

Wenn der Tod am Anfang steht

abschied von einem kleinen leben



3	Einleitung
5	Eine betroffene Mutter erzählt
8	Trauer in der Schwangerschaft und bei der Geburt
11	Mit Trauer leben
13	Paare
15	Geschwister
17	Abschiedsrituale
22	Einfach zum Nachdenken
26	Erläuterungen der Begriffe und rechtliche Bestimmungen
29	Literaturliste
34	Kontakt- und Internetadressen

*„Wenn du bei Nacht
den Himmel anschaust,
wird es dir sein,
als lachten alle Sterne,
weil ich auf einem von ihnen
wohne, weil ich auf einem
von ihnen lache.
Du allein wirst Sterne haben,
die lachen können!
Und wenn du dich getröstet
hast, wirst du froh sein,
mich gekannt zu haben.“
(Antoine de Saint-Exupéry,
Der kleine Prinz)*

Abschied von einem kleinen Leben

Wenn die Hoffnung auf ein Leben gleich wieder zu Ende ist.

Tod und Trauer sind in unserer Gesellschaft Themen, die wenig Platz finden. Mit einer gewollten Schwangerschaft verbinden wir Gefühle von Freude und Glück, keinesfalls jedoch Verzweiflung und Trauer. Es ist üblich geworden, bei der Bekanntgabe einer Schwangerschaft zu gratulieren und die künftigen Eltern zu beglückwünschen. In unserer heutigen Zeit sind Schwangerschaften meist Wunsch Kinder. Das Wissen um und die Verfügbarkeit von verschiedensten Verhütungsmethoden erlauben es Frauen, sich bewusst für oder gegen eine Schwangerschaft auszusprechen.

In früheren Zeiten gehörten Kinder zum normalen Verlauf einer Ehe. Es gab keinen Einfluss auf den Beginn einer Schwangerschaft und viele endeten mit einer Fehl- oder Totgeburt. Auch die Sterblichkeitsrate nach einer Geburt war hoch. Damals wäre niemand auf die Idee gekommen, den werdenden Eltern zu gratulieren. Der Tod gehörte noch mehr zum Leben als in unserer heutigen

Gesellschaft. Dies war unter anderem auch ein Schutz, um an dem schmerzlichen Verlust nicht zu zerbrechen.

Aber auch heute ist nicht alles planbar und beherrschbar. Viele Frauen erleben eine Fehlgeburt oder verlieren ihr Kind zu irgendeinem Zeitpunkt während der Schwangerschaft. Mit einer Totgeburt oder dem Tod des Babys kurz nach der Geburt werden ca. ein bis zwei von 100 Frauen konfrontiert. Der Verlust eines Kindes ist eine der schmerzlichsten menschlichen Erfahrungen. Die Eltern stehen plötzlich einer völlig neuen Realität gegenüber, die mit der bisherigen freudigen Erwartung auf das Kind nichts mehr zu tun hat.

Nach der Diagnose, dass ihr Baby nicht leben wird, kommt mit dem Schock eine Phase der völligen Hilf- und Orientierungslosigkeit. Diese überaus schwierige Situation einer Frau, die ihr Kind so unerwartet verliert und ihr Baby vielleicht auch noch tot gebären muss, sowie

die damit verbundenen Probleme für die gesamte Familie wurden mir persönlich durch Gespräche mit einer betroffenen Mutter bewusst. Sie war es auch, welche die Entwicklung einer Broschüre anregte, indem sie erzählte, wie alleingelassen und verzweifelt sich viele betroffene Frauen fühlen.

Diese Broschüre möchte für betroffene Eltern eine erste Hilfe in dieser unerwarteten und schwierigen Lebensphase sein. Die meisten Menschen erleben während einer solchen Zeit ein Chaos an unterschiedlichen Gefühlen. Gleichzeitig sollte eine Reihe wichtiger Entscheidungen getroffen werden. Entscheidungen, welche später nicht mehr rückgängig gemacht werden können. Die vorliegende Broschüre will Ihnen Unterstützung bei den nun anstehenden Fragen geben. Sie möchte Ihr Begleiter in der ersten Zeit der Hoffnungslosigkeit sein.

Es gibt keine generellen Lösungen, keinen schnellen Trost. Jeder muss seinen eigenen, ganz persönlichen Weg durch die Trauer gehen. Die Broschüre will Ihnen auch mitteilen, dass Trauer Zeit braucht, dass Sie Zeit brauchen, um durch den Schmerz hindurch wieder zum Leben zu finden.

