



Foto: Utschi Dressing

Fehlgeburt

Seit dem Tag, an dem mir zum ersten Mal der Gedanke an eine mögliche Schwangerschaft durch den Kopf ging, habe ich um das Kind gekämpft. Mich auseinandergesetzt mit den vielen widerstreitenden Gefühlen, Gedanken, Ängsten und Hoffnungen. Das Kind war nicht geplant. Es war halt „passiert“, wie man so sagt. Eine noch ganz junge Beziehung zu dem Vater. Überlegungen für eine gemeinsame Perspektive gab's nicht, war auch für uns nicht wichtig.

Als ich sicher war, daß ich schwanger bin, befand sich der Vater seit 1 Woche im Ausland. Für 2 Monate. Ohne feste Anschrift, nur mit einer Kontaktadresse. Also unerreichbar.

Ich habe mich alleine entschieden. Für das Kind. Mütter von Kindern haben mich bestärkt, haben mir gesagt, daß ich mir sicher sein muß. Ich meine Entscheidung nicht von der Sicherheit anderer abhängig machen darf. Das halte ich für richtig. Ich habe ja gesagt zu dem Kind,

es mir gewünscht. Schon eine längere Zeit vor der Schwangerschaft fühlte ich den Wunsch nach einem Kind in mir wachsen.

Gespräche in meiner Wohngemeinschaft. Ohne sie, mit denen ich zusammenlebe, wollte ich nicht. Mein Kind alleine kriegen und mit ihm alleineleben, wollte ich nicht. Schlecht für mich und für das Kind. Kleinfamilienleben kommt nicht in Frage. Sie wollten sich auf diese Veränderung einlassen, auf diesen Weg mit neuen Erfahrungen. Jeder für sich mit anderer, unterschiedlicher Energie. Aber wir wollten es versuchen.

Während der 3 Monate ständig wiederkehrende Fragen: wie wird der Vater es auffassen, wird er sich einlassen können, wollen? Setze ich ihn zu schwer unter Druck? Greife ich zu sehr in sein Leben ein? Will ich das Kind, wenn er es total ablehnt? Wird er sich zurückziehen von mir?

Ich schrieb einen Brief an die Kontaktadresse, in der Hoffnung, daß er

**Ich habe mich
allein entschieden**

dort ankommt und er ihn irgendwann erhält. Wie könnte eine mögliche Perspektive aussehen? Konkret vorstellen konnte ich es mir nicht. Ich ging davon aus, daß es einen Weg gibt. Einen Weg, der aus dem diffusen Dickicht freigelegt werden muß. Sicher mit viel Anstrengung. Aber ich wünschte mir mein Kind, freute mich langsam und bekam Kontakt zu ihm. Bei allen psychischen Höhen und Tiefen war ich mir in meiner grundsätzlichen Entscheidung, in dem Ja, sicher. Ich wollte mich darauf einlassen, mit all dem auf mich, uns Zukommenden leben lernen.

War ich das wirklich, frage ich mich jetzt manchmal.

Ein Antwortbrief kam und warf mich 2 Tage lang fast um, Auseinandersetzung in dieser Frage per Brief, welche eine Unmöglichkeit! — Sprachlosigkeit — Es ging weiter, abwechselnd Lebenskraft, Stärke, pulsierende Gefühle mit Erschöpfung, Entmutigung, Zweifeln, wie es weitergehen kann.

Eines Tages dann begann ich zu bluten und verlor mein Kind am letzten Tag des 3. Monats —. An dem Tag, an dem ich ohne Kind nach Hause kam, kam auch J. zurück, Vater des niegeborenen Kindes.

Mittwoch, 16.7.

Gegen 23 Uhr nach Hause, Klo, in der Unterhose ein großer bräunlicher Blutpfleck, nicht tropfnaß, aber voll da. Schmerzen seit heute nachmittag, morgens schon ab und zu Rückenschmerzen, tief unten. Ich konnte nicht lange sitzen. Nachmittags wurde es mehr, Bewegungsdrang. Spaziergang auf den Rieselfeldern, Essen. Häufiges Ziehen, auf der Rückfahrt wehenartiger Schmerz, der sich aufbaut und wieder abebbt. Jetzt, im Bett, scheint es besser zu sein. Angst. Ich versuche, mich zu entspannen. Kriege ich einen Abgang? Werde ich mein Kind nicht halten können? Ich kann und will es mir nicht vorstellen. Wie wird die Nacht?

