



AES – Nachrichten 1/2002

Informationsbulletin 1/2002

der Arbeitsgemeinschaft Ess-Störungen AES

Postfach 855, 8053 Zürich

Tel./Fax 01 422 85 25, E-Mail: d.naegeli@swissonline.ch, homepage: www.netzwerk-essstoerungen.ch

Editorial

Demain, dès l'aube, à l'heure où blanchit la campagne,
Je partirai. Vois-tu, je sais que tu m'attends.
J'irai par la forêt, j'irai par la montagne.
Je ne puis demeurer loin de toi plus longtemps.

Je marcherai les yeux fixés sur mes pensées,
Sans rien voir au dehors, sans entendre aucun bruit,
Seul, inconnu, le dos courbé, les mains croisées,
Triste, et le jour pour moi sera comme la nuit.

Je ne regarderai ni l'or du soir qui tombe,
Ni les voiles au loin descendant vers Harfleur,
Et quand j'arriverai, je mettrai sur ta tombe
Un bouquet de houx vert et de bruyère en fleur.

Victor Hugo

Morgen, ganz früh, beim ersten Dämmergrau der Felder,
Gehe ich fort. Siehst du, ich weiss, du rufst nach mir.
Ich geh dann über Höhen, ich gehe durch die Wälder.
Ich halt'es nicht mehr aus noch länger fern von dir.

Ich schreite, eingezwängt in meines Denkens Wände,
Und seh nichts ausser mir und hör nichts weit und breit,
Fremd und allein, den Kopf gesenkt, verschränkt die Hände,
Voll Schmerz; der Tag scheint mir nur Nacht und Dunkelheit.

Ich seh nicht, was ich sonst am Strom gesehen habe,
Die Segel heimwärts ziehn, den Abend, der verglüht,
Und bin ich endlich da, leg ich auf deinem Grabe,
Stechpalmenzweige hin und Heidekraut, das blüht.

Übersetzung: Martha Ellen Becker

Ein Mann nimmt sich einen Besuch vor. Beim Morgengrauen will er aufbrechen: er weiss, sie wartet auf ihn. Durch den Wald, durch Berg und Tal will er ihr entgegen wandern: die lange Trennung schmerzt. Ein Schatten dehnt sich über die Landschaft; wo bleibt die Freude auf das Wiedersehen? Der Wanderer nimmt seine Umgebung nicht wahr, ganz in sich gekehrt geht er seinem Ziel entgegen. Er ist einsam, eine schwere Last bedrückt ihn, er faltet die Hände wie im Gebet. Die Trauer hat ihren dunklen Schleier über alle Dinge ausgebreitet. Die Landschaft öffnet sich, der Wanderer kommt ans Meer. Die Pracht der Abenddämmerung, das Treiben der Segelschiffe lassen ihn gleichgültig. Er ist am Ziel seines langen Weges, seiner Pilgerschaft, angelangt, am Grab seiner Tochter.

Im September 1843 ertrinkt Léopoldine, die älteste Tochter von Victor Hugo, 20-jährig in der Mündung der Seine. Mit dem Tod von Léopoldine zeichnet sich eine Wende im Leben des grossen französischen Dichters ab. Lange bleibt sein Schmerz stumm – die Auseinandersetzung mit dem Verlust der Tochter, der Gedichtzyklus „Les Lamentations“ (Die Klagelieder), erscheint 13 Jahre nach diesem Schicksalsschlag. Das kurze Gedicht „Demain, dès l'aube ...“ ist vier Jahre nach Léopoldine's Tod entstanden.

