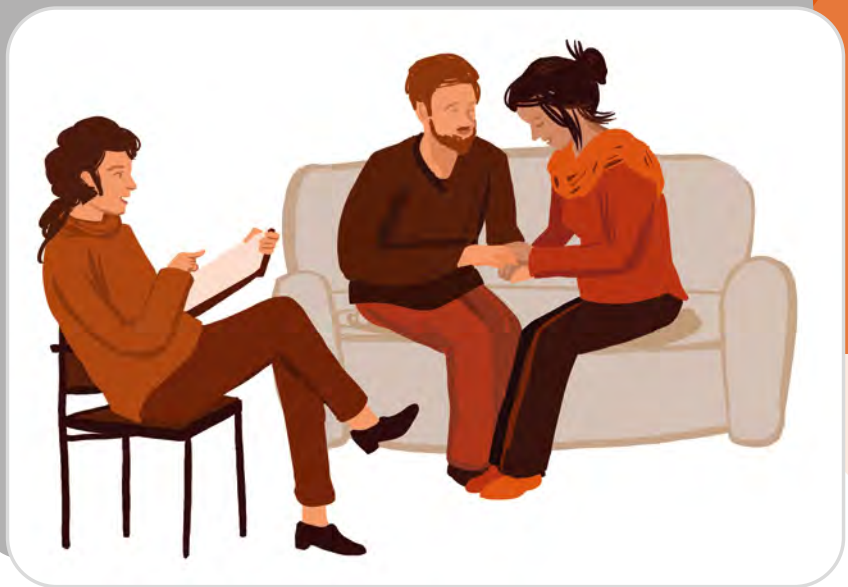
donum vitae
beraten - schützen - weiter helfen
18. Ausgabe

Notizen
aus dem Bundesverband



Psychosoziale Beratung und Begleitung bei Verlust des Kindes

Es ist nicht vorgesehen – und doch passiert es: Das Herz eines ungeborenen Kindes hört noch während der Schwangerschaft oder kurze Zeit nach der Geburt auf zu schlagen. Selbst in einem Bereich, der eigentlich von Freude und Hoffnungen geprägt sein sollte – wie bei einer Schwangerschaft –, kann es zu Verlusten und überwältigender Trauer kommen.

Die Formen dieser Verluste sind vielfältig: Ein Kind, das in der Frühschwangerschaft geht – oft als „Fehlgeburt" bezeichnet –, hinterlässt eine Lücke, noch bevor jemand es sehen oder halten konnte. Wenn der Verlust später in der Schwangerschaft eintritt oder eine Totgeburt erfolgt, prallen Hoffnung und Realität auf eine besonders schmerzliche Weise aufeinander: Der Moment der Geburt wird zum Moment des Abschieds. Auch Kinder, die mit einer lebensverkürzenden Diagnose geboren werden, stellen Eltern vor die unvorstellbare Aufgabe, Leben und Abschied gleichzeitig zu denken. Der geplante Schwangerschaftsabbruch aus medizinischen oder psychosozialen Gründen ist ebenfalls ein Abschied, häufig begleitet von Unsicherheit und gesellschaftlicher Ahnungslosigkeit. Nicht weniger schmerzhaft ist der unerfüllte Kinderwunsch. Die monatliche Hoffnung, das fortwährende Warten, das Gefühl, nicht vollständig zu sein – all das zehrt an Körper und Seele der Betroffenen.

Rollenbilder und gesellschaftliche Erwartungen erschweren es vielen, offen über ihren Schmerz zu sprechen oder Hilfe anzunehmen. Für Außenstehende ist die Trauer meistens kaum sichtbar. In der Begleitung von Menschen, die einen solchen Verlust erleben, zeigt sich, wie individuell, komplex und häufig auch einsam Trauer in diesen Lebensphasen sein kann.

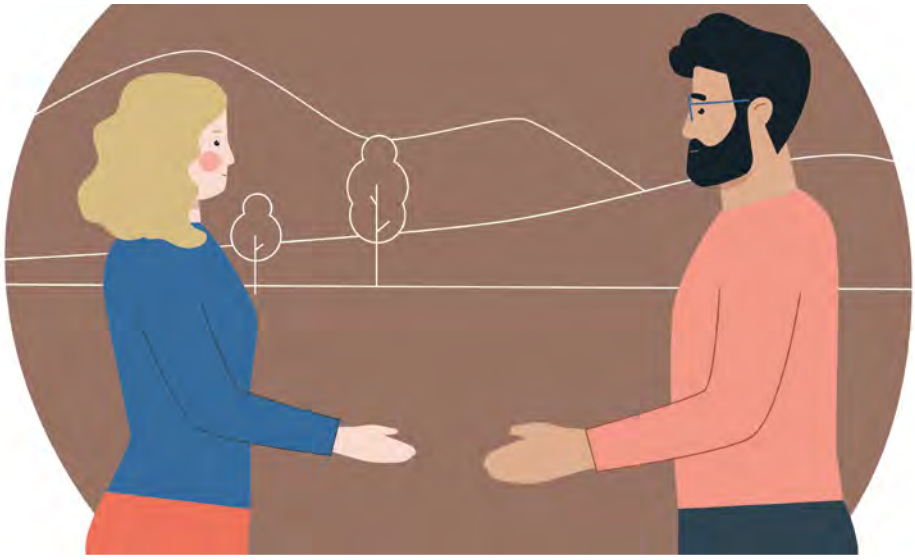
Psychosoziale Beratung bei donum vitae übernimmt eine zentrale Rolle: Je nach Situation und Bedarf stehen die Berater*innen den Betroffenen zur Seite – kostenlos und vertraulich. Ihre Aufgaben umfassen die Begleitung in Krisensituationen, Informationsvermittlung zu rechtlichen und medizinischen Fragen sowie psychosoziale Unterstützung bei Entscheidungsprozessen. Auch nach einem Schwangerschaftsverlust oder -abbruch begleiten die Beratungsfachkräfte die Betroffenen, sie helfen bei der Verarbeitung und vermitteln auf Wunsch weitere Hilfen. Sie sind somit wichtige Anlaufstellen, um Betroffenen in ihrer individuellen Trauer Raum, Verständnis und Orientierung zu geben.