Donnerstag, 17.7. Mittag:

Krankenhaus.

Ich will mein Kind nicht verlieren! Ob es noch lebt? Regelmäßige Krämpfe. Ich glaube nicht an eine positive Wende. Wünsche ich sie? So schlimm es ist, ich weiß es nicht. Die Bedingungen, das Kind zu tragen, werden immer schwieriger. Ich weiß nicht, wieviel ich mitmachen kann und will. Einerseits habe ich wahnsinnige Angst vor dem unabänderlichen Satz „es lebt nicht mehr“, der Ausschabung und all dem, was dann zu-



Foto: Courage-Archiv

Am Schlimmsten ist das Alleinsein. Keine tröstende Geste, kein lieber Mensch, der mit mir teilt durch bloße Anwesenheit.

sammenbricht. Aber, — es ist vielleicht besser so? Reagiert mein Körper deshalb so? Kann ich diese Konflikte mit J., diesen schweren Prozeß nicht aushalten?

Angst habe ich vor der Ungewißheit der nächsten Monate, wenn es noch in Ordnung ist. Hier im Krankenhaus liegen, warten, mal wieder abwarten, ob das Kind es mitmacht oder nicht. Und dann in dieser Umgebung womöglich mit J. reden, ihn erleben. Wie eingeschränkt ist unsere Kontaktmöglichkeit! Ihn wird es bestimmt auch sehr belasten...

18.7. früh:

Eine schlimme Nacht, endlos, Dämmerlicht, die Zeit kriecht voran. Schmerzen, wehenartig, rollen in regelmäßigen kurzen Abständen durch Gebärmutter und Rücken. Zunächst geht's durch Konzentration auf einen festen Punkt und Atmung zu überwinden. Um 21 Uhr lasse ich mir ein Zäpfchen geben. Es blutet ununterbrochen. Zwar nicht so viel, aber frisches helles Blut. Später noch ein Zäpfchen, das nicht hilft. Bei jeder Welle klammere ich mich am Bügel, der über mir schwebt, fest. Unterdrücktes Stöhnen, ich will die beiden Frauen nicht stören. Die Nachtschwester kommt ab und zu auf mein Klingeln. Wenn sie nur etwas bleiben könnte! Am schlimmsten ist das Alleinsein. Keine tröstende Geste, kein lieber Mensch, der mit mir teilt durch bloße Anwesenheit. So verliere ich mein Kind. Morgens um 1/2 3 Uhr ist es unerträglich. Ich kriege eine Spritze, die endlich hilft, etwas Schlaf. Jetzt kommen feste Bestandteile raus, dunkelrot bis schwarz. Sie werden aufgehoben zur ärztlichen Vorführung. Gegen 5 Uhr hören die Krämpfe fast ganz auf. Es ist nun ein dauerndes Ziehen, bei jeder Bewegung fließt ein warmer Strom aus mir. Ich bin jetzt ganz sicher, daß es vorbei ist. Macht sowas eine Gebärmutter mit? Jetzt, heute früh, ist diese Nacht endlich vorbei. — Unvergleichbar mit anderen Nächten.

Gegen 8.30 Uhr:

Jetzt ist's klar! Ende aus vorbei — Abbruch. Ultraschall, das Kind ist nicht zu sehen, die Frucht viel zu klein. Irgendwann hat es aufgehört zu leben. Wann? Warum? Das war's also.

1.8. Zu Hause

Fehlgeburt...: hatte das Kind einen Fehler? Habe ich einen Fehler? Fehlerhaft? Lebensuntüchtig? Oder: Ziel verfehlt? Die normale Geburt verfehlt? Wieso eigentlich Fehl-Geburt? Habe ich

geboren? Ich habe mein Ziel, ein ganzes gesundes Kind zu gebären, verfehlt! Mein Körper war nicht in der Lage, normal zu funktionieren. Warum? Das Kind hat aufgehört zu wachsen. Warum?

