

## Unentdeckt und vergessen!

### Das Trauma des verlorenen Zwillings

Seit Jahrzehnten beschäftigt werdende Eltern, pränatale Psychologen und immer mehr auch Mediziner die Frage:

„Was und wie viel nimmt ein Fötus im Mutterleib wahr?“ Unter verschiedenen Blickwinkeln wurde und wird geforscht.

Aus psychotherapeutischen Arbeiten mit Erwachsenen und neuerdings auch Kindern fällt Licht auf ein lange währendes Geheimnis:

**Viele Menschen sind am Beginn ihrer Lebensreise nicht alleine im Mutterleib,**

sondern teilen den Raum mit noch einem oder mehreren Embryonen. Und das nicht erst seit der künstlichen Befruchtung.

Denn auch natürlicherweise gibt es öfter Mehrlings – Schwangerschaften, als bisher vermutet. Gynäkologen stellen im Ultraschall oft zwei Embryonen fest und wissen, dass in den meisten Fällen bei der nächsten Kontrolle wahrscheinlich nur noch einer übrig ist. Dieses Phänomen nennt man den „verlorenen Zwilling“. Manchmal teilt es der Frauenarzt den Eltern mit, meistens nicht. Und so können Eltern aus Nichtwissen nicht adäquat reagieren, wenn ihre Kinder zu erzählen beginnen, dass sie „im Bauch der Mama nicht alleine waren“.

Was sich in den letzten 20 Jahren über die Psychotherapie (Norbert Mayer „Der Kain-Komplex) herausstellt, ist, dass dieses Ereignis Konsequenzen für den Überlebenden hat. Norbert Mayer war einer der ersten, der sich in der Therapie damit befasst hat. Mittlerweile sind mehrere Bücher zu diesem Thema geschrieben worden (Evelyn Steinemann: Der verlorene Zwilling;

Alfred & Bettina Austermann: Das Drama im Mutterleib; Barbara Schlochow: Gesucht: Mein verlorener Zwilling). Was dem Ultraschall bislang unentdeckt bleibt, ist die Liebe, die emotionale Verbindung, das Drama des Todes und das Zurückbleiben des überlebenden Babys. Von aussen nüchtern betrachtet, „verschwindet“ ein Embryo, löst sich auf oder wird

mittels einer Blutung ausgeschwemmt, manchmal bleibt der kleine tote Körper auch in der Gebärmutter und wird schliesslich mit der Placenta „geboren“ und unentdeckt „entsorgt“.

Von innen erlebt das werdende Kind verschiedene Empfindungen in dieser Zeit im Kontakt mit dem Geschwisterkind: körperlichen Kontakt,



Foto: pixelfoto/huber

Aneinanderkuscheln, gemeinsame Bewegung, Gerangel, gefühlte Verbindung, Innigkeit.

Die beiden sind einander näher als Mutter und Kind, denn die Mutter weiss von alledem meist nichts. Je nach Schwangerschaftsalter nehmen die Föten die Mutter auch noch gar nicht wahr, so bezogen sind sie aufeinander.

In der Aufarbeitung mit Kindern und Erwachsenen zeigen sich Gefühle wie Liebe, Leichtigkeit, Freude, Geborgenheit und Sicherheit. Wenn das zweite Kind dann stirbt, erlebt das andere diesen Tod als massiven Verlust, als Trauma, als seelische und emotionale Erschütterung mit Gefühlen von Angst, Ohnmacht, Aggression, Trauer, Lähmung, Rückzug. Ein Drama findet statt und das alles, während sich draussen die Eltern freuen, dass sie „ein Kind erwarten“ – welch unterschiedlich erlebte Wirklichkeit derselben Tatsache!

#### **Auszug aus dem Buch „Gesucht: Mein verlorener Zwilling“**

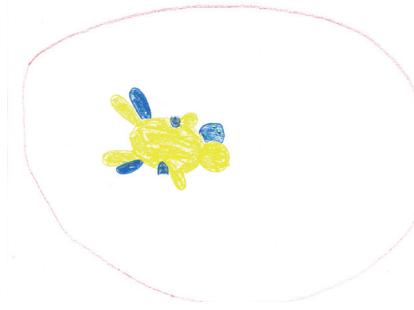
„.... Jetzt fühle ich dich an meiner Seite, warm, vertraut. Ich fühle mich gehalten, so, als würde Ruhe einkehren nach einem Sturm. Meine ganze Aufmerksamkeit ist bei dir. Meine Seele dehnt sich über den Körper hinaus aus, verschmilzt mit deiner. Innigkeit, Liebe, jetzt ist es so wie zuhause. ....