Ich hoffe, dass Sie sich zum Weiterlesen entschließen können. Wenn Sie dann das Bedürfnis haben, mit

jemandem über Ihre Betroffenheit, Ihre Ängste, Ihre Wut oder Ihre Traurigkeit zu reden, finden Sie am Ende eine Liste möglicher Ansprechpartner in Vorarlberg, die gerne zu persönlichen Gesprächen bereit sind.

Dipl. Psych. Brunhilde Reichl

Ich bedanke mich für die freundliche Unterstützung der Initiativ Liewensufank aus Luxemburg (20 rue de Contern, L-5955 Itzig, ein Institut für die Verbesserung der Bedingungen rund um die Geburt) sowie für die engagierten Gespräche mit Diana Silcher-Fritsch, einer betroffenen Mutter, und die Rezension durch Dr. Erika Neumann.

„Die Trauer ist der Preis für die Liebe“

Im Liedertext „Eternity“ beschreibt Robbie Williams etwas sehr Eindrückliches. Den Refrain haben wir auf die Geburts- und Todeskarten von Philipp geschrieben:

„Du warst da für diesen Sommertraum und Du gabst uns, was wir brauchen. Und wir hoffen, Du findest Deine Freiheit in der Ewigkeit – für die Ewigkeit“.

Wir haben uns Philipp sehr gewünscht und er wurde uns geschenkt, wenn auch nur für kurze Zeit. Wir sind dankbar, dass wir ihn bei uns haben durften!

In der 24. Schwangerschaftswoche wurde im Rahmen einer Routineuntersuchung bei unserem zweiten Sohn Philipp eine beidseitige Nierenbeckenerweiterung festgestellt. Bei den folgenden Untersuchungen wurde auch noch eine Lippen-Kiefer-Gaumenspalte diagnostiziert. Hinweise auf einen Gendefekt. Beim Schnelltest der Fruchtwasseruntersuchung teilte man uns mit, dass Philipp entweder behindert (Down Syndrom) oder nicht lebensfähig (Trisomie 13 oder 18) wäre. Drei lange Wochen des Wartens lagen vor uns. In dieser Zeit mussten wir unserem fast dreijährigen Sohn Lukas erklären, dass sein geliebtes Brüderchen krank ist und wir nicht wissen, ob er so krank ist, dass er überhaupt nicht bei uns bleiben darf. Drei lange Wochen, in denen wir entscheiden mussten, was wir tun sollten, wenn wir das endgültige Ergebnis bekommen. In beiden Fällen war entweder ein Abbruch oder eine Fortsetzung der Schwangerschaft möglich. Gerade in dieser Zeit brauchten wir Unterstützung. In vielen Nächten

vor dem Computer suchten wir nach betroffenen Eltern, die uns mitteilten, wie es ihnen ergangen ist. Das Internet war für uns dabei eine große Hilfe. Anfangs haben wir uns von der Umwelt ziemlich abgeschottet. Die Informationen unterstützten uns in unserer Entscheidung und halfen uns Rituale zu finden.

Wir beschlossen, dass Philipp, sofern er leben konnte, auch leben sollte. Im Falle, dass er nicht leben konnte, wollten wir die Schwangerschaft abbrechen. Wir haben diese Entscheidungen aus vielen persönlichen Gründen getroffen. Prim. Dr. Concin vom LKH Bregenz sagte uns, wir sollen für uns eine Entscheidung treffen, die nur für uns, in dieser Situation und unter diesen Umständen gilt. Diese Entscheidung kann niemals später angezweifelt werden, weil sie nur für das Jetzt Gültigkeit haben kann. Unter anderen Umständen hätten wir vielleicht anders gehandelt. Nach drei Wochen teilte man uns mit, dass Philipp nicht lebensfähig ist. Wir suchten einen Pfarrer, der Philipp noch in meinem Bauch taufen sollte. Es war ein sehr wichtiges Ritual für uns und Pfarrer Trentinaglia war dazu bereit. Philipp kam in der nächsten Nacht zur Welt. Er lebte eine halbe Stunde in unseren Armen und schlief dann sanft ein. An sein kurzes Leben erinnern viele Fotos und ein Videofilm. Am Morgen verabschiedeten sich unser Sohn und unsere Familien von Philipp, der bis

zum Vormittag bei uns blieb. Wir versendeten Geburts- und Todeskarten. Wir setzten Philipp im Familiengrab bei. Die vielen Menschen bei der Beerdigung zeigten, dass Philipp nicht nur für uns gelebt hat. Wir hatten ihn für die Welt sichtbar gemacht. Ein Fotoalbum mit Fotos, Gedichten und Erinnerungsstücken ist nach wie vor sehr wichtig für uns. Er hat seinen Platz in unserer Familie bekommen. Als Paar schweißte uns dieses Erlebnis sehr zusammen. Für mich persönlich lenkte es mein Leben in neue Bahnen – hin zu einer neuen Ausbildung, in der ich unter anderem auch betroffene Eltern unterstützen möchte.