Zum Loslassen gehören zwei Dinge: mein Körper und mein Herz. Mein Körper, meine Gebärmutter (wie wenig mütterlich sie war!) hat losgelassen; geradezu rausgestoßen. Sie hat es nicht vollständig geschafft. Es hat gereicht, um die Absicht zu signalisieren. Dann haben 4 Männer in weißen und grünen Hemden mich geöffnet und mit einem Löffel „es“ herausgerissen. — Ein Stück von mir genommen. (Stell dir vor, man schneidet dich auf und entfernt dir etwas, was du sehr liebst, was dir sehr wichtig ist)

Jetzt ist mir, als habe man mir auch einen Teil meines Herzens herausgerissen. Unter großem Blutverlust. Es blutet immer noch. Sichtbar mein Körper. In der Unterhose. — Unsichtbar mein Herz. Auch dort fehlt ein Stück. Ist ein Loch. Ich will nicht verlieren. Ich will nicht loslassen. Ich will mein Kind nicht hergeben, obwohl es schon hergegeben wurde. Warum verläßt du mich trotz meines sehnlichen Wunsches nach dir?

Zu Fehlgeburt sagt man auch verlieren. — Abortus — Weggang — Abgang — Von meinem Inneren, meiner Gebärmutter bist du abgegangen, hast dich von der schützenden Wand, die dich hielt und Nahrung zuführte, gelöst. Abgegangen. — Mein Knopf ist abgegangen. War das Garn, das ihn hielt, fehlerhaft? Oder habe ich ihn fehlerhaft angebracht? Oder war die Belastung für ihn zu groß? Der Knopf, das Garn, das Hemd „zum Zerreißen“ gespannt, so daß ein zu großer Druck den Abgang herbeiführte? Psychische Anspannung, Zweifel, Ängste?

Lieben heißt loslassen können. Habe ich gelesen. Mein Körper hat losgelassen. Warum auch immer. — Mein Herz will es nicht. Warum nicht? Ich habe Angst? Wovor? Angst, alleine zu sein. Nicht sicher zu sein, daß der andere bleibt. Daß ich wieder verliere. Deshalb halte ich verzweifelt fest. Geh nicht! Bleib! Das kannst du doch nicht machen! Ich freu mich auf dich! Ich will es dir schön machen! Wünsche ich dich, um mich zu befriedigen? Einzig und allein egoistisch? Geht es um dich oder um mich? Narzißtische Befriedigung? — Unfähigkeit, zu verlieren. Totaler Besitzanspruch.

Ich stelle fest, daß ich eine tiefe Angst habe, verlassen zu werden. Von



Foto: Christel Low

**Stell dir vor, man
schneidet dich auf
und entfernt dir
etwas, was du sehr
liebst, was dir sehr
wichtig ist.**

denen, die mir lieb sind. Ich kann es mir noch so sehr wünschen, daß sie bleiben. Dennoch gehen sie.

Früher hat mein Vater mich verlassen. Für lange Zeit. Ich fühlte mich verzweifelt. Traurig, maßlos einsam. Wütend. Hilflos. Jetzt finden wir langsam wieder einen Weg zueinander. Aber das Gefühl bleibt, unvergessen. Die Erfahrung, nicht halten zu können.

Ich umklammere meinen Wunsch, meinen Kinderwunsch.

Vertrauen. Ich habe Vertrauen verloren. Wenn es doch so unbeeinflussbar ist. Ich so machtlos bin. Ich bin mein Kind los — ich bin machtlos.

Du, der du der Vater des Kindes bist, des nie geborenen Kindes, du verlaß mich nicht auch noch. Diffuse Angst, obwohl die Beziehung wahrlich nicht so ist. Ich kann es schon nicht aushalten, wenn du nur einige Stunden von mir gehst. Ich kann den Vorgang des Weggehens nicht ertragen. Weil ich Angst habe, daß du nicht wiederkommst. Weil ich nach deinem Weggang alleine bin. Verlassen. Unsicher. Kann ich dir vertrauen?

Und bei allem weiß ich, daß ich nicht alle Kraft aus anderen, aus dir, schöpfen kann. Wo ist mein Vertrauen zu mir selbst geblieben? Warum kann ich nicht aus mir schöpfen? Wie früher. Habe ich auch kein Vertrauen zu mir selbst mehr? Zerbrochenes Selbstvertrauen. Zumindest angebrochen. Ich traue mir alleine weniger zu!