Begleitung bei Verlust und Trauer in der Frühschwangerschaft

Angelique Rieken-Grom
donum vitae
Regionalverband Hohenzollern

Angelique Rieken-Grom ist Sozialarbeiterin (B.A.) und seit 2020 beim donum vitae Regionalverband Hohenzollern in der Schwangerschafts(konflikt)beratung tätig. In ihre Beratung kommen Frauen und Paare, die ihr Kind in der Frühschwangerschaft verloren haben und die sich eine Begleitung in ihrer Trauer wünschen. Hier berichtet die Beraterin aus der Trauerbegleitung eines Ehepaars nach zwei Fehlgeburten.

Heute treffe ich das Ehepaar Wallner zum zweiten Mal. Frau Wallner arbeitet als Kunsttherapeutin, ihr Mann ist an der Börse beschäftigt. Ich erlebe zwei Menschen, die voll im Leben stehen, kleine und große Sorgen von sich und ihren Mitmenschen kennen und die schon zwei Kinder im Alter von sechs und drei Jahren haben. Das Paar hatte schon länger das Gefühl, erst mit einem dritten Kind als Familie komplett zu sein, und deshalb die Verhütung eingestellt. Bereits zweimal waren die Wallners voller Vorfreude, haben jedoch nach kurzer Zeit Abschied nehmen müssen. Die erste Schwangerschaft dauerte elf, die zweite nur fünf Wochen. Beide Fehlgeburten waren für das Paar emotional stark belastend, insbesondere für Frau Wallner, bei der sich die Trauer zunehmend in Form von Erschöpfung und Antriebslosigkeit äußerte. Im ersten Beratungsgespräch erzählten Herr und Frau Wallner von ihrer Freude über die Schwangerschaften und vom schmerzhaften Ende. Besonders Frau Wallner sprach viel über die körperlichen Schmerzen und ihr Erleben der Fehlgeburten. Ihre Beschreibungen der Verlusterfahrungen machten deutlich, wie sehr sie unter einem Gefühl des Kontrollverlusts leidet.



Herr Wallner eröffnet das Gespräch und erzählt zunächst vom Alltag mit den beiden Kitakindern und der Arbeit. Immer wieder sucht er Blickkontakt zu seiner Frau und bindet sie in das Gespräch ein. Ich lenke das Gespräch behutsam, aber gezielt auf die beiden Fehlgeburten und die Trauer über den Verlust. Gemeinsam blicken wir darauf, wie Herr und Frau Wallner aktuell ihren Alltag und ihre Arbeit gestalten und ob ihre Trauer einen Platz darin hat. Es zeigt sich, dass Trauer, Selbstzweifel und unausgesprochene Ängste im Alltag des Paares einen prägenden, bislang jedoch wenig aufgearbeiteten Raum einnehmen. Ich ermutige die beiden, sich Zeit für sich allein und für sich als Paar zu nehmen, und bestärke sie darin, ihrer Trauer Raum zu geben sowie gemeinsame Rituale zu entwickeln.

Bereits in unserem ersten Gespräch habe ich den Wunsch des Paars nach einer weiteren Schwangerschaft, aber auch ihre Angst vor einem erneuten Verlust wahrgenommen. Heute sprechen wir über gute Voraussetzungen und Gelingensbedingungen – und vor allem darüber, sich erst einmal Zeit für den Abschied und die Trauer zu nehmen und die Erinnerung an die Fehlgeburten in den Alltag zu integrieren. So können wir in einem weiteren Schritt gemeinsam Ideen für die Zukunft sammeln: sich mehr Raum und Zeit für Freude und kleine Glücksmomente im Alltag nehmen, Abende als Paar genießen, sich Zeit ganz für sich allein nehmen.
Die beiden entwickeln jetzt auch etwas abenteuerlichere Ideen: einen Monat Urlaub machen, bevor der Große in die Schule kommt, Klettertouren unternehmen, viel Zeit mit der Familie verbringen.