Essstörungen nehmen nicht selten einen tragischen Verlauf. In den Elternselbsthilfegruppen oder bei der Telefonberatung sind wir immer wieder mit dem Tod junger Menschen konfrontiert. In diesem Bulletin stellt ein Pfarrer seine Gedanken zu diesem Thema dar. Der Beitrag eines Vaters vermittelt eine eindrückliche Einsicht ins Erleben der Eltern. Trauer ist ein einsamer Weg.... Wir möchten dennoch betroffene Eltern und weitere Angehörige einladen, sich auf diesem Weg begleiten zu lassen, sei es im Zwiegespräch oder in einem grösseren Kreis. In letzter Zeit sind einige Initiativen entstanden (s. Hinweis im Bulletin), weitere sind notwendig, damit Trauernde auf ihrem Weg Unterstützung erhalten.

Dominique Naegeli

Vorstandsmitglied der Arbeitsgemeinschaft Ess-Störungen,
Juli 2002

Schwerpunktthema: Wenn Essstörungen zum Tod führen



Grundsatzartikel:

Seelsorgerliche Begleitung von Eltern nach dem Verlust eines Kindes

Pierre-Louis von Allmen

Reformierter Gemeindepfarrer in Ossingen ZH
und Spitalpfarrer am Kantonsspital Winterthur

Nicht nur als Gemeindepfarrer und Spitalseelsorger, der immer wieder Eltern in einer so schwierigen Situation ihres Lebens begleitet, sondern auch als Betroffener verfasse ich diese Zeilen: 1992 haben meine Frau und ich unser erstes Kind, eine Tochter namens Alexandra, bei der Geburt verloren.

Bei der seelsorgerlichen Begleitung von Eltern, die ein Kind verloren haben, ist mir auch auf Grund meiner Erfahrungen als Betroffener das Abschied nehmen vom verstorbenen Kind wichtig geworden, und zwar wenn immer möglich bereits am Ort, wo der Tod des Kindes eingetreten ist. Meistens hat der Abschied für die Eltern bereits begonnen, wenn ich als Seelsorger zu ihnen gerufen werde. Wie viel Zeit sie auch immer gehabt haben (wenn überhaupt), um sich auf den Tod ihres Kindes vorzubereiten, kommt dieser doch immer überraschend. Denn bis zur letzten Minute ist in ihnen noch Hoffnung da, und der Wille, für ihr Kind da zu sein und zu kämpfen.

Schmerz und Wichtigkeit des Abschiedes

Schock, Schmerz und grosse Trauer, Ohnmacht, und die Frage „Warum?“ sind Themen und Empfindungen, die ich oft in einer solchen Situation antreffe. Meine Aufgabe besteht dann darin, den Angehörigen beim Abschied nehmen beizustehen. Ich versuche, der Stimmung im Raum, den Gefühlen, aber auch den Erinnerungen, die in den Betroffenen sind, Luft und Ausdruck zu verschaffen, damit sie festhalten können, was sie im Gedächtnis weitertragen wollen, und loslassen dürfen, was sie auf dem Herzen haben. Nur so können sie beginnen, auch innerlich das Kind loszulassen, das von ihnen gegangen ist.

Im christlichen Glauben soll es für die trauernden Eltern und Familien nicht nur um das Loslassen gehen, sondern um das Anvertrauen ihres verstorbenen Kindes und auch ihrer Gefühle und Anliegen in die Hände Gottes. Dies passiert symbolisch besonders beim Abdankungsgottesdienst, auf dessen persönliche Gestaltung ich als Gemeindepfarrer grossen Wert lege. Dieser hat auch eine entscheidende seelsorgerliche Funktion: In meinen Augen ist er eine von Gott mitgetragene und gestützte Brücke zwischen dem Rückblick auf ein Leben, das auf Erden für alle viel zu früh zu Ende gegangen ist, und dem Ausblick auf die kommende Zeit, die ohne das verstorbene Kind neu gestaltet werden muss. Diese und alle anderen Situationen des Abschieds vom verstorbenen Kind sind für Eltern und Angehörige sehr schmerzlich. Doch oft wird später den Trauernden im Rückblick deren Wichtigkeit für die Qualität der Erinnerung an ihr Kind deutlich.

