

Chris & Henni

Musik als Sprachrohr für Trauernde



Chris und Henni

Quelle: zVg. / Maurice Bellach

Chris und Henni sind sowohl als Ehepaar als auch musikalisch gemeinsam unterwegs. In ihren Songs und in ihrem Podcast sprechen sie über Themen, die sie bewegen – so auch über die Fehlgeburt, die sie selbst erlebt haben.

Wo seid ihr dem Thema Fehlgeburt zum ersten Mal begegnet?

Henni: Wir sind ja selbst auch betroffen und damit fing es an. Ich hatte im Freundes- oder im Bekanntenkreis schon davon gehört, dass Frauen Fehlgeburten hatten, aber es war nicht so ganz in meinem Horizont. Als wir selbst betroffen waren und das offen geteilt haben, gerade in unserem persönlichen Umfeld, ist uns das Thema oft begegnet. Da haben wir gemerkt: Wenn man sich selbst öffnet, merkt man erst mal, wie viele Paare betroffen sind.

Chris: Wir haben nach unserem Erstgeborenen eine Fehlgeburt erlebt. Das war in einem recht frühen Stadium, da war ich noch nicht so emotional betroffen. Man

freut sich dann ja schon, aber ich war emotional nicht so sehr drin, weil es relativ früh war. Trotzdem war es ein Verlust und das habe ich auch gemerkt. Ich habe dann mal meine Mama darauf angesprochen. Sie ist Ende 60, kommt aus der Babyboomer-Generation, die nicht damit aufgewachsen ist, über tiefe Dinge zu sprechen und aufzuarbeiten. Sie hat mir mit Tränen gesagt, dass sie auch ein paar Fehlgeburten erlebt hat. Da habe ich gemerkt: «Wow, es gibt unglaublich viele Betroffene und man weiss das gar nicht so.»

Mögt ihr ein bisschen davon erzählen, wie ihr mit eurer eigenen Fehlgeburt umgegangen seid?

Henni: Bei unserer ersten Schwangerschaft mit Emil, der jetzt dreieinhalb ist, haben wir relativ lange gewartet, das Freunden und Familie zu erzählen. Bei der zweiten Schwangerschaft habe ich aber gemerkt, dass ich das diesmal früher erzählen will – natürlich nicht unbedingt allen, aber den engsten Freundinnen. Ich habe das als sehr heilsam empfunden, als wir das Baby dann verloren haben. Es war hilfreich, dass ich dann gar nicht viel erzählen musste, also «Ich war schwanger und hab es verloren» oder das verbergen musste, sondern dass sie direkt Bescheid wussten.

Chris: Was mir half, war Henni zu fragen: «Was hilft dir jetzt gerade, ich fühle mich noch so fern.» Konkret hat geholfen, sich dem Thema mehr zu öffnen und mit anderen Väter-Freunden zu sprechen. Wir haben viele Freunde, die in einer ähnlichen Lebenssituation sind wie wir. Mit denen und in der Kleingruppe in der Kirche darüber zu sprechen, hat geholfen und auch Leute zu haben, die für einen da sind, beten.

Ihr habt auch einen Song zum Thema Fehlgeburt geschrieben. Wie kam es dazu?

Chris: Als wir betroffen waren, gab es immer wieder ein paar Punkte, an denen wir gemerkt haben: Das ist ein Thema, das liegt uns auf dem Herzen. Wir merken aber auch, dass es anderen auf dem Herzen liegt und wollen sprachfähiger machen. Und dann haben wir gesagt: «Komm, lass doch einfach mal ein Lied drüber schreiben.»

Henni: Bei uns kam die Frage auf: Wie können wir unser Sprachrohr der Musik nutzen, um auf das Thema aufmerksam zu machen und Austausch zu schaffen? Oder einfach, dass Leute sich gesehen fühlen, die in so einer Situation sind. Im Musikvideo wird das Thema ja sehr konkret aufgegriffen, aber im Lied selbst kann man auch eine individuelle schwierige, herausfordernde Zeit oder Situation einsetzen.