Wir sprechen über Erwartungen und Ängste und die Wünsche der beiden für den gemeinsamen Alltag. Für das kommende Jahr nehmen sich Herr und Frau Wallner vor, sich nicht auf die Planung einer erneuten Schwangerschaft zu fokussieren, sondern Kraft zu schöpfen und im Gespräch miteinander Wege für die Zukunft zu finden.

„Sternstunden“ in Hildesheim

Christiane Struck
donum vitae Hildesheim

Seit November 2017 laden wir in Hildesheim dreimal im Jahr zur „Sternstunde“ ein – einer offenen Gruppe für Angehörige von Sternenkindern. Zu unserem Team gehören neben mir eine Klinikseelsorgerin, eine leitende Klinikhebamme sowie zwei betroffene Elternpaare (Sterneneltern).

Kurz nach der Beisetzung der Sternenkinder auf dem Hildesheimer Nordfriedhof möchten wir allen neuen Sterneneltern – neben der individuellen Trauerbegleitung und dem persönlichen Trauerprozess – mit den „Sternstunden“ ein zusätzliches Gesprächsangebot machen und ihnen die Möglichkeit zum Austausch mit anderen Betroffenen geben. In der Gruppe können die Sterneneltern über ihre Erfahrungen rund um den Verlust ihres Kindes sprechen und in dieser Gemeinschaft Schmerz und Trauer teilen und aushalten.

Bei jeder „Sternstunde“ begrüßen wir alle Teilnehmenden schon an der Tür und nehmen besonders die Neuen persönlich in Empfang. So fühlen sich alle direkt in die Gemeinschaft aufgenommen. Zu Beginn jeder „Sternstunde“ entzünden wir eine große Sternenkerze in unserer Mitte, anschließend wird für jedes Sternenkind ein goldener Stern beschriftet. Die Angehörigen haben Gelegenheit, kurz von ihrem Sternenkind zu berichten. Wir entzünden ein Teelicht für das Kind und stellen es zu seinem Stern in der Mitte. So holen wir jedes Kind für den Abend in die „Sternstunde“. Bildkarten, Gegenstände oder von den Eltern beschriftete Themenkarten erleichtern den Einstieg ins Gespräch über die eigenen Gefühle. Hier ist auch Raum und Zeit, um Lösungen für aktuelle Fragen zu finden. Die „Sternstunde“ endet mit einem gemeinsamen Mantra-Spruch.

Für viele Trauernde sind neben dem Gespräch in der Gruppe auch das Handeln und das Erleben von Gemeinschaft wertvolle Beiträge zur Trauerbewältigung. So ist im Rahmen der „Sternstunde“ die Aktion „Gräberpflege“ entstanden: Zweimal im Jahr pflegen die Sternenkindereltern gemeinsam mit Freunden und Angehörigen das Gräberfeld.

Was ist eigentlich Beratung bei Trauer und Verlust?

Ein kurzer Erklärfilm von donum vitae

Wenn ein Kind stirbt, das noch gar nicht auf der Welt war, dann ist da eine Leere. In all dem Schmerz und der Ohnmacht findet man kaum Worte. Dabei gibt es so viele Fragen. Beratung hilft dabei, wieder ins Leben zurückzufinden, sie gibt Raum und Zeit, über das Erlebte zu sprechen und Kraft zu schöpfen.

Wie das geht und wie Sie uns finden, das erfahren Sie in einem Kurzfilm von donum vitae.

Wenn die gute Hoffnung nicht glücklich endet

Elisabeth Schieder
DONUM VITAE Weiden

Christiane Struck
donum vitae Hildesheim

Elisabeth Schieder ist Diplom Sozialpädagogin (FH) und leitet die DONUM VITAE-Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen in Weiden. Seit 2001 arbeitet sie als Beraterin bei DONUM VITAE in Bayern. Die Diplom Sozialpädagogin Christiane Struck arbeitet seit 2005 als Schwangerschafts(konflikt)beraterin in der donum vitae-Beratungsstelle Hildesheim. Beide Beraterinnen bemerkten in ihrer alltäglichen Arbeit den großen Bedarf an Begleitung, wenn ein Kind nicht zum Leben kommen konnte. So entstand ein weiteres Beratungsangebot bei donum vitae.

Sie begleiten Menschen, die im Verlauf der Schwangerschaft oder kurz nach der Geburt ihr Kind verloren haben. Wer kommt zu Ihnen in die Beratung?

Christiane Struck: „Zu mir kommen meistens die Eltern gemeinsam – nach einer Fehlgeburt, einem späten Schwangerschaftsabbruch oder auch, wenn das Kind kurz nach der Geburt verstorben ist. Manchmal entwickelt sich die Begleitung im Verlauf so, dass die Frau häufiger zu Gesprächen kommt als ihr Partner, das ist unterschiedlich."

Elisabeth Schieder: „Zu uns kommen auch häufig die Paare gemeinsam – aber grundsätzlich suchen mehr Frauen unsere Trauerberatung auf."

Trauern Frauen anders als Männer?