Zukunft und Hoffnung

Kinder als Vertreter der nächsten Generation sind auf ihre Art Träger von Zukunft und Hoffnung. Und wenn ein Kind stirbt, dann stirbt für ihre Eltern und für viele anderen ein Stück Zukunft und Hoffnung, die mit ihm verbunden waren, aber auch ein Stück ihrer selbst. Bei vielen Eltern stellt sich besonders in der Zeit nach der Abdankung ein Gefühl der Leere und Sinnlosigkeit ihres Lebens ein.

Wohl deshalb spricht der biblische König David folgende Worte nach dem Tod seines Sohnes Absalom: „*Wäre ich doch an deiner Stelle gestorben!*“ (2. Samuelbuch, Kapitel 19, Vers 1.) Wie David fragen sie sich, für wen und für was sie noch da sein sollen, nachdem alle ihre Anstrengungen um ihr Kind offenbar vergeblich gewesen sind.

Auch hier, und nicht nur zum Zeitpunkt des Abschieds ist es mir wichtig, den Eltern keinen billigen Trost zu spenden oder sie vorschnell wieder zu Zuversicht und positiver Lebenseinstellung zu bewegen. Auch ihr persönlicher Glaube an die Zukunft und ihre Hoffnung sind häufig von ihnen selber in Frage gestellt und brauchen erst viele kleinen Schritte und neue positive Erfahrungen, um aus der Ohnmacht und Anfechtung herauszukommen.

Als Seelsorger bemühe ich mich, die Eltern in dieser dunklen Zeit der Suche nach einem neuen Sinn und einer neuen Hoffnung

für ihr Leben, und des Entwerfens einer lichtvollen Zukunft zu begleiten. Mit viel Geduld geht es mir darum, die trauernden Eltern spüren zu lassen, dass sie von Gott und den Menschen (in diesem Fall auch von mir) nicht allein gelassen werden, sie auf ihrem neuen Weg zu stärken, ihnen beizustehen und erkennen zu helfen, dass ihr Leben auch ohne ihr verstorbenes Kind sehr wohl Zukunft und Hoffnung haben darf. „*Ich will euch Zukunft und Hoffnung geben. Ich, der Herr, sage es.*“ steht im biblischen Buch des Propheten Jeremia (Kapitel 29 Vers 11).

Dieses Bibelwort hat mich nach dem Verlust unserer Tochter begleitet und mir geholfen. Schon früher ist es für mich wichtig gewesen. Heute noch mehr. Die Verheissung, die es vermittelt, möchte ich – wenn immer möglich - weitergeben, auch den Eltern, die ein Kind verloren haben.



Zeugnis:

Elternbericht über den Suizid ihres magersüchtigen Sohnes

(7. Februar 1982 – 12. Januar 1995)

*„Ich stell mir vor, wie schön es wär,
wenn ich eine Ähre wär.
Stark und kräftig anzusehn,
auf dem weiten Feld zu stehn.“*

Dieses Gedicht hat unser Christian – wir nannten ihn meistens Chrigi – ungefähr drei Monate vor seinem freiwilligen Tod geschrieben. Überhaupt hat er sich während seiner zweijährigen Krankheit oft schriftlich mit eindrucklichen Briefen, Geschichten, Gedichten und Zeichnungen ausgedrückt.

Chrigi war mit drei Jahren Abstand unser jüngstes von drei Kindern. Er war unser Sonnenschein: immer fröhlich, aufgeschlossen, an Allem interessiert und auch in der Schule ein problemloses Kind.

Im Alter von 11 Jahren zeigten sich aber dann gerade dort die ersten Anzeichen einer psychischen Veränderung: Chrigi bekam in der Klasse soziale Probleme, weil er sich nicht mehr „altersgerecht“ verhielt. Er las Zeitungen, interessierte sich für klassische Musik, Literatur, Politik und Umweltschutz. Er diskutierte diese Themen mit älteren Menschen und wurde in der Schule zum Einzelgänger und Aussenseiter. Erste schulpsychologische Abklärungen wurden gemacht.