Chris: Es war auch schön, wie sich ergeben hat, dass Merle und Enno Schoon-Webermann sich bereit erklärt haben, das zu schauspielern. Die haben das richtig

gut umgesetzt, am Anfang diese Freude «Wir erwarten ein Kind!», und dann aber auch diesen Schmerz zu zeigen. Im Chorus singen wir eine Stelle, die von Hiob aus der Bibel genommen ist: «Bisher kannte ich dich nur vom Hörensagen, jetzt habe ich dich mit meinen Augen wirklich gesehen.» Da steckt dahinter, dass wir als gläubige Christen manchmal ganz viele tiefe Aussagen treffen. Aber wenn man es dann wirklich selbst durchlebt hat, merkt man: Ja, Gott ist wirklich da und trägt einen.

Dadurch, dass ihr über Fehlgeburt sprecht, begegnet ihr wahrscheinlich häufiger Leuten, die sagen: «Das habe ich auch erlebt.» Wie redet man am besten darüber?

Chris: Beim Projekt haben wir schon im Vorhinein gesagt: Es wäre richtig schön, ein paar Betroffene sichtbar zu machen. Wir haben dann ein Reel zusammengestellt bei Instagram und dazu Leute angeschrieben, die wir persönlich kennen – von den meisten wussten wir auch, dass sie schon eine Fehlgeburt erlebt haben. Die Resonanz war sehr, sehr positiv. Viele sagten: «Cool, dass ihr dem Thema Raum gebt!» Das so gebündelt zu sehen, fand ich richtig stark. Ein Pärchen, mit dem wir sehr gut befreundet sind und die nach der ersten Tochter eine Fehlgeburt hatten, meinte, dass es ihnen geholfen hat, wenn andere fragen: «Wie kann ich dir helfen?» Also das überhaupt als Verlust zu betiteln. Wenn du schwanger bist, werden tausend Partys und Babyshower geschmissen, aber wenn jemand eine Fehlgeburt erlebt hat, wird viel im Stillen getrauert. Sicherlich gibt es auch Betroffene, die das so wollen, aber unser Konsens war: Die meisten freuen sich, wenn das auch als Trauer benannt wird. Um auf dieses Paar zurückzukommen: Sie waren in einer Klinik, wo die Ausschabung war – so nennt man das ja, wenn die Schwangerschaft schon weiter fortgeschritten war. In der Klinik wird alle halbe Jahre oder jährlich eine Trauerfeier für Betroffene angeboten. Mein Kumpel, der Papa in dem Falle, meinte, als er dieses Ritual hatte, wurde das für ihn greifbar, ein Baby verloren zu haben. Das sind zwei Dinge, die helfen.

Henni: Ich würde noch ergänzen, dass es voll wichtig ist, das nicht so schnell abzutun. Also nicht zu sagen: «Vielleicht wäre das Kind ja krank gewesen» oder «der Körper weiss schon am besten, was richtig ist». Sondern die Trauer einfach auszuhalten, und auch auszuhalten, dass man vielleicht keine Worte findet, sondern einfach da zu sein. Das sagen ja auch ganz viele, die in irgendeiner Form Trauer erleben, dass man durch Gesten, wie etwas vor die Tür stellen oder zwischendurch auch mal nachzufragen – auch nach Monaten nochmal. Damit es nicht in Vergessenheit gerät, denn bei den Paaren ist es nicht in Vergessenheit und ich glaube, das bedeutet denen total viel, wenn man dranbleibt und nachfragt.

Sehen Sie hier das Musikvideo von Chris & Henni:

Zur Website:

[Chris & Henni](#)

Zum Thema:

[Sternenkinder: Wenn ein Kind vor der Geburt stirbt](#)

[Nightbirdes Schwester Kate: Ein Worship-Lied, um den Tod der Schwester zu verarbeiten](#)

[Trotzdem Hoffnung: «Der Verlust hat uns zusammengeschweisst»](#)

Datum: 24.07.2025

Autor: Regina Fischer

Quelle: Magazin Joyce 02/2025, SCM Bundes-Verlag

Tags

[Musik](#)

[Leben als Christ](#)

[Familie](#)

[Tod](#)

[Schicksalsschlag](#)