Das unerschütterliche (?) Vertrauen in mich, „ich werde es schon schaffen“. So habe ich es erlernt. Der Glaube daran, daß mein Wollen „alles“ möglich macht. Machen muß! „Wenn du wirklich willst, dann schaffst du das auch“. Habe ich mein Kind nicht „wirklich“ gewollt?

Diese Angst war schon ganz früh da. Wenn ich es nicht „wirklich“ gewollt habe, dann habe ich zum Weggang mit beigetragen. Sozusagen ermuntert. Oder vielleicht sogar aufgefordert? Vertrieben? Ich habe es gehindert am Leben. Ich? Ja, wenn ich wirklich gewollt hätte... Habe ich mein Kind getötet? Ich habe Schuld, — weiß ich verloren habe. Der Verlust, die Niederlage als Eingeständnis der Schuld? Deutlich sichtbare Schuld? Für mich sichtbar. Ich will nicht als Schuldige am Tod meines Kindes durch die Welt laufen. Was ist das für ein zerstörerischer Lebensansatz: wenn du wirklich willst... Ein Lebensglaube, der zum Scheitern verurteilt ist.

Geduld. Ich weiß, es sind und bleiben Spekulationen. Dennoch sind die Fragen da. Wenn ich innerlich nicht unter diesen schweren Spannungen und Ängsten gestanden hätte, wäre dann das Kind am Leben geblieben? Woher diese Ängste? Angst, daß du als Vater dich gegen das Kind und mich stellst. Du nicht mitmachst. Du dich zurückziehst. Du mich ablehnst. Ich ohne deine Zärtlichkeit, Nähe, Wärme, Unterstützung fertigwerden muß. Angst vor der Auseinandersetzung. Angst vor deiner heftigen Reaktion. Angst, daß ich doch nicht so stark bin!

Dein Brief hat mich abstürzen lassen. Eine Ahnung gegeben, was auf mich zukommt. Bei aller Rationalisierung „erste Reaktion, es wird sich schon ändern, etc.“, blieb das quälende Grübeln. Wie hat das Kind diese Verkrampfung verkraftet? Wenn das nicht gewesen wäre? Wenn du nicht so einen Brief geschrieben hättest? Wenn du zurückgekommen wärest?

Wenn...

Habe ich mir zuviel zugetraut? Daß ich das aushalte?



Foto: Christel Low

Ich kaufe Wein, weil es egal ist, ob ich trinke oder nicht.

Wenn ihr, mit denen ich zusammenlebe und mich eng verbunden fühle, wenn ihr mir noch mehr Sicherheit gegeben hättet? Zwar habt ihr gesagt, daß ihr das Kind wollt, aber ihr wart, jeder für sich, auch sehr unsicher. So unsicher, daß ich manchmal das Gefühl hatte, daß ich mich auf keinen von euch verlassen kann.

Andererseits hundertfach gedacht und gesagt: es ist meine Entscheidung, ich muß mir sicher sein. Meine Sicherheit darf nicht von der Sicherheit anderer abhängen. Habe ich dennoch zu viele Erwartungen an euch gehabt? Wenn, wenn, wenn...

Ich – und ihr. Was heißt das „und“. Wie weit geht es? Wo hört es auf?

Manchmal bin ich fassungslos.

Wahrnehmungen.

Ich kaufe Wein, weil es jetzt egal ist, ob ich trinke oder nicht. Es schadet niemandem. Höchstens mir. Ich trinke in den letzten Tagen viel Wein. Den ersten Abend bewußt, um mich in diese leichte Stimmung zu versetzen.