Elisabeth Schieder: „Ja. Dafür gibt es unterschiedliche Gründe: Der Mann ist nicht schwanger. In einer frühen Phase der Schwangerschaft können die Männer noch nicht so richtig Kontakt zu ihrem Kind aufnehmen. Natürlich sind sie werdende Väter – sie freuen sich und haben konkrete Vorstellungen, wie das Leben mit diesem Kind sein wird. Aber für die Männer ist die Situation noch nicht so real wie für die Frau. Sie bemerkt körperliche Veränderungen, und sie erlebt vor allen Dingen das Ende der Schwangerschaft. Ich weiß aus der Beratung, dass es den Frauen nicht so leichtfällt zu verstehen, dass die Männer anders trauern. Männer sind schneller wieder in ihrem Alltag, sie sind dort gefordert und haben meist nicht die Zeit, ihre Trauer hochkommen zu lassen. Aber: Männer trauern auch."

Christiane Struck: „Die Frauen äußern im Gespräch, dass sie sich mehr Nähe von ihrem Partner wünschen würden und das Gefühl hätten, er würde gar nicht trauern. Dem ist nicht so. Jeder Mensch trauert auf seine persönliche Weise. Jeder hat auch sein eigenes Tempo in der Trauer. Der Mann ist häufig derjenige, der den Alltag in dieser Zeit organisiert und der den klaren Kopf behält … behalten muss, damit die beiden jenseits ihres großen Verlustes weiterhin existieren können."

Sicherlich gibt es Unterschiede in der Beratung und Begleitung, ob es sich um eine frühe Fehlgeburt handelt, ob es um Entscheidungen im Rahmen von pränataldiagnostischen Untersuchungen geht oder ob das Kind kurz nach der Geburt stirbt. Wie erleben Frauen denn eine frühe Fehlgeburt im Vergleich zu späteren Zeitpunkten? Ist die Trauer eine andere?

Christiane Struck: „Es macht überhaupt keinen Unterschied, ob die Frau in der achten, zehnten, zwölften oder in der 22. Woche ihr Kind verliert. Bei Frauen oder Paaren, die in einem Trauerprozess sind und zu uns kommen, handelt es sich um ein gewünschtes Kind. Es ist vielmehr das Umfeld, das da einen Unterschied macht. `Na ja, achte Woche – das ist ja nicht so schlimm´, hören die Frauen oft. Und diese Haltung nehmen die Frauen dann auch selbst an und relativieren das im Sinne von: Je weiter die Schwangerschaft fortgeschritten ist, desto mehr habe ich das Recht, über diesen Verlust zu trauern. Aber so ist das nicht."

Elisabeth Schieder: „Das hat natürlich auch damit zu tun, dass in der frühen Schwangerschaftsphase die Schwangerschaft der Frau nach außen noch nicht sichtbar ist. Zusätzlich hören Betroffene auch: `Du bist doch noch jung, du kannst doch wieder schwanger werden.´ Ich höre häufig, dass die Frauen selbst so eine Art Abstufung vornehmen und sich bei einer frühen Fehlgeburt die Trauer nicht zugestehen. In der Beratung legen wir besonderen Wert darauf, dies zu thematisieren und zu signalisieren, dass Trauer jederzeit zum Abschiedsprozess gehört."

Bislang gab es keine Möglichkeit für betroffene Frauen, bei einer frühen Fehlgeburt eine besondere Schutzzeit zu bekommen. Sie waren darauf angewiesen, krankgeschrieben zu werden. Das Gesetz zum Mutterschutz nach Fehlgeburt signalisiert nun, dass eine Schonzeit notwendig ist und dass die Frau einen gesetzlichen Anspruch darauf hat. Halten Sie das für sinnvoll?

Christiane Struck: „In jedem Fall. Diese gesetz-

Annika Koch im Gespräch mit Elisabeth Schieder aus Weiden und Christiane Struck aus Hildesheim

liche Veränderung gibt auch in die Gesellschaft ein anderes Signal. Wir zeigen damit, dass Mütter von verstorbenen Kindern – egal, wie früh diese verstorben sind – auch Mütter sind und ein Recht auf Schutz, Ruhe und Erholung haben. Auch sie haben eine Schwangerschaft erlebt, der Körper hat sich verändert und muss sich nun zurückbilden."

An dieser Stelle zeigt Elisabeth Schieder eine zerbrochene Schale, die mithilfe der Kintsugi-Methode mit einem goldenen Kleber wieder zusammengesetzt worden ist.

Elisabeth Schieder: „Kintsugi ist eine japanische Methode, etwas Zerbrochenes wieder heil zu machen. Die Narben dürfen sein – sie dürfen auch sichtbar sein. Sie sind vergoldet, weil sie etwas Wertvolles sind. Wir haben mit der Methode in einer Trauergruppe gearbeitet. Dazu braucht es Zeit, denn diese Teilchen müssen nacheinander zusammengesetzt werden. Man muss warten, bis ein Teil festsitzt – dann erst kann man das nächste Teil einsetzen. Die Methode zeigt wunderbar, dass es eben dauert und dass es auch nicht immer gleich schnell geht. Wenn man ein Teil nicht richtig festmacht und das andere sofort daneben setzt, brechen beide wieder weg. Ich muss also sorgsam damit umgehen – und auch sorgsam mit mir sein. Das ist ein schönes Symbol: Es ist eine Verletzung da, eine Narbe – und die darf auch sein."

