

«Wir können nichts mehr für sie tun»

Tod / Melina Walther hat vor zehn Jahren ihre kleine Schwester Flavia verloren. Sie erzählt von ihrer Trauer.

NOFLEN Am 12. Oktober 2010 starb Flavia Walther. Das damals neunjährige Kind einer Bauernfamilie aus Lützelflüh BE wurde Opfer einer heimtückischen Krankheit, die mit einer langen Leidensgeschichte verbunden war. Lange tappten auch die Mediziner im Dunkeln. Die Familie konnte nur hilflos zusehen, wie das Leben für Flavia immer schwerer wurde. Im ersten Lebensjahr erblindete das kleine Mädchen, es folgten immer wieder längere Aufenthalte im Krankenhaus. Ein Rollstuhl, schwere epileptische Anfälle und unzählige Tests und Therapien gehörten zum Alltag des behinderten Kindes, bis zu dessen Tod.

Hoffnung bis zum Schluss

«Wir haben gewusst, dass sie nicht ein so langes Leben haben wird», erzählt Melina Walther. Die heute 22-Jährige ist die Schwester der verstorbenen Flavia. «Man hat immer Hoffnung, auch wenn jemand wirklich schwer krank ist, dass es besser kommt. Wir glaubten immer an

«Wir haben gewusst, dass sie nicht ein langes Leben haben wird.»

Melina Walther, Pflegefachfrau und Buchautorin

ein Wunder, das passieren wird und ihr irgendwann mehr Lebensqualität schenken könnte. Umso mehr waren wir schockiert, als der Tag kam, wo es hiess: «Flavia liegt im Sterben, wir können nichts mehr für sie tun.» Bis zum Schluss hatte Familie Walther die Hoffnung, dass dem Mädchen etwas helfen würde, dass es irgendetwas gibt, das ihr

ein schönes Leben ermöglichen könnte. Doch die Realität war anders. Melina Walther hat die Erinnerungen an den Tod ihrer jüngeren Schwester bis heute klar vor Augen. «Noch am Tag zuvor hatten wir nicht damit gerechnet. Kurz vor ihrem Tod standen alle im Inselspital Bern um ihr Bett und weinten», erinnert sich sie. Sie nahm ihre kleine Schwester am 12. Oktober 2010 noch einmal fest in die Arme und flüsterte ihr ins Ohr: «Tschüss, machs gut.» Nur einen Moment später nahm Flavia ihren allerletzten Atemzug und starb. Sie ging und hinterliess eine grosse Lücke, wie Melina Walther erzählt. Die junge Frau sitzt am Tisch in ihrer Wohnung in Noflen BE. Sie wirkt gefasst, wenn sie über ihre Vergangenheit spricht.

Melina Walther arbeitet heute als Pflegefachfrau. Jüngst hat sie die Höhere Fachschule abgeschlossen. Ihre Berufswahl setzt sie in Zusammenhang mit ihrer Schwester. «Es gab mir sehr viel, dass ich Flavia betreuen, pflegen und unterstützen konnte», sagt die junge Frau. So habe Flavia auch viele medizinische Verrichtungen gebraucht, wie das Magensondenhandling, das Verabreichen von Medikamenten oder das Versorgen mit Sauerstoff. Sie ist sicher, diese Möglichkeit, aktiv zu helfen, etwas zu tun, um das Leiden der kleinen Schwester zu minimieren, habe den Grundstein für ihre heutige Berufswahl gelegt. «Ich habe ein Helfersyndrom», sagt Melina Walther und lächelt versöhnt.

Die Trauer um die Schwester hat Melina Walther erst spät zugelassen. Die Eltern hätten viel früher damit begonnen, ist sie sicher. «Ich habe erst sechs Jahre nach ihrem Tod damit begonnen, zu trauern. Vorher konnte ich das gar nicht zulassen», erinnert sie sich. «Mein Problem war, dass ich glaubte, ich müsse stark sein», erklärt Melina auf die Frage, wie sie sich heute den fehlen-



Melina Walther hat den Verlust ihrer Schwester Flavia nur schwer verkraftet.

(Bild sb)

den Zugang zu dieser Trauer erklärt. «Ich wollte helfen und hatte dadurch eine Aufgabe. Ich musste stark sein und glaubte, wenn es allen anderen so schlecht geht, darf ich nicht traurig sein, schliesslich werde ich gebraucht», erzählt sie. Erst später, als es den anderen besser ging, merkte sie, dass sie die Aufgabe des Tröstens und Helfens verloren hatte. «Dann fiel ich in ein Loch», erinnert sie sich. Alles um sie sei dunkel und gleichgültig geworden. «Dann spürte ich, wie weh es tut, dass sie nicht mehr da ist.» Melina Walther lebte mit Alpträumen, die sie während Jahren begleiteten und ihr teilweise komplett den Schlaf raubten. Ihre Eltern merkten, wie schlecht es um ihre Tochter stand. Aber helfen liess sie sich nicht. Melina wollte es alleine durchstehen, wollte lange keine Hilfe annehmen.

