist sie sich sicher. Dem lebenslustigen Spassvogel, dem Metzgermeister bei Coop, dem Vereinsmenschen, der sich in Gesellschaft am wohlsten gefühlt hat. Seine Familie lässt man nicht allein mit dieser Last.

«Aber im zweiten Jahr war das auf einmal vorbei. So, als ob die Trauer für alle anderen abgeschlossen war», erinnert sich Andrea Wiesmann. «Aber die Trauer kommt in Wellen», weiss sie heute, «sie schwappt über dir zusammen und zieht dich hinab.» Im Frühling 2011 nimmt sie die Hilfe einer Psychologin in Anspruch, reden hilft, weinen auch.

Und die Buben? Psychologen sagen, Kinder haben je nach Alter ein anderes Verständnis von Sterben und Tod. Bis etwa 8 Jahre erfassen sie die Endgültigkeit nicht. Sie leben in dem Gefühl, Mama oder Papa kämen wieder.

«Wir können doch nicht umziehen, dann findet uns Papa nicht mehr.»

Der Verlust habe Patrick verändert, sagt seine Kindergärtnerin. Patrick wird anhänglich, will nur noch auf dem Schoss seiner Mutter sitzen, nicht mehr alleine schlafen. «Mama, wir können doch nicht in eine andere Wohnung ziehen, dann findet uns Papa nicht mehr.» An seinem ersten Schultag sitzt seine Mutter alleine neben ihm in der grossen Aula.

Jeremy ist der Grosse, der Vernünftige. «Wenn ich abends im Bett liege rede ich mit Papa», sagt er und legt seine Hand auf ein altes rotes Buch. «Leitfaden für Metzgerlehrlinge», steht darauf geschrieben. Sein grösster Schatz. Er hat es vom Vater – Jeremys Berufswahl steht fest.

Etwas Gutes tun soll sie sich, hat die Psychologin geraten. Andrea Wiesmann lächelt und weiss, dass sie das eher für ihre Buben tut. Nein sagen ist schwer, wenn der Vater gestorben ist.

Sie schliesst sich dem Verein Aurora für verwitwete Mütter und Väter (siehe Box Seite 49) an, und trifft auf Menschen, die ihr Schicksal teilen. Sie tauscht sich aus, kann die Kinder zu den Familienanlässen mitbringen, auch gemeinsame Ferienreisen werden angeboten. Das tut gut. «Am Anfang denkst du, du bist ganz allein, hier merkst du, dass das nicht stimmt», bestätigt Erich Gisi. Nach Jahren hat er über den Verein auch wieder eine Partnerin kennengelernt.

Die Frage «Wann darf ich mich wieder verlieben?» treibe viele Verwitwete um, weiss Sibylle Blum vom Verein Aurora. Da hilft es jemanden zu treffen, der versteht, dass der verstorbene Partner immer präsent sein





Hilfe für Betroffene

Der Verein Aurora für verwitwete Mütter und Väter in der Schweiz hilft mit Infos weiter und vermittelt Kontakte zu anderen Witwen und Witvern. Einmal im Monat bieten die verschiedenen Regionalgruppen Treffen für die hinterbliebenen Partner an, ausserdem gibt es Wochenendveranstaltungen für die ganze Familie sowie einmal im Jahr eine Ferienreise. Beratung und Infos: www.verein-aurora.ch

Im Zuhause von Andrea, Patrick und Jeremy (links) Wiesmann erinnern viele Fotos an den Vater.



wird, dem man sich nicht erklären muss, weil er das Gleiche erlebt hat. Und doch mache es genau das auch schwerer, nach vorne zu schauen.

Andrea Wiesmann hat seit einem Jahr wieder einen neuen Partner. Das sei schön. Die Kinder akzeptieren ihn, aber den Vater könne er nicht ersetzen. Sie hat lange mit sich gehadert. Die Frage nach dem Warum trieb sie um. Aber es ist der Satz einer Freundin, der ihr Kraft gibt: «Daniel wäre nie gegangen,

wenn er nicht gewusst hätte, dass du es alleine schaffst!» <<<



Evelin Hartmann

ist froh, dass sich die Familien mit ihr getroffen haben. Über das Unglück zu sprechen, ist ihnen nicht leicht gefallen. Und doch war ihr Optimismus deutlich spürbar.