Wie erfahren die Frauen und Männer von Ihrem Angebot der Beratung und Begleitung bei Trauer und Verlust?

Elisabeth Schieder: „Bei uns läuft viel über Mund-zu-Mund-Propaganda, zusätzlich sind wir auf Instagram sehr aktiv. Außerdem haben wir gute Kontakte zu den Mitarbeitenden am Klinikum, die ihre Patientinnen an uns verweisen. Vor allem empfehlen die Hebammen den Kontakt zu uns. Auch Bestatter verweisen an uns."

Christiane Struck: „Seit 2017 gibt es bei uns die Sternstunden-Gruppe, in der wir sehr aktiv sind. Die Seelsorgerinnen der Kliniken haben einen Flyer, auf dem wir als Kontakt stehen. Dreimal im Jahr laden wir zu Sternenkinder-Beerdigungen ein, und seit dem vergangenen Jahr haben wir als Sternstunden-Gruppe auch eine eigene Homepage."

Wie gestalten Sie den Prozess einer Trauerbegleitung?

Elisabeth Schieder: „Das ist ganz unterschiedlich. Ich hatte Begleitungen, die über drei Jahre gingen, und es gibt Begleitungen, die eher kurz dauern. Die trauernden Eltern sind hier das Maß der Dinge: Was brauchen sie? Trauer ist ja keine lineare Geschichte – da passiert natürlich auch im Prozess viel, darauf gehen wir ein. Es geht oft um Rituale. Hier suchen wir nach dem individuell passenden Umgang rund um die Frage: Was können wir tun, um dieses Kind nicht zu vergessen?"

Christiane Struck: „Man muss erst mal schauen: Was bringen die Trauernden mit in die Beratung? Beim ersten Mal lasse ich sie ganz viel erzählen. Dann schauen wir, ob wir mit Texten arbeiten oder ob wir etwas gestalten. Wir schauen auch Fotos an und sprechen darüber. Ich gebe den Eltern ausreichend Zeit, sich an ihr Kind und an die kurze Zeit mit ihm zu erinnern."

Elisabeth Schieder: „Es gibt auch sehr schön gestaltete Karten, mit denen arbeite ich oft. Hier werden viele Gefühle dargestellt, auch Wut. Ich achte immer darauf, dass auch die Wut einen Platz in unseren Gesprächen bekommt."

Christiane Struck: „Ein Paar hat zu Hause ein Trauerbuch gestaltet. Die beiden haben sich dann bei mir ihre eigenen Texte vorgelesen. Hier hatten sie die Zeit und den Raum."

Elisabeth Schieder: „Auch das Umfeld der Trauernden muss in der Begleitung bedacht werden. Freunde, Familie und Bekannte verstehen die Trauer oft nicht. Der Umgang mit dem Tod ist in unserer Gesellschaft mittlerweile schwierig. Es ist alles ausgelagert – der Tod findet meistens nicht mehr zu Hause statt. Hier ist es mir sehr wichtig, immer wieder zu signalisieren: Ja, Ihr dürft traurig sein. Ihr dürft Euch die Zeit nehmen und trauern. Wir als Beraterinnen haben keine Angst vor dem Thema. Hier bei uns hat die Trauer einen Platz."

Christiane Struck: „Für Außenstehende ist es unglaublich schwierig, mit dieser Trauer umzugehen. In unserer Gesellschaft hat man auch zunehmend verlernt, sich dem Tod zu stellen."

Elisabeth Schieder: „Wir sind auch ansprechbar bei organisatorischen Fragen. Die Eltern sind natürlich erst mal ganz gefangen in ihrer Trauer und wissen nicht, was möglich ist. Die Kolleginnen und Kollegen im Krankenhaus geben zwar Informationen weiter – aber in der akuten Situation sind viele Trauernde gar nicht dafür ansprechbar. Wir erklären in Ruhe, dass sie ihr Sternenkind zum Beispiel in einem Sternenkindergrab bestatten lassen können. Hier werden die kleinen Föten unter 500 g in einem Sarg gemeinsam bestattet. Das hat oft etwas sehr Tröstliches für die Eltern – sie wissen, ihr Kind ist nicht allein."

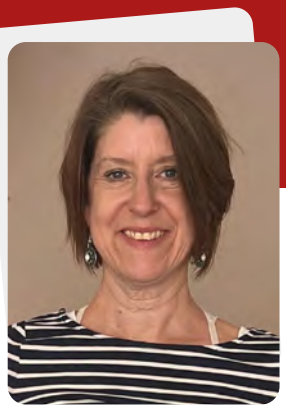
Christiane Struck: „Wichtig ist auch der Blick auf die eigenen Ressourcen – also sich Zeit für sich zu nehmen, vielleicht rauszukommen, Spaziergänge in der Natur zu unternehmen … oder wirklich eine Auszeit zu nehmen und wegzufahren."

