

«Durch Kinder erwacht die Freude am Leben wieder»

GESCHWISTERTOD Vor 17 Jahren starb Nicoles Bruder bei einem Autounfall. Ein schrecklicher Verlust für die Eltern. Doch mit welchen Gefühlen die Geschwister kämpfen, gerät oft in den Hintergrund. Nicole hat die Gründung einer Selbsthilfegruppe für Erwachsene umgesetzt, die einen Bruder oder eine Schwester verloren haben.

VON GINGER HEBEL

Manchmal, wie aus heiterem Himmel, übermannt sie die Trauer, dann lässt Nicole ihren Tränen freien Lauf, lässt den Schmerz raus, danach kommen wieder bessere Zeiten. «Die Zeiten, in denen ich häufig und heftig in ein Loch fiel, sind seltener geworden mit den Jahren.» Vor 17 Jahren verlor sie ihren Bruder Stefan. Er starb mit seiner Freundin bei einem Verkehrsunfall in Chile – eine Frontalkollision mit einem Lastwagen, das junge Paar hatte keine Chance. Während dreier Wochen bereiste Stefan mit seiner Freundin deren Heimatland, bald hätte er wieder nach Hause kommen sollen, zu seinen Eltern und seiner zwei Jahre jüngeren Schwester, die damals gerade 20 war. Dann riss ihn der schreckliche Autounfall aus dem Leben. Die Familien der Toten wissen nicht, wer damals am Steuer sass, sie wollen es auch gar nicht wissen. «Es bringt sie uns auch nicht mehr zurück.»

Nicole erinnert sich wie an eine Filmszene an den schlimmsten Morgen ihres Lebens, als die Polizei an der Haustür klingelte und ihre Mutter ahnungslos die Tür öffnete. «Als wir die Polizisten sahen, wussten wir, dass das nichts Gutes bedeutet. Wir dachten, Papa sei etwas zugestossen. Dass Stefan verunfallt sein könnte, damit haben wir keine Sekunde gerechnet.» Sie kann nicht mehr sagen, was sie fühlte, als man ihnen die Horrornachricht überbrachte, sie befand sich in einer Art Schockstarre.

Es gibt nichts Schlimmeres für Eltern, als das eigene Kind zu verlieren. Nach einem solchen Schicksalsschlag gilt ihnen das ganze Mitgefühl; mit welchen Gefühlen die Geschwister kämpfen, gerät jedoch oft in den Hintergrund. «Ich wollte stark sein für meine Eltern. Den Verlust meines Bruders habe ich damals gar nicht richtig realisiert, ich funktionierte einfach», sagt Nicole. Nach dem Tod von Stefan stand das Haus oder schweigsam. Sie durfte einfach keine leer, es kamen Verwandte, Freunde, Nachbarn. «Meine Eltern hatten ein grosses Bedürfnis zu reden», erinnert sie sich. Auch die Schwester ihrer Mutter hat ein Kind bei einem Verkehrsunfall verloren, das Schicksal machte sie zu Verbündeten. Nicole versteckte ihre Trauer.

Er war der typische grosse Bruder

Sie erinnert sich gerne an ihre Kindheit zurück. «Es war schön, einen Bruder zu haben, ein Gspäändli zum Spielen.» Stefan war zielstrebig und ehrgeizig, nicht wie seine rebellische Schwester, die stets Grenzen austestete und den Spass im Leben suchte. «Den ersten Alkoholrausch, den ersten Flirt, ich war meinem Bruder in allem voraus, trotzdem war er mein Vorbild.» Wenn sie in der Schule Stress mit Mitschülern hatte, kam er und beschützte sie. Er war der typische grosse Bruder. Zusammen haben sie gekuschelt und gestritten, gelacht und geweint. Während ihr Bruder seine beruflichen Ziele verfolgte, hatte Nicole keine konkrete Vorstellung von ihrem Leben. Nach dem KV wollte die damals 20-Jährige als Au-pair nach Irland, Erfahrungen sammeln, dann verunglückte Stefan.