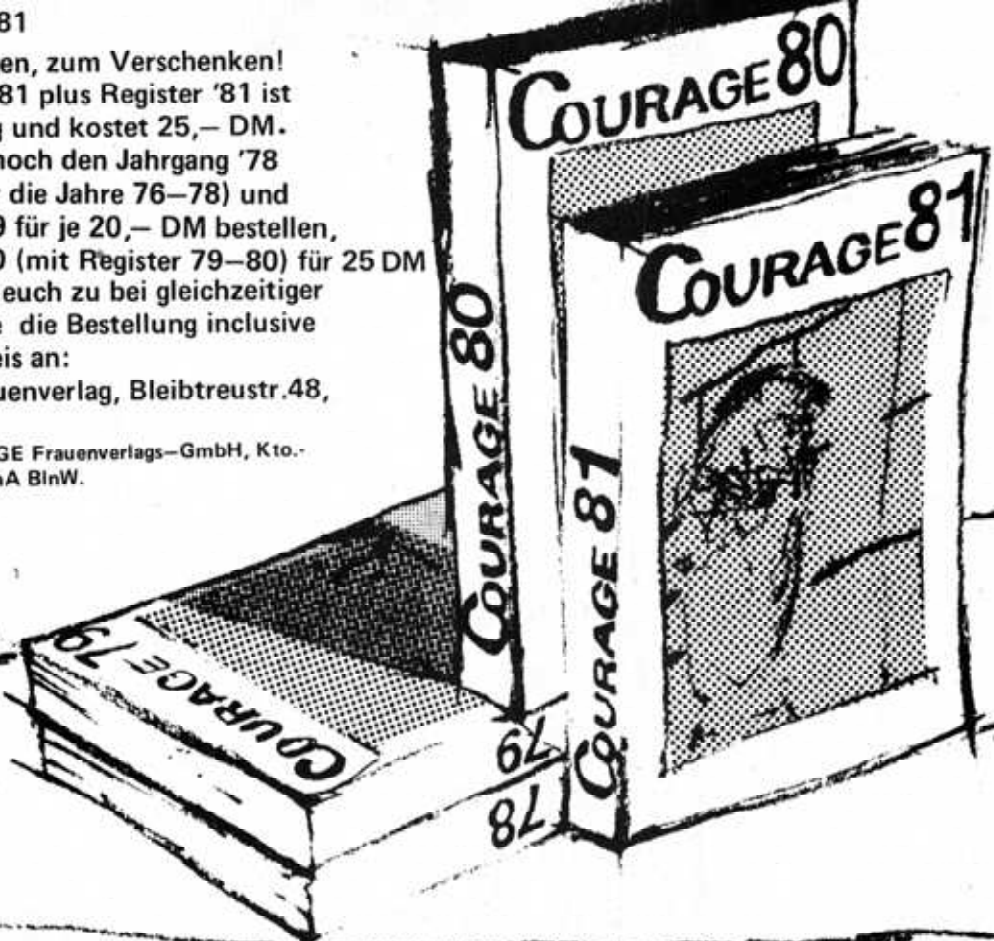
Ich gebe viel Geld aus. Vorher hatte ich angefangen, auf die Ausgaben zu

Anzeige

Sammelband 1981

Zum Nachschlagen, zum Verschenken!
 Der Jahrgang 1981 plus Register '81 ist Ende März fertig und kostet 25,- DM.
 Ihr könnt auch noch den Jahrgang '78 (mit Register für die Jahre 76-78) und den Jahrgang '79 für je 20,- DM bestellen, den Jahrgang '80 (mit Register 79-80) für 25 DM
 Wir schicken sie euch zu bei gleichzeitiger Bezahlung. Bitte die Bestellung inklusive Zahlungsnachweis an:
COURAGE Frauenverlag, Bleibtreustr.48, 1 Berlin 12

Postscheck: COURAGE Frauenverlags-GmbH, Kto.-Nr. 21 188 - 106 PscHA BlnW.



achten, weil ich sparen wollte für die Zeit, wo ich für das Kind Geld brauche. Das ist jetzt auch egal. Es schmerzt und macht Spaß.

Frauen mit dickem Bauch. Ich werde nicht dazugehören. Schwangerengruppe gestrichen. Out! Meine Brust hat sich wieder verkleinert. Ist weich und schlapp geworden. Mein gutes Körpergefühl ist verschwunden.

Verhütungsfragen. Spirale? Dann kann ich mich mit der Spirale unterhalten anstatt mit dem Kind. Wo vorher das Kind, jetzt hartes Metall... nie nie nie eine Spirale! Wie könnte ich es ertragen! Wie ein rostiger Nagel im Bauch, der das Kind aufspießt, das sich dort hineinlegen möchte! Die Vorstellung allein verursacht mir physische Schmerzen. Lieber schlafe ich nicht mehr mit dir.

Ich werde ständig damit konfrontiert. Eben öffne ich einer Frau die Tür, die nebenan ohne Erfolg klopft, um sie telefonieren zu lassen. Sie ist schwanger. Beim Rausgehen frage ich sie: wann kriegst du dein Kind? – In einer Woche! – Wie geht es dir? – Gut, sehr gut. Dann geht sie, nach einer kleinen Pause. Ich wage nicht, weiter zu sprechen. Warum kann es mir nicht auch so gut gehen? Warum nicht? Die vorher leicht ziehenden Schmerzen im Bauch und Rücken verstärken sich. Wie ein Reflex auf das Erlebte.