«Es war höchste Eisenbahn, auch wenn ich mich lange dagegen gewehrt hatte, eine Psychotherapie zu beginnen. Heute ist mir klar, ich hätte es ohne diese und auch ohne medikamentöse Behandlung nicht geschafft, mich selbstständig aus diesem Zustand zu befreien», ist sie sicher.

Burglind bringt weiteres Leid

Das Schicksal schlug bei Familie Walther noch ein weiteres Mal zu. Als der Sturm Burglind im Januar vor drei Jahren über die Schweiz fegte, geriet Melinas Vater einige Tage später bei Holzerarbeiten unter einen Baum. Er erlitt massivste Verletzungen und wurde sofort ins Inselspital in Bern geflogen, wo er 17 Stunden operiert wurde. Er lag während fünf Wochen im Koma. Während der ersten beiden Wochen war nicht klar, ob er den

Unfall überleben wird. «Sein Gesundheitszustand war sehr schlecht. Aber ich bin mir sicher, seine Kämpfernatur hat in zurück ins Leben gebracht», sagt seine Tochter. Melinas Vater verlor durch den Unfall seinen rechten Unterarm. Heute brauche er – obwohl er durch den Unfall lange nicht laufen konnte –, mit Ausnahme der Prothese keine weiteren Hilfsmittel mehr. Melina erinnert sich, dass sie, wie auch ihre Mutter, durch den Unfall wieder in den Funktionsmodus fielen, wie damals, als ihre kleine Schwester starb. «Man funktioniert einfach, man macht und macht und macht, steht auf, geht in den Stall, lenkt sich ab. Der Alltag muss einfach weitergehen, man versinkt ein wenig darin», sagt die Bauerntochter. Die beiden Frauen kamen körperlich an ihre Grenzen, und hatten in der Bewältigung der

Arbeit Hilfe nötig, die sie auch in Anspruch nahmen.

Nach der Rückkehr des Vaters nach Hause erleidet Melina Walther einen weiteren psychischen Zusammenbruch. Wieder hatte die Realität den jungen Menschen eingeholt. Aus Erfahrung wusste sie, dass sie Hilfe braucht.

«Der Schmerz ist in einem drin. Teilweise ist dieser sehr stark und kaum auszuhalten.» Um diesen Schmerz zu verarbeiten, brauche es einen Weg. Und dieser sei wohl für jeden anders. Melina Walther hat bereits kurz nach dem Tod ihrer Schwester den Wunsch verspürt, ein Buch zu schreiben. In der neunten Klasse hat sie als Abschlussprojekt ein erstes Mal gewagt, ihre Eindrücke vom Leben und Sterben ihrer kleinen Schwester aufzuschreiben. Nun hat sie die Corona-Zeit genutzt, um Arztberichte und Medikamentenkarten ihrer Schwester aufzuarbeiten. Noch einmal nahm sie die Tagebücher und Fotos aus vergangener Zeit hervor, als Flavia noch lebte. Die Eindrücke und die Erinnerungen an jene Zeit hat Melina Walther nun in einem Buch niedergeschrieben. Vieles, was sie damals als Kind nicht verstand, nicht wusste, konnte sie jetzt mit ihrem erarbeiteten Wissen und mit der nötigen Distanz verstehen.

Das Schöne sehen

Und wie es zu ihr als Mensch auch passt, soll das Buch und die Bereitschaft, ihre Geschichte zu der ganz entscheidend ihre verstorbene Schwester Flavia gehört, zu erzählen, den anderen Menschen helfen. «Mir ist wichtig, dass man nicht nur das Negative mitnimmt, sondern bewusst auch das Positive zulässt. Es gab Momente in ihrem kurzen und leidvollen Leben, die durchaus schön waren», erinnert sich Melina Walther. Viel Zeit für Schönes habe es nicht gegeben. Aber es hat sie gegeben.

Simone Barth

«Kinder sind sehr feinfühlig, neugierig und wollen dazugehören»

In der Schweiz sterben jährlich rund 63000 Menschen, das heisst knapp 1% der Bevölkerung. «Hinterbliebene jeden Alters werden mit dem Tod eines Angehörigen in den Selbstverständlichkeiten ihres eigenen Lebens tief erschüttert», erklärt Christine Leicht. Sie ist Familientrauerbegleiterin in Bern und begleitet Kinder und Erwachsene durch Trauerprozesse. Für Kinder, die eine schwere Krankheit oder den Tod eines Elternteils oder Geschwisters erleben müssen, sei das Leben danach eindeutig anders, sagt sie.



Christine Leicht begleitet Menschen in Trauer. (Bild zvg)

sehr lebendige und kreative Weise ausdrücken. «Wenn wir es ihnen zutrauen und ihnen ihre Zeit und ihren Raum dafür lassen», ergänzt die Trauerbegleiterin.