Zwei Monate nach seinem Tod flog Nicole trotzdem nach Irland, obwohl ihre Eltern sie lieber hier behalten hätten. «Es war keine Flucht. Ich habe das geplant und durchgezogen, weil ich wusste, dass Stefan es gut gefunden hätte, wenn ich meine Pläne umsetze.» In Irland, wo keiner sie kannte, brauchte sie sich niemandem gegenüber zu rechtfertigen, warum sie gereizt war dem Tod von Stefan stand das Haus oder schweigsam. Sie durfte einfach keine leer, es kamen Verwandte, Freunde, Nachbarn. «Meine Eltern hatten ein grosses Bedürfnis zu reden», erinnert sie sich. Auch die Schwester ihrer Mutter hat ein Kind bei einem Verkehrsunfall verloren, das Schicksal machte sie zu Verbündeten. Nicole versteckte ihre Trauer.

«Der Verlust bleibt immer ein Thema»

Jahre später stiess Nicole im Internet auf die Selbsthilfegruppe Life with, die Menschen vernetzt, die ein Geschwister durch Unfall, Krankheit oder Suizid verloren haben. Ende 2012 hat sie sich dem Team angeschlossen. Gemeinsam und in Zusammenarbeit mit dem Zürcher Selbsthilfezentrum entstand die Idee, zusätzlich zum Angebot für Jugendliche eines für Erwachsene ins Leben zu rufen. Nicole Ochsner hat die Gründung der Selbsthilfegruppe Life with Treff umgesetzt. Das erste Treffen fand im vergangenen Juli statt, das nächste ist zwischen Weihnachten und Neujahr geplant. «Es ist ein Bedürfnis, weil die besinnliche Zeit für Angehörige von Verstorbenen eine der schwersten ist.» Im Mittelpunkt steht aber nicht nur die Trauerbewältigung, man soll hier auch die Möglichkeit haben, sich über das Erlebte auszutauschen und zu

lernen, wieder zu lachen. Auch wenn der Tod ihres Bruders 17 Jahre her ist, «der Verlust bleibt immer ein Thema».

«Durch Kinder erwacht die Freude»

Nicole Ochsner steht mitten im Leben. Die 37-Jährige arbeitet Vollzeit im Marketingbereich und ist alleinerziehendes Mami. Mit ihrer achtjährigen Tochter lebt sie in einer Wohnung im selben Haus wie die Eltern. Das Mädchen habe gewisse Ähnlichkeiten mit ihrem Bruder, ihre Gestik, ihre Mimik, das sagt auch die Oma immer wieder. «Meine Tochter war ein Segen, auch für meine Eltern. Ein Kinderlachen ist ansteckend, man kann es nicht verwehren, durch Kinder erwacht die Freude am Leben wieder», sagt Nicole. Ihre Tochter führt ihr aber auch immer wieder den Verlust vor Augen, wenn diese sie fragt, ob Stefan auch Kinder gehabt hätte, wenn er noch leben würde. Er wäre ihr Onkel gewesen, vielleicht hätte Nicole ihn auch zum Götti gemacht. «Ich hätte meinen Bruder gern als erwachsenen Mann kennen gelernt, mit ihm Gespräche geführt, die man als Jugendliche in dieser Tiefe so nicht führt. Leider war es uns nicht vergönnt.» ■

Die Selbsthilfegruppe Life with gehört zum Verein Regenbogen Schweiz. Im Zürcher Selbsthilfezentrum an der Jupiterstrasse 42 finden Treffs für Erwachsene statt, die ein Geschwister verloren haben. Zudem existieren zwei geschlossene Facebook-Gruppen für Jugendliche und Erwachsene.

www.lifewith.ch

www.facebook.com/lifewith.ch

www.selbsthilfezentrum.ch