Du bist da und alles ist gut. Mein Körper verändert sich ständig, langsam und unaufhaltsam. Ich gewöhne mich daran. In mir ist Ruhe, Gelassenheit, Liebe, Einsein, einfach Sein. Im Laufe der Zeit rücken wir auseinander, über unsere Seelen sind wir verbunden, meinen Körper nehme ich kaum wahr. Mit dir fühle ich mich stärker verbunden als mit meinem Körper. Die Stimmung ist heiter und was immer ich spüre, spürst du auch. Mit mir ist es genauso, jede Stimmung, die du hast, nehme ich wahr. Wir tun nichts und doch fühlt es sich manchmal an wie Lachen....

Unsere Körper liegen ruhig aneinandergekuschelt, seelisch tanzen oder

fliessen wir durch den Raum, entdecken uns mit Leichtigkeit. Das Außen existiert nicht. Noch sind wir unbeobachtet, keiner weiss, dass es uns gibt. Alles ist langsam und doch in ständiger Bewegung. Ich bin auf dich bezogen, mein Bewusstsein ist ganz bei dir, alles andere ist vergessen. Ich fühle mich mit dir verbunden. Die Liebe, die ich spüre ist so selbstverständlich, so

gung, ich versuche, mit dir in Kontakt zu kommen. Ich spüre dich, weiter als sonst, ganz ruhig, etwas traurig, schwer, einverstanden. Da ist kein Wehren, das ist kein Leid. Ich versteh nicht, ich kann nur erfassen, dass etwas geschieht, was bedrohlich wirkt. Ich habe Angst. Rot, alles in mir fühlt sich rot an, es tut weh, obwohl ich nicht weiss, was weh tut. Ich bin nicht im Kontakt mit dir.



fraglos, dass sie kaum auffällt. Leichtigkeit, Weite, Verbundenheit, Wahrnehmung. Das Glück ist vollkommen. Frieden, Harmonie und Liebe. Es ist alles in allem. Dieser Zustand fliest in meinen Körper, nährt meine Zellen, ist Grunderfahrung meines körperlichen Seins, ist Grundsubstanz meiner Seele, wie die DNA meines Körpers. Es ist meine erste Erfahrung im Körper, meine erste Erfahrung von Beziehung oder Bezugensein und Kontakt. Wir kommunizieren. Auch wenn ich schwer ausmachen kann, wo deine Seele beginnt und meine aufhört, gibt es einen Teil, in dem nur ich schwinge. Ich nehme jede Veränderung wahr. Nichts was in mir ist entgeht deiner Wahrnehmung. Die Schwingung überträgt sich durch subtile Änderungen der Energie, der Vibration. Es gibt kein Geheimnis zwischen uns. Wir beide sind.

#### **Alles ist gut, wie es ist.....**

Körperlich habe ich den Eindruck, plötzlich bin ich grösser als du. Ich bin gewachsen, du auch oder bist du kleiner geworden? Irgendwann bemerke ich, dass du ruhiger bist, als sonst. Die Leichtigkeit fehlt. Du ziehst dich zurück, es gibt einen Teil, wo ich nicht bin. Du hast ein Geheimnis. Was passiert mit dir? Du gibst keine Antwort. Unruhe steigt in mir auf, Aufre-

Du bist noch da, aber etwas stimmt nicht. Ich versuche dich zu halten, dir Energie zu geben, ich versuche, Einfluss darauf zu nehmen, was geschieht. Nichts ändert sich. Die Angst ist riesengross. Ich ahne, ohne zu wissen, was es bedeutet. Du scheinst ganz ruhig zu sein, so als wäre es richtig. In mir schreit es! Ohne dich will ich nicht sein! Ohne dich kann ich nicht sein! Ich höre auf zu atmen. Meine Aufmerksamkeit ist ganz bei dir und gleichzeitig geht alles nach innen. Ich ziehe mich zurück. Abgeschnitten, isoliert, in Aufregung, alles schreit, verkrampt, Angst, schwarz. Alles ist zusammengebrochen, nichts ist mehr wie es war. Ich „sehe“ deinen Körper, er fühlt sich leer an, eine Hülle ohne Leben. Deine Seele ist entwichen. Wo bist du? Ich habe gespürt, wie du gegangen bist, als hätte es dich weggezogen. Dein Körper verfällt langsam und löst sich auf, energetisch aber besetzt er den Platz.