Dann zeigten sich bald die ersten Anzeichen einer Anorexie. Nebst der Essstörung, die relativ rasch seine Gesundheit bedrohte, wurde für Chrigi auch der Sport (Jogging, Orientierungslauf) zur Sucht. Ein Wechsel in eine Privatschule, um wenigstens der „verfahrenen“ sozialen Situation in der Klasse eine neue Chance zu geben, brachte nur kurzfristig Erleichterung.

Die Anorexie hatte nun Christian voll im Griff. Sein Körper machte nicht mehr mit. Mehrere, zum Teil lange Aufenthalte im Kinderspital mit Magensonde, Infusionen, „Ess- und Gewichtsverträgen“ usw. folgten – leider ohne viel Erfolg. Chrigi passte mit 11 Jahren nicht in ihre „Anorexie-Behandlungsschublade“ und hat sich immer anders verhalten, als die Spezialisten es sich vorstellten. Die Frage, ob es für Magersüchtige eine „Standard-Therapie“ gibt, oder ob nicht für jeden Patienten eine ganz individuelle Behandlungsvariante gesucht werden müsste, steht vor allem für uns Eltern noch bis heute im Raum. Chrigis mehrmalige „Flucht“ aus dem Spital führte dann auch zu Spannungen des Ärzteteams mit uns Eltern, weil sie die Verantwortung so nicht übernehmen wollten.

Psychologische Therapie liess Chrigi zwar zu, lehnte sie aber innerlich strikte ab und hat mehrere Psychologen und Psychiater bis aufs Äusserste gefordert und zum Teil überfordert.

Ebenfalls wir Eltern waren langsam am Ende unserer Kräfte. Zum Glück hatten wir gleich von Anfang an auch für uns und unsere zwei älteren Kinder (zum Teil gemeinsam, zum Teil individuell) professionelle Hilfe gesucht und angenommen.

Im zweiten Krankheitsjahr, als Chrigis körperlicher Zustand sich etwas stabilisiert hatte, konnte er für einige Zeit nach Hause. Den Übertritt in die Sekundarschule schaffte er problemlos. Psychisch aber litt Chrigi sehr: Er äusserte erstmals Gedanken, dass er auf dieser bedrohten, kaputten Welt nicht mehr bleiben wolle.

Auf eigenen Wunsch trat Christian erneut ins Spital ein. Das unterdessen veränderte Ärzteteam griff zur „Anorexie-Schubladen-Methode“, Chrigi floh erneut aus dem Spital, und wir wurden vor die Tür gestellt. Ein Wechsel in ein anderes Kinderspital wurde unumgänglich.

Ein neuer Psychiater machte uns allen Hoffnung: Chrigi akzeptierte erstmals auch innerlich Hilfe. Er wurde ruhig und hatte Vertrauen in den Arzt. Auch wir Eltern hatten wieder grosse Hoffnung. Leider hat sich im Nachhinein gezeigt, dass Chrigi sich gerade dort die Kraft geholt hatte, seinen Weg geradlinig zu Ende zu gehen.

Im Dezember 94 überstürzten sich dann die Ereignisse: am Heiligabend machte Chrigi einen ersten Suizidversuch zu Hause mit Alkohol („ich wollte einfach einschlafen“).

Erneut im Spital (Intensivstation), wurde Christian nach grossem Abwägen medikamentös in ein künstliches Koma gelegt. Man versuchte, seinem Kopf etwas Ruhe zu geben. Der Versuch misslang, der Körper weigerte sich.

Chrigi mag und kann nicht mehr, schrieb eine letzte Geschichte, schaltete alle Apparate und Warnungen aus und stürzte sich vom 3. Stockwerk aus dem Fenster.

