

Einen Weg mit der Trauer finden

# Ich hätte mein Leben gegeben, um deines zu retten

Ein Schicksalsschlag, der alles veränderte. Wie es **Stephanie (38)** schaffte, wieder glücklich zu werden

**W**enn Stephanie in das Gesicht ihrer zweijährigen Tochter Kiana blickt, sie lächeln sieht, ihre Stimme hört, dann sieht sie nicht nur sie, sondern auch Alia. Ihre damals fast zweijährige Tochter starb bei einem tragischen Unfall. Umso wichtiger ist es für die Mutter, über Alia zu reden. „Ich bin von Anfang an offen damit umgegangen. Wenn ich nicht mehr über meine Tochter reden könnte, würde sie noch einmal sterben.“

**Es war ein Bruchteil einer Sekunde, der alles veränderte**

Doch nicht nur reden hilft: In ihrem Buch „Ich hätte mein Leben gegeben, um deines zu retten“ (s. Buchtipp) fasst Stephanie ihre Trauer in Worte. „Das Buch zeigt unverblümt und auf intime Weise, was mein schwerster Kampf war“, so die Behinderten-Betreuerin. Gleichzeitig schafft es ein schönes Andenken, vor allem für ihre älteste Tochter Malea. Es soll ihr die Fragen beantworten, die sie vielleicht einmal stellen wird.

Fotos: privat, Angelika Wiesner, iStockphoto

Denn die heute Achtjährige war beim Unfall vor vier Jahren mit dabei. Sie musste mit ansehen, wie Alia etwas verschluckte, nach Luft rang, immer kraftloser wurde.

**Wie ähnlich Kiana (r.) ihrer verstorbenen Schwester Alia (Foto) ist, findet auch Malea**



Heute können Papa Urs, Mama Stephanie und die Töchter Malea (l.) und Kiana wieder lachen

## Buch-Tipp



„Ich hätte mein Leben gegeben, um deines zu retten“ von Stephanie Stadelmann, [www.alia-geschichte.ch](http://www.alia-geschichte.ch), ca. 17 €

Wie ihre Mutter um das Leben ihrer Schwester kämpfte, später die Notärzte eine Stunde versuchten, sie zu reanimieren. „Eine unfassbar lange Zeit, in der man hofft, dass das Kind wieder zurückkommt, aber man als Mama innerlich weiß, dass es chancenlos ist.“

Schuldgefühle plagten die junge Mutter über die ersten Wochen: „Als Mama versucht man, seine Kinder immer und überall zu beschützen. Wenn es in den eigenen vier Wänden stirbt, macht man sich Vorwürfe“, so Stephanie, die später erfährt, dass es ein Luftballon tief im Rachen war, der ihrer Tochter die Luft zum Atmen nahm. „Ich habe die Schuldgefühle versucht aufzulösen, in-

dem ich es als einen Unfall akzeptiere.“

Auch ihr Mann Urs (36) war die ganze Zeit eine wichtige Stütze. „Er hat mir gezeigt, dass man nach dem Verlust eines Kindes wieder glücklich sein darf.“ Und auch Kiana, die zwei Jahre nach dem Unfall zur Welt kommt,

**„Malea brauchte eine stabile Mami. Die wollte ich unbedingt sein“**

bringt wieder Lachen in die Familie. „Sie hat unsere Familie wieder komplett gemacht. Sie ist kein Ersatz – die Lücke, die Alia hinterlässt, ist immer da“, so Stephanie, „aber sie hat uns wieder eine Aufgabe gegeben.“ Und wenn Kiana alt genug ist, um nach ihrer Schwester zu fragen, braucht sie bloß in den Spiegel zu schauen.

Laura Carstens