Kurz nach der Geburt von Philipp, im Gespräch mit einer betroffenen Mutter, die den Leona-Verein gegründet hat, kam uns die Idee zu einer Broschüre für betroffene Eltern, die die gesammelten Kontaktadressen beinhalten sollte. Es ist uns wichtig, dass jeder seine Form der Unterstützung findet. Sei es im persönlichen Gespräch, telefonisch oder anonym im Internet. Jeder Mensch braucht den für ihn geeigneten Kontakt und dabei wollten wir helfen. Bald darauf kontaktierte ich das ifs und bat um Mithilfe. Ich war sehr erfreut, dass sich Dipl. Psych. Brunhilde Reichl angeboten hat, sich mit mir zu treffen und sich meine Vorschläge anzuhören. Ich danke ihr und dem ifs, dass sie diese Broschüre möglich gemacht haben!

Wir mussten viel erleben, um dahin zu gelangen, wo wir jetzt sind. Doch all diese Erlebnisse waren wichtige Schritte auf unserem Weg, der uns weiter führt in die Zukunft. Heute blicken wir dankbar zurück und denken an unseren lieben kleinen zweiten Sohn Philipp, der uns geschenkt wurde. Auch wenn wir ihn nur kurze Zeit bei uns haben durften, wird er doch für immer bei uns sein.

**Diana Sicher-Fritsch &
Thomas Fritsch**

Trauer in der Schwangerschaft und bei der Geburt

*„Trauer wird zur Übergangszeit, die Wandlung und Veränderung fördert und Wege zu einem neuen Leben anbahnt.“
(Jorgos Canacakis, Ich sehe deine Tränen, 2002)*

Der Tod eines Kindes erscheint uns Menschen unbegreiflich und inakzeptabel. Umso mehr, wenn dieser Tod während einer Schwangerschaft oder kurz nach der Geburt eintritt. Dieses entscheidende Ereignis zu verarbeiten, den Verlust als Realität zu akzeptieren und sich im Leben neu zu orientieren, stellt die Eltern vor eine äußerst schwierige Aufgabe. Die Auseinandersetzung mit dem Verlust und das Durchleben der damit verbundenen Gefühle sind für ein gesundes Weiterleben ohne das verstorbene Kind unumgänglich.

Der Verlust des Fötus durch eine Fehlgeburt im Frühstadium einer Schwangerschaft wird von der Umgebung oft als unproblematisch abgetan. Dennoch erleben viele Frauen ein intensives Gefühl der Traurigkeit. Die individuellen Reaktionen hängen von verschiedenen Faktoren ab. Für die meisten Frauen sind ihre Empfindungen, ihre Gedanken und ihr körperliches Erleben weitaus intensiver, als „man allgemein annimmt, oder als die Eltern es sich selbst gegenüber

zugeben wollen. Bei wiederholten Fehlgeburten, zudem bei fortschreitendem Alter, wächst oft die Angst, vielleicht nie mehr ein Kind bekommen zu können. Aber die Kräfte, dem eigenen Schicksal zu begegnen, sind individuell unterschiedlich und können durch Verlusterfahrungen vielleicht sogar wachsen“ (Lothrop 2014).

Der Tod eines Kindes während der Schwangerschaft oder kurz nach der Geburt ist ein „besonderer Tod“. Sein Gewicht lässt sich nicht durch objektive Parameter messen. Nur die subjektive Bedeutung für die Frau bzw. die Eltern bestimmt die Schwere dieses Ereignisses (vgl. Wehkamp 2011). In unserer Gesellschaft gibt es nur wenige Möglichkeiten, seine Trauer zu äußern. Viele Mitmenschen halten Trauer nur kurz aus. Dann erwartet man „dass man wieder normal wird“, insbesondere wenn die Schwangerschaft nur kurz gedauert hat. Die Schlussfolgerung, je früher die Schwangerschaft beendet wurde, umso leichter wird dieses Ereignis verarbeitet, stimmt jedoch keineswegs. Für das ganz persönliche Erleben der Frau spielt der Zeitpunkt keine Rolle, sondern nur die Stärke der Bindung zu ihrem Kind. Es ist ein „besonderer Tod“, weil oft konkrete Vorstellungen von dem Kind fehlen.