Sie begleiten schon seit vielen Jahren trauernde Eltern. Fehlt Ihnen noch etwas in Ihrer Arbeit?

Elisabeth Schieder: „Ja, es fehlt mehr Öffentlichkeitsarbeit für das Thema Trauer. Trauer wird einfach viel zu wenig in unserer Gesellschaft wahrgenommen und lieber versteckt. Dabei betrifft sie uns auf vielfältige Weise. Jede dritte Frau hat in ihrem Leben eine glücklose Schwangerschaft erlebt. Darüber sprechen nur wenige. Es ist ein großes Tabu. Das möchten wir gerne ändern. Eine Kollegin und ein Kollege aus der Beratungsstelle in Regensburg nehmen zum Beispiel an einer Themenwoche `Wenn der Tod am Anfang steht´ teil. Das stärkt die öffentliche Wahrnehmung."

Christiane Struck: „Unsere Homepage war dazu auch ein erster Schritt. Am zweiten Sonntag im Dezember ist World Candle Lighting, der Gedenktag für alle verstorbenen Kinder. Auch hier bieten sich öffentlichkeitswirksame Aktivitäten an, um alle auf das Thema Trauer in unserem Leben aufmerksam zu machen. Die Beraterinnen in Stade nutzen den Gedenktag schon seit einigen Jahren für eine Schaufensteraktion. All das kann den Menschen signalisieren: Wir sehen die Menschen in und mit ihrer Trauer. Wir sprechen darüber, denn Tod und Trauer gehören zu unserem Leben dazu. Und man darf zu sich selbst und zu anderen sagen: `Ich bin Mutter eines Sternenkindes.´ Denn auch Eltern mit Sternenkindern sind Eltern."

Sternenkinder – wenn die Wiege leer bleibt



Annabel Staab

DONUM VITAE Aschaffenburg

Ausstellung zum Thema Tot- und Fehlgeburt vom Netzwerk Sternenkinder Aschaffenburg

Der Verlust eines Kindes, bevor es das Licht der Welt erblickt oder kurz nach der Geburt stirbt, ist ein unfassbares Leid, das oft unsichtbar bleibt. Der Wunsch des Netzwerkes Sternenkinder Aschaffenburg war es, das Thema in die Öffentlichkeit zu tragen. So entstand die Idee einer eigenen Ausstellung.

Abschied und Bestattung

In jedem Bundesland gibt es eigene Rechtsvorschriften im Bestattungsgesetz, die Beachtung finden müssen:

- für Sternenkinder ab 500 Gramm Geburtsgewicht oder mit Geburt ab der 24. SSW besteht für die Eltern eine Bestattungspflicht
- Sternenkinder unterhalb dieser Grenzen können auf Wunsch der Eltern bestattet werden
- sollten diese die Bestattung nicht übernehmen wollen, so organisieren die Kliniken eine Sammelbestattung, das heißt eine gemeinsame Einäscherung und Zur-Ruhe-Bettung – denn jedes fehl- oder totgeborene Kind wird bestattet
- bei einer Lebendgeburt muss eine Geburtsurkunde beantragt werden
- bei einer Totgeburt entspricht die Geburtsurkunde der Sterbeurkunde
- das Baby kann von der Klinik auch noch einmal nachhause geholt werden
- die Überführung ist nur durch eine Pietät zulässig
- bei Sternenkindern hat man die Möglichkeit, eine Existenzbescheinigung beim Standesamt zu beantragen

Alle Mitglieder des Netzwerkes sind Ansprechpartner*innen für betroffene Eltern: Hebammen, Selbsthilfegruppen in Aschaffenburg und Miltenberg, Mitarbeitende der Kliniken Aschaffenburg und Erlenbach, Kolleg*innen der Klinikseelsorge, eine Sternenkindfotografin, die katholische Erwachsenenbildung, Bestattungsunternehmen sowie die Schwangerschaftsberatungsstellen am Bayerischen Untermain.

In enger Kooperation mit den Kolleg*innen vom Sozialdienst katholischer Frauen (SkF) und von pro familia erarbeiteten wir Beraterinnen von DONUM VITAE Aschaffenburg redaktionell die Texte für die Ausstellungscharts. Im Anschluss haben wir Spenden und Fördergelder akquiriert, eine Grafikerin beauftragt und verschiedenes Material zusammengetragen.

Mit der Ausstellung möchten wir einen Beitrag zu leisten, das Thema Tot- und Fehlgeburt zu enttabuisieren. Die Ausstellung bietet Betroffenen die Möglichkeit, über ihren persönlichen Verlust zu sprechen und gleichzeitig einen Ort der Ruhe und des Gedenkens zu finden. Darüber hinaus soll sie die Betroffenen bestärken, mit anderen Menschen über das verlorene Kind zu sprechen, und ihnen das Gefühl geben, in ihrer Trauer nicht allein zu sein. Ganz wichtig ist auch der Aspekt der Informations- und Öffentlichkeitsarbeit: So sollen die Texte und Materialien Außenstehende informieren und anregen, auf trauernde Menschen zuzugehen.