Gottlob gab er uns allen noch zwei Tage Zeit, endgültig von ihm Abschied zu nehmen, bevor er zu seiner klassischen Lieblingsmusik für immer einschlief. Tief beeindruckt liess er Ärzte, Schwestern, Bekannte und Angehörige zurück. Chrigi hatte mit knapp 13 Jahren sein Leben gelebt und wusste wahrscheinlich mehr als wir alle.....

Für uns Eltern und die zwei Geschwister folgte eine schwierige Zeit. Zusätzlich zur Trauer waren Gedanken wie Schuld, Versagen, was hätte man anders machen können usw. zu verarbeiten. Auch hier haben wir fremde Hilfe angenommen. Am meisten geholfen hat uns – und hilft uns bis zum heutigen Tag – das Bild vom „Petit Prince“ (Saint-Exupéry): Unser kleiner Prinz lebt immer noch, einfach auf einem anderen Planeten.

Nach sieben Jahren sind die Wunden „verheilt“, aber die Narbe bleibt - darf bleiben - und sie wird uns bis ans Lebensende gelegentlich schmerzen.

Chrigi, mir si truurig und hei di gärn.

« Wer versteht mich, wer begreift meine Gefühle? Niemand? Ich bin am Ende meines Willens, die Krankheit, die sich wie ein betäubender Mantel um mich gelegt hat, von mir abzuwerfen. Mit seinem Gewicht lässt er meine Bewegungen erschlaffen. Er jagt mir Angst ein, holt meine Erinnerungen der letzten eineinhalb Jahre in mein Gedächtnis zurück und sagt mir, dass diese Zeit hauptsächlich aus Elend bestand. Er versucht mir einzureden, dass ich meinem erbarmungslosen Leben ein Ende setzen soll, und er hat es schon weit gebracht. Meine Gedanken sind für mich oft wie hinter einer Wand aus Nebel, ich nehme sie wahr, bis ich durch den Nebel zurück gehe, und er sie wieder verschluckt » Christian, 2. Mai 1994



Literatur zum Thema

- ⇒ Noch einmal sprechen von der Wärme des Lebens, Mechthild Voss-Eiser, Herder Verlag
- ⇒ Ich begleite dich durch deine Trauer, Jorgos Canacakis, Kreuz Verlag
- ⇒ Ich sehe deine Tränen - Trauern, Klagen, leben können, Jorgos Canacakis, Kreuz Verlag
- ⇒ Plötzlich und unerwartet, Heinz-Ulrich Carl, Hänssler Verlag
- ⇒ Ja zum Leben – aus tiefstem Schmerz zu neuer Lebenskraft, Melody Beattie, Heyne Ullstein Verlag
- ⇒ Kinder sterben anders, Uwe Hermann (Hg.)
- ⇒ Liebe Joana, Briefe an mein verstorbene Kind - Ein heilsamer Weg durch die Trauer, Karin Stolte, Gütersloher Verlag
- ⇒ Wenn Mütter trauern, Erinnerung an das verlorene Kind, Ursula Goldmann-Posch, Knaur Verlag
- ⇒ Warum gerade mein Bruder? Trauer um Geschwister, Margrit Bassler, Marie-Thérèse Schins (Hg.)



Adressen

- ⇒ Verein Arbeitskreis T.A.B.U. - Postfach 6218, 8023 Zürich,
Tel. 01 261 86 27 (Montag, Mittwoch, Freitag von 8 bis 9 Uhr)
www.tabutrauerbegleitung.ch
Treffpunkt für Trauernde; jeden Mittwoch von 17 bis 19 Uhr, Zentrum Karl der Grosse,
Kirchgasse 14, 8001 Zürich. Kontakt: 079 400 43 82 (auch Einzelgespräche möglich)
- ⇒ Weitere Auskünfte: Koordination und Förderung der Selbsthilfegruppen in der Schweiz (Kosch)
Tel. 0848 810 814