Der Trauerweg nach dem Tod eines Kindes kann sehr unterschiedlich verlaufen. Die Länge und die Beschaffenheit des Weges, das Tempo, in dem der/die Einzelne voranschreitet, die Täler, die er/sie durchlaufen muss, um am Ende wieder emporzusteigen und Licht zu sehen, all dies ist von Mensch zu Mensch verschieden. Trotz dieser Unterschiede des individuellen Trauerweges lassen die Erfahrungsberichte von Betroffenen und wissenschaftliche Forschungsergebnisse einige allgemeingültige Aussagen über die Reaktionen auf den Verlust eines Kindes zu.

Die natürliche Reaktion auf den Tod ist die Trauer, wobei unter Trauer nicht nur Traurigkeit zu verstehen ist, sondern eine Vielfalt von Reaktionen, welche sowohl die Gefühls- und Gedankenwelt als auch die menschlichen Verhaltensweisen betreffen. Die erste Reaktion ist das Gefühl, es sei nicht wahr. Die Eltern fallen in einen Schockzustand, der durch Betäubtheit, Apathie und tranceähnliches Handeln gekennzeichnet ist. Dieser Zustand kann Stunden bis Tage dauern. Später drückt sich die Ablehnung der Realität häufig dadurch aus, dass so gehandelt wird, als lebe das Kind noch. Die Betroffenen sind meist äußerst verletzlich. All dies sind normale Schutzfunktionen der Seele. Dennoch ist es für den Erhalt der seelischen und körperlichen Gesundheit wichtig, der Realität ins Auge zu blicken und die End-

gültigkeit der Trennung vom Kind zu akzeptieren. Diese Realität ist mit einem heftigen Trauerschmerz verbunden. Der Mensch empfindet ein gefühlsmäßiges Chaos, in dem sich intensive Traurigkeit, Verzweiflung, Wut, Angst, Hilflosigkeit, Schuldgefühle, Einsamkeit und Sehnsucht miteinander verbinden.

Neben diesen gefühlsmäßigen Reaktionen treten häufig auch verschiedene körperliche Reaktionen auf. In der Gedankenwelt tritt zunächst Unglaube und Verwirrung auf. Oft taucht das Kind in den Träumen der Betroffenen auf.

Auch das Verhalten verändert sich durch diese Verlusterfahrung. Neben Schlaf- und Appetitstörungen und häufigem Weinen treten oft geistesabwesende Verhaltensweisen oder rastlose Überaktivität auf. Viele Betroffene möchten sich von anderen zurückziehen, suchen die Einsamkeit (aus: Initiativ Liewensufank Info Tod und Trauer 1999, Luxemburg).

Darüber hinaus machen sich viele Frauen Selbstvorwürfe, die aus dem Gefühl heraus entstehen, als Frau und Mutter versagt zu haben. Viele dieser Gefühle überraschen die Frauen/die Eltern. Sie haben den Eindruck, sich selbst nicht wiederzuerkennen, und werden dadurch zusätzlich verunsichert. Trauer zeigt sich in vielen unterschiedlichen Verhaltensweisen. Trauer ist immer ein ganz persönliches Erleben und jede Art, sie

zu empfinden und auszudrücken, ist richtig. Sie schadet nur dann, wenn man sie nicht zulässt und versucht, sie dauernd zu unterdrücken.

Mit Trauer leben

Trauer ist keine Krankheit, sie braucht keine Behandlung, sondern Begleitung. 10 Punkte, die helfen können, mit der Trauer zu leben:

Akzeptieren Sie die Trauer.

Versuchen Sie nicht „gefasst“ zu sein. Nehmen Sie sich die Zeit zu weinen. Dies gilt auch für Männer, denn auch starke Männer dürfen weinen.

Reden Sie über ihren Verlust.

Teilen Sie Ihre Trauer innerhalb der Familie. Versuchen Sie nicht, andere durch Schweigen zu schützen. Suchen Sie sich eine Freundin, einen Freund, mit dem Sie sprechen können. Jemanden der zuhören kann und nicht gleich ein Urteil fällt. Reden Sie so oft und so viel Sie wollen.