Die Rückmeldungen von Besucher*innen unserer Ausstellung sind durchweg positiv. Betroffene Eltern erzählen von ihren Sternenkindern: Eltern, die vor langer Zeit ein Kind verloren haben. Menschen, die noch nie über ihren Verlust gesprochen haben, und auch Männer und Frauen, die erst kürzlich eine Tot- oder Fehlgeburt erlebt haben, fühlen sich angesprochen und getröstet.

Uns ist es ein großes Anliegen, die Ausstellung möglichst vielen Menschen zugänglich zu machen. Sie kann kostenfrei ausgeliehen werden und ist bereits in einigen Städten in Bayern und auch in Hessen zu sehen gewesen.

Was hilft?

- **sich Zeit lassen!**
  Nichts muss jetzt schnell gehen.
- **Gespräche**
- **informiert sein:** über den weiteren Ablauf und über die Möglichkeiten
- **Zeit für Abschied**
- **dem Kind einen Namen geben**
- **Trauerrituale**
- **Erinnerungen schaffen**
- **Bestattung nach den persönlichen Vorstellungen**
- **ablenken**
- **professionelle Hilfe in Anspruch nehmen**

Netzwerk der Unterstützung und Hilfe in der Klinik

Frauenärzt:innen
- Pränataldiagnostik
- Beratung & Aufklärung
- Entbindungsplanung
- Begleitung bei der Geburt

Neonatologie | Kinderklinik
palliative Geburtsbegleitung

Interdisziplinäre Zusammenarbeit
- interne Standards zum Umgang mit Sternenkind-Eltern von Tot-|Fehlgeburten
- Schulung des Personals
- Kommunikationstraining
- Supervision

Hebamme
- feste Ansprechpartner:innen
- empathische Begleitung rund um die Geburt
- Schaffen von Erinnerungen - Fuß- und Handabrücke
- Auswahl von Kleidung/ Deckchen, Erinnerungsstücken
- begleiteter körperlicher Kontakt

Bestattungsangebot
- Information zu Bestattung
- Möglichkeit zur kostenfreie Gemeinschaftsbestattung
- Abschied in Würde

Seelsorge und psycho-logische Betreuung
vor Geburt:
- Gesprächsangebot -Emotionen auffangen, stabilisieren, stützen, ethische Fragen

im Kreißsaal:
- Angebot von Ritualen, Namensgebung, Segen, Nottaufe bei noch lebenden Kindern – ganz nach Bedürfnis und Wunsch

nach Tot-|Fehlgeburt:
- Gesprächsangebot
- Beratung zur Bestattung

Verweis auf anschließende Begleitung durch Beratungs-stellen

Weitere Unterstützung
- Informationen zu Beratungs-stellen und Selbsthilfegruppen
- Trauer- und Gedenkfeiern
- Vermittlung von Sternenkind-fotograf:innen
- kostenfreies Familienzimmer

Trauer und Gedenken

Jeder Mensch trauert anders und Trauer hat verschiedene Gesichter. Die Trauer kann sich unendlich schmerzlich anfühlen und sie kann wie eine leise Begleitung sein. Trauer um ein Kind vergeht nie ganz aber sie verändert sich.

Trauer ist individuell. Jeder Mensch muss seinen eigenen Weg finden.
Innerhalb einer Familie trauert jedes Familienmitglied anders. Gemeinsam zu trauern, in aller Unterschiedlichkeit, verbindet und kann trösten.

Rituale und Raum für Trauer und Gedenken helfen mit dem Verlust zu leben:

- das Sternenkind als Teil der Familiengeschichte anerkennen
- über das Kind sprechen, auch mit den Geschwistern
- Sternengeburtstag feiern
- einen Ort für Gedenken schaffen – zuhause, auf dem Friedhof, im Wald
- Kerzen anzünden
- Fotos, Ultraschallbilder, Strampler, Löckchen, Fuß- und Handabdrücke etc. in einem Gedenkkästchen aufbewahren.

Gedenken in Gemeinschaft
Weltweit gibt es Gedenktage die symbolisieren, dass die Menschen mit ihrem Verlust nicht alleine sind. Das kann tröstlich sein.

Weltsternenkindertag
jedes Jahr am 15. Oktober

Worldwide Candle Lighting
jedes Jahr am 2. Sonntag im Dezember

Betroffene stellen an diesem Tag um 19 Uhr brennende Kerzen in die Fenster. Während die Kerzen in der einen Zeitzone erlöschen, werden sie in der nächsten entzündet. Somit geht ein Licht um die Welt – und erinnert an die Kinder, die das Leben erhellt haben und nie vergessen werden. Das Licht verbindet die betroffenen Menschen über alle Grenzen hinweg und sichert Solidarität und sorgt für Wärme.

Sternenkinder-Bestattungen in Regensburg

In Regensburg finden seit März 2002 viermal jährlich Sternenkinder-Bestattungen auf dem Friedhof am Dreifaltigkeitsberg statt. In Zusammenarbeit mit dem Hospizverein gestalten die Beraterinnen von DONUM VITAE in Regensburg für alle Eltern und Angehörigen eine Trauerfeier mit anschließender Beisetzung. Die verstorbenen Kinder werden gemeinsam in einem Sarg beigesetzt. Die Gestaltung der Särge übernehmen verschiedene Künstler*innen ehrenamtlich. Trauerfeier und Beerdigung finden in einem christlichen Ritus statt. Sie sind unabhängig von einer Religionszugehörigkeit, die Bestattung ist für die Eltern kostenfrei.