Noch lange nachdem du weg bist, ist dieser Platz besetzt - es ist dein Platz. Es kostete mich den Raum, den ich nicht nehmen kann. Ich bin ganz taub. Es ist schwarz in mir und um mich. Ich schlafe, bekomme überhaupt nichts mit. Ich suche dich, ich vermisste dich. Ich bin rastlos, obwohl meine Körper völlig ruhig ist. Verzweiflung, Einsamkeit, verloren, ohne Sinn und mein Körper entwickelt sich weiter.

#### **Ich will dorthin, wo du bist.**

Ich spüre dich weit weg, so als würdest du beruhigend auf mich einsprechen. Ich will zu dir. Ich weiss, wo du bist, aber ich finde den Weg nicht, ich kann nicht dorthin kommen. Obwohl

ich manchmal in meinen Träumen bei dir bin, kann ich den Körper nicht endgültig verlassen. Ich weiss einfach nicht, wie das geht. Nichts interessiert mich, nichts erreicht mich jetzt ausser deiner Schwingung. Zwischen betäubt, innerlich tot und in heller Aufregung, ist dieser Zustand äusserst anstrengend. So alleine war ich noch nie. Ich habe keinen Zugang zu meinen Erfahrungen mit dir. Jetzt ist nur noch das Jetzt. Ich bin verlassen, ich fühle mich verraten. Ich bin nur wegen dir hierher gekommen, jetzt bist du weg. Meine Gefühle wechseln sich ab: Ohnmacht, Trauer, Sehnsucht, Wut. Ich bin völlig beschäftigt mit mir und nehme nichts anderes wahr, es interessiert mich auch nichts. ....“

Bis das Kind dann irgendwann Kontakt mit der Mutter hat, bleibt es in der Gebärmutter in einem inneren Trauerzustand in seinem Gefühl alleine. Kinder mit dieser Prägung haben Schwierigkeiten mit Abschied und Verlust. Für sie wiederholt sich das Trauma besonders bei Trennung oder Scheidung der Eltern! Das betrifft viele Kinder, denn wir haben eine Scheidungsrate von annähernd 50%. Sie fallen besonders durch Klammern

*Liebe, Fröhlichkeit, Harmonie Leben,*



und Weinen auf, wenn sie die Mutter loslassen müssen, z.B. für den Kindergarten, die Tagesstätte oder die Schule. Sie leiden unter Sehnsucht und suchen etwas – wissen aber nicht was!

Der früh erlebte Verlust wird normalerweise vergessen. Falls Kinder ihren Verlust später wie selbstverständlich ausdrücken, können die Eltern es nicht verstehen, weil ihnen die Information fehlt. Dabei würde es den Eltern helfen, wenn sie um das da gewesene und verstorbene Geschwisterkind wüssten und begreifen, dass ihr Kind jemanden Wichtiges verloren hat. So könnten sie ihr Kind mit Mitgefühl und Verständnis begleiten! Das „Geheimnis“ wäre aufgedeckt. Sobald es aus dem Schatten des Unbewussten ans Tageslicht befördert ist, muss es nicht im Leben wiederholt werden.

Solange dieser Schmerz unbewusst bleibt, manifestiert er sich und „wächst“ sozusagen mit von der Kindheit ins Erwachsenen – Dasein. Dort äussert sich das Verlusterlebnis in mannigfaltigen Beziehungsproblemen.

Die „Symptomliste“ der Erwachsenen liest sich seltsam vertraut angesichts dem Heer unerfüllter Sehnsüchte unserer Zeit, den vielen ungewollten Singles und Beziehungsunfähigen:

## Einsamkeit:

Die Zeit alleine in der Gebärmutter, nach dem Tod des Zwillings, spiegelt sich oft im Leben in Phasen der Einsamkeit wider. Wer dem Abschied nicht zugestimmt hat, fühlt sich dann alleine

gelassen. Betroffene berichten, dass sie als Kinder schon wussten, dass es „irgendwo noch jemanden wie mich gab“. Diese von Einsamkeit Geplagten wissen gefühlsmässig, dass ihnen etwas fehlt, dass sie etwas verloren haben. Oft fühlen sie sich nur „halb“ und darum einsam. Egal wer um sie ist, sei es eine Familie oder ein Partner, im Inneren bleibt das Gefühl der Einsamkeit. Es kommt daher, dass mit dem Tod des Zwillings das Herz verschlossen wurde und damit die eigene Liebe nicht mehr zu spüren ist. Damit entsteht ein Missverständnis nach dem Motto: „Der Zwilling ist weg, die Liebe ist weg, also hat der Zwilling die Liebe mitgenommen“. Hier beginnt die Wartezeit, bis jemand kommt, der die Liebe wiederbringt.