Vor einigen Tagen fragte mich ein kleines Mädchen einer Ferienfreizeitgruppe, ob ich ein Baby bekomme. Weil ich ein weites Kleid an habe. Ein Gefühl wie gelähmt sein, erstarrt sein.

Traum: Ich bin wieder schwanger, im 3. Monat. Fühle mich gut, etwas verwundert. Träume ich die nächste Nacht, wie ich das Kind verliere?

Momente, die lang sein können, in denen ich neben mir stehe, Mich und die anderen betrachte. Etwas tue, mich bewege wie eine Marionette, die von woanders gelenkt wird. Innerlich ist dann nichts da. Grausig, solch eine Leere zu verspüren! Freude, wenn sie geht, wenn von außen etwas an mich kommt, was mich bewegt. Diese erstarrten, bewegungslosen Zustände sind in den letzten Tagen seltener geworden. Ich werde aktiver, versuche – ungeduldig – mehr zu tun. Verspüre Lebensdrang, Lebenskraft. Voraussetzung für alles. Ertrage die Nicht-Nähe, Nicht-Anwesenheit von J. über längere Perioden. Muß mich auch beim Abschied nicht mehr sofort neu verabreden.



Foto: Dagmar Bünemann

**Viele warme Hände
auf meinem Körper,
alles pulsiert, lebt,
ich sauge auf,
Energie, Wärme,
Stärke, Hoffnung.**

Einige Tage in Westdeutschland, in C. Es sind schöne, nahe, zärtliche, traurige und hoffnungsvolle Tage. Ich lebe mehr.

Morgen, gut 2 Wochen nach der Krankenhausentlassung, werde ich wieder anfangen zu arbeiten. Ich will wieder zurück in den „All-Tag“, raus aus dem Ausnahmezustand. Das ist die eine Seite. Ich habe aber auch Angst davor. Vor der Verantwortung, Verbindlichkeit. Eigentlich brauche ich noch alle Zeit und Energie, um mir zu helfen. Wie soll ich anderen helfen können?

Die erste Woche ist vorbei. Mit halber Kraft habe ich sie geschafft. Wenn man gesund geschrieben ist, sollte man auch wieder voll arbeitsfähig sein. Ich bin es nicht. Aber ich will auch nicht mehr „krank“ sein. Die Hoffnung, daß meine Kollegen meine „Halbheit“ in der Arbeit mittragen und mein Anliegen verstehen, Sie tun es.

Einbruch: Auf den Tag genau, an dem es anfang zu bluten, wieder Blut! Wahnsinniger Schreck. Aufbrechende Schmerzen in meinem Innern. Alles noch einmal? Die Nacht wird wieder lebendig.

16./17.8.

Bioenergetik-Wochenende:

Wiedererleben des Schmerzes. Endlich darf ich schreien, laut sein, muß nicht zurückhalten. Und ich weine, schreie, traure und nehme Abschied, heftig und verzweifelt. Es wird wahr, was ich mir häufig gewünscht habe: um mich herum Klageweiber, die meinen Schmerz zu dem ihren machen und in die Welt hinausschreien. Das Teilen wird wahr! Entlastende Gemeinsamkeit, in der ich mich geborgen fühle.

Es ist, wie wenn mein Schmerz, unser Schmerz aus vielen Kehlen herausgeschleudert wird und in immer kleiner werdende Teilchen zerfällt, an Riesigkeit und Schwere verliert.

Viele warme Hände auf meinem Körper, alles pulsiert, lebt, ich sauge auf, Energie, Wärme, Stärke, Hoffnung.

In den Tagen danach fühle ich Veränderung. Der große Klumpen in mir ist gebrochen. Ein umfassender Teil ist weg! Raus. Ich habe mehr Platz. Für anderes, neues. Fühle mehr Energie, mehr Leben in mir. Habe mehr Raum. Bin leichter.

Aus einem Brief: „Du hast das Kind losgelassen, ich hoffe, daß du die Schmerzen um es, indem du sie stark fühlst, auch los wirst.“

Silke