«Kinder haben ihrer Entwicklung gemäss noch ein sehr empfindsames Sensorium und ihr Ich-Gefühl entwickelt sich erst allmählich. Sie verfügen, je nach Alter, noch länger nicht über einen derart ausgeprägten Wortschatz wie ein Erwachsener. Daher ist es so immens wichtig, dass sie ihre Trauer auf vielfältig kreative Weise ausdrücken können», erklärt Christine

Leicht. Früher seien sie zu ihrem vermeintlichen Schutz von einer Trauergeschichte ausgeschlossen worden, was ein total falscher Ansatz sei. «Kinder sind sehr feinfühlig, sehr neugierig und wollen dazugehören. Ihnen in altersgerechter Sprache zu erklären, was bei einem Todesfall Sache ist, hilft dem Kind, den schweren Verlust zu verarbeiten.» Grundsätzlich sei es gut, wenn neben den Eltern dem Kind noch eine weitere, ihm wichtige und vertraute Bezugsperson von ausserhalb zur Seite stehe. Wichtig sei, dass diese emotional weniger betroffen sei, gut zuhören könne und das Kind begleite und für Fragen offen sei. «Da das Kind sprunghaft trauert, kann es oft auch nicht verstehen, wenn seine Umgebung ständig trauert. Eine ausserstehende Person ermöglicht dem Kind eben dieses bereits erwähnte Pflützen-Hüpfen», ergänzt Christine Leicht.

Was helfen kann

Um Kindern optimale Rahmenbedingungen zum Trauern zu schaffen, rät die Trauerbegleiterin, einige Punkte zu beachten:

- Im Moment einfach offen da sein

- Dem Kind entwicklungs-gemäss Erklärungen abgeben. Wenn das Kind den verstorbenen Menschen besuchen will, muss es darauf vorbereitet und darin begleitet werden.
- Das Kind auf weitere Schritte vorbereiten, wie Beerdigung, Haushaltsauflösung usw.
- Dem Kind Gestaltungsmöglichkeiten offen lassen, wie etwas basteln, zeichnen, Blumen in den Sarg legen, mit ihm Lieder singen, ganz, wie es das Kind tun will.
- Dem Kind das Originelle lassen. Das Kind braucht die Bindungsqualität zum verstorbenen Menschen auch in dieser Zeit. Dadurch kann es seine irdische Liebesbindung zu diesem Menschen in ein grosses Ganzes geben.
- Auch mit Säuglingen sprechen, wenn sie als Hinterbliebene vom Tod eines nahen Menschen betroffen sind.
- Selber möglichst authentisch sein.
- In der pädagogischen Begleitung immer die eigene Trauer reflektieren, um sie nicht auf das Kind zu übertragen.
- Sich bewusst sein: Jeder Mensch trauert auf seine ganz eigene Weise – auch Kinder. sb

Das Buch zum Erlebten

«Ich fand in dieser Zeit Unterschlupf bei meiner Gotte. Ich versuchte, mich mit meinem Cousin und meiner Cousine abzulenken von fürchterlichen Gedanken und Gefühlen. Die Nächte waren der reinste Horror, denn seit Flavia im Spital war, spürte ich immer wieder, dass sich ein schlimmes Ereignis anbahnte. Ich spürte, wie das Band zwischen uns langsam zu spannen und überdehnen anfang. Dennoch wollte ich dies nicht wahrhaben, daher versuchte ich mich durch den Tag abzulenken.» Diese Zeilen stammen aus dem zehnten Kapitel des Buches «Ein kurzes Leben mit zu vielen Hindernissen». Geschrieben hat es Melina Walther. Es ist ein entscheidender Teil im Abschiedsprozess von der kleinen Schwester Flavia, die 2010 an einer heimtückischen Krankheit verstorben ist.

Flavias Krankheit hat Melina nachhaltig geprägt. Sogar ihre Berufswahl zur Pflegefachfrau bringt Melina mit dem schweren Schicksal ihrer verstorbenen Schwester in Verbindung. «Ich habe ein Helfersyndrom», sagt die junge Frau heute von sich. Doch ihrer

Schwester konnte niemand mehr helfen. Kurz nach dieser Passage im zehnten Kapitel (siehe oben) stirbt Flavia im Inselspital. Für ihre Schwester folgen schwierige und schmerz-erfüllte Jahre. Die Erinnerungen, welche sie an diese Zeit hat, hat Melina Walther in einem rund 80 Seiten umfassenden Buch im Alleingang zusammengefasst. Ganz ohne Verleger im Hintergrund wagte sie den Schritt, all das, was ihr aus dieser gemeinsamen Zeit geblieben ist, niederzuschreiben. Das Buch kann bei der Autorin unter der E-Mail-Adresse melina.walther@gmx.ch zum Preis von 30 Franken plus Porto bezogen werden. sb



Das Buch ist bei der Autorin erhältlich. (Bild sb)