## Abhängigkeit:

Selbstverständlich hat Abhängigkeit in Beziehung viele verschiedene Ursachen, nicht jeder der sich abhängig fühlt, hatte einen Zwilling im Mutterleib. Aber wer einen Zwilling verloren hat, ist bereit, sehr viel für eine Partnerschaft in Kauf zu nehmen und viele Kompromisse einzugehen. Da innerhalb der Zwillingsdynamik oft eine Abhängigkeit besteht, dient sie als emotionales Vorbild, bzw. Fühlbild.

## Symbiosewunsch und Ausschliesslichkeit :

Als vorderste Erinnerung bleibt das gemeinsame Gefühl mit dem Zwilling. Das kann Sicherheit, Vertrauen, Zweisamkeit, Geborgenheit, Wohlwollen,

tiefe Liebe ohne Worte, blindes sich Verstehen, Verschmelzung oder Einssein bedeuten. Es entsteht ein Eindruck: „So fühlt sich Beziehung an“. Durch das körperliche Erleben sind diese Gefühle im Körper verankert, d.h. geprägt.

### **Sehnsucht in vielen Formen:**

Suche nach dem Idealpartner/in, Femme fatale oder Don Juan als Ausdruck gescheiterter Versuche „endlich das Richtige“ zu finden, Dreiecksbeziehungen, alles was unerreichbar ist, Distanzbeziehungen. Die Liebe auf Distanz ist darauf ausgelegt, dass zwar mittels moderner Technik eifrig kommuniziert wird (SMS, Telefon, Handy, Chat), die Sehnsucht jedoch bleibt bei allem vermeintlichem Kontakt unerfüllt.

Der Beziehungsalltag ist das, was man sich erträumt und nicht das, was man wirklich lebt. Denn es geht hier um die Frage der inneren Fähigkeit, sich zu beziehen. Sich in Liebe verbunden

fühlen mit einem Menschen, der nicht da ist, kann sehr nährend sein. In Sehnsucht zu vergehen, weil er nicht da ist, betont den Mangel und nicht die Liebe und das nährt nicht.

### **Die Sehnsucht kann auch ganz diffus sein:**

die Suche nach „irgendetwas“. Das kann ein Sinn, ein Gefühl (z.B. Geborgenheit), eine Berufung, ein Mensch oder auch Fernweh sein. Die, die auf der Suche sind, haben die Erinnerung an den Zwilling auf etwas im Leben übertragen und warten darauf, dass das, was einmal da war, wieder kommt. Wer bei sich angekommen ist, kann im Aussen aufhören zu suchen.

Weiter sind schwierige Themen Abschied und Verluste, die oft lebensbedrohlichen Gefühlscharakter annehmen, völlig irrational bis zu Todessehnsucht. Auf der tieferen Ebene des früher Erlebten werden diese Gefühle sehr nachvollziehbar.  
Das ist nur eine kleine Auswahl an

„Symptomen“. Und nicht jeder der Mühe hat mit seiner Einsamkeit oder einer Trennung hatte zwingend einen verlorenen Zwilling. Die Beschäftigung in einer Therapie fördert zutage, was sich darunter verbirgt. Den betroffenen Erwachsenen hilft Unterstützung einer Therapie, den betroffenen Kindern hilft Bewusstsein, Verständnis. Denn was sich schliesslich als Trauma zeigt, war ursprünglich von Liebe erfüllt und ein Quell von Freude!

Diesen Teil gilt es wieder zurückzuholen, damit das Ende der Zweisamkeit seinen Schrecken verliert und sich als Liebes- und Beziehungsfähigkeit ins Leben integrieren kann!

### **Barbara Schlochow**

Praxis für Schwangerschaft & Geburt  
Birkenaustrasse 9  
CH - 9470 Buchs  
Tel. +41 079 632 16 62  
[praxis@barbaraschlochow.ch](mailto:praxis@barbaraschlochow.ch)  
[www.barbaraschlochow.ch](http://www.barbaraschlochow.ch)