In einer besonderen Kooperation entstehen die Särge: Schreinerlehrlinge der Städtischen Berufsschule II stellen die Holzsärge als Spende zur Verfügung. Gemeinsam mit dem Hospizverein gestalten wir Beraterinnen von DONUM VITAE Workshops für die Schüler*innen, die für uns die Särge bauen. Hier berichten wir über das Projekt und geben damit auch Außenstehenden einen Einblick in dieses wichtige Thema. In Zusammenarbeit mit der Behindertenwerkstätte der Barmherzigen Brüder in Reichenbach überreichen wir allen Eltern bei jeder Beerdigung ein individuell angefertigtes Herz aus Holz, das Vollständigkeit und Unvollständigkeit symbolisiert.

Doris Schiller - DONUM VITAE Regensburg

Interreligiöse und interkulturelle Begleitung und Beratung bei Verlust des Kindes

Adelheid Wippert-Harichane
donum vitae Saarbrücken

Das donum vitae-Projekt „Schwangerschaft und Flucht“ vom Landesverband Saarland begleitet geflüchtete Schwangere vor, während und nach der Geburt.
Es verbindet psychosoziale Beratung mit kultursensibler und spiritueller Unterstützung.
Der Schwerpunkt liegt auf der Begleitung von Frauen bei Verlust, Trauer und schwierigen Lebenssituationen – religionssensibel, sprachlich nah und mit offenem Herzen. Adelheid Wippert-Harichane ist Beraterin und muslimische Seelsorgerin im Projekt.

Der Tod eines Kindes in der Schwangerschaft oder kurz nach der Geburt trifft jede Frau schwer. Für geflüchtete muslimische Frauen kommt zu dieser existenziellen Trauer oft eine Vielzahl zusätzlicher Belastungen hinzu: traumatische Fluchterfahrungen, fehlende soziale Netzwerke, sprachliche Barrieren und das Gefühl kultureller und religiöser Entfremdung. Im Projekt „Schwangerschaft und Flucht“ begleite ich betroffene Frauen in genau diesen Situationen – als psychosoziale Beraterin und als muslimische Seelsorgerin.

Viele Frauen schöpfen Kraft aus ihrer Religion. Der Glaube an Gottes Barmherzigkeit, das Wissen um die Geborgenheit des verstorbenen Kindes bei Gott und die Hoffnung auf ein Wiedersehen im Jenseits geben Halt. Gleichzeitig sind vertraute Rituale wie Totengebet, symbolische Namensgebung oder Gedenken im Exil schwer zugänglich. Hier setzt meine Arbeit an: Ich öffne Räume für spirituelle Verarbeitung, verbinde Glauben mit Beratung und achte auf kulturelle Ausdrucksformen von Trauer. Seelsorge bedeutet, mitfühlend und glaubenssensibel zuzuhören. Viele Frauen erzählen mir erst im seelsorgerlichen Kontext von ihrem Schmerz, weil sie sich dort verstanden fühlen – in ihrer Sprache, in ihrem Glauben, in ihrer Würde. Es geht nicht um religiöse Vorschriften, sondern um Orientierung, innere Ruhe und das Zulassen von Gefühlen. Die interreligiöse Zusammenarbeit im Team ist dafür ein wertvoller Rahmen. Wenn Kolleg*innen aus unterschiedlichen religiösen und kulturellen Hintergründen offen kooperieren, entsteht ein vertrauensvolles Miteinander – sowohl für die Fachkräfte als auch für die Frauen, die wir begleiten.

Trauer ist universell, aber ihr Ausdruck ist vielfältig. Das Projekt zeigt, wie bedeutsam es ist, kultursensible, religionsoffene und genderspezifische Begleitung zusammenzudenken – besonders für geflüchtete Frauen, die oft doppelt betroffen sind: durch Verlust und durch Isolation.

Impressum

Herausgeber: donum vitae zur Förderung des Schutzes des menschlichen Lebens e.V.

Bundesverband
Thomas-Mann-Straße 4 · 53111 Bonn
Tel. 0228 369488-0 · Fax 0228 369488-69
info@donumvitae.org
www.donumvitae.org

Bundesvorsitzender: Dr. Olaf Tyllack
Bundesgeschäftsführerin: Julia Seeberg
Redaktion: Annika Koch, Sabrina Miebach, Ligita Werth
Bildmaterial: donum vitae e.V., how2 AG/donum vitae e.V., privat
DONUM VITAE Aschaffenburg,
DONUM VITAE Regensburg,
donum vitae Hildesheim,
DONUM VITAE Weiden

Spendenkonto
Pax-Bank eG Köln
IBAN DE03 3706 0193 2100 2100 21
BIC GENODED1PAX

Erscheinungsdatum: Oktober 2025