Beschäftigen Sie sich.

Erledigen Sie eine sinnvolle Arbeit, die Ihre Gedanken in Anspruch nimmt. Vermeiden Sie hektische

Aktivitäten. Es ist wichtig, eine gute Balance zwischen einer Beschäftigung und den Zeiten der Trauer zu finden.

Seien Sie gut zu sich selbst.

Trauern kann der eigenen Gesundheit schaden. In diesem Moment ist Ihnen das vielleicht egal, dies wird sich aber ändern. Sie sind wichtig, Ihr Leben ist wichtig – kümmern Sie sich darum. Bäder mit ätherischen Ölen, meditative Musik, heiße Fußbäder, wärmende Ganzkörpermassagen, Fußzonenreflexmassagen, Sauna, Theaterbesuche... überlegen Sie sich, was Ihnen früher gut getan hat und probieren Sie es jetzt wieder. Bereits am Beginn der Trauerzeit ist es wichtig, sich selbst etwas Gutes zu tun, sich selbst ein wenig zu verwöhnen.

Ernähren Sie sich richtig.

In dieser Zeit der emotionalen und physischen Erschöpfung braucht Ihr Körper eine gute, vitaminreiche Ernährung.

Bewegung ist hilfreich.

Fahrradfahren, Spaziergänge, Joggen, Schwimmen, Arbeiten im Garten... ermöglichen Ihnen Bewegung an der frischen Luft. Damit helfen Sie Ihrem Körper. Sie werden danach bestimmt besser schlafen können.

Behalten Sie Kontakt zu Ihren FreundInnen.

Dies kann manchmal schwierig sein. Manche geraten vielleicht in Ihrer Anwesenheit in Verlegenheit, aber das wird vorübergehen. Wenn es Ihnen gelingt, sprechen Sie mit ihnen, ohne das Thema Ihres Verlustes auszuklammern.

Verschieben Sie wichtige Entscheidungen.

Lassen Sie sich Zeit. Trauer und Neuorientierung brauchen Zeit. Fangen Sie langsam an, sich ein Leben ohne dieses Kind vorzustellen. Machen Sie neue Lebenspläne für Ihre Zukunft.

Nutzen Sie Ihre Kirchenzugehörigkeit, wenn Sie eine haben.

Die Bibel und/oder Gespräche mit SeelsorgerInnen können Ihnen helfen, Trost zu finden.

Suchen Sie sich gegebenenfalls fachliche Hilfe.

Manchmal genügen die Gespräche mit Familie und FreundInnen nicht. Manchmal hat man das Gefühl, den Weg in ein glückliches Leben nicht mehr zu finden. Dann scheuen Sie sich nicht, Beratungsgespräche bei PsychologInnen oder PsychotherapeutInnen zu suchen.

Einige von Ihnen denken jetzt vielleicht, wozu brauche ich einen Psychologen/eine Psychologin, ich bin doch nicht verrückt. Psychologische Beratung und Psychotherapie haben nichts mit einer Geisteskrankheit zu tun. Die Aufgabe der Psychologie ist es, ein besseres Umgehen mit den eigenen Kräften, eine klarere Wahrnehmung der eigenen Stärken und Schwächen zu erreichen. Gespräche mit einem Psychologen/einer Psychologin können Ihnen helfen, deutlicher zu erkennen, was Sie brauchen und was Sie wollen. Psychologische Gespräche unterstützen Sie bei Ihrer Suche nach Orientierung und Mut für Ihr weiteres Leben.

Paare

*„Trauer ist ein einsamer Vorgang. Manchmal stellen selbst eng verbundene Partner fest, dass sie sich beim Verlust eines Kindes nur beschränkt trösten können.“
(Susan Borg/Judith Lasker, Glücklose Schwangerschaft, 1996)*

Bei Eltern, die ein Kind verloren haben, steht die Beziehung unter einem enormen Druck. Besonders das erste Jahr nach dem Verlust erleben viele Paare als eine enorm schwierige Zeit.

Jeder muss mit dem Schmerz alleine fertig werden, oft bleibt da keine Kraft und Zeit mehr für den anderen. Die Bindung einer Mutter ist durch die Schwangerschaft, durch die körperliche Verbundenheit eine andere als die des Vaters. Die Tiefe des Schmerzes über den Verlust ist umso größer, je stärker die Bindung war.

Für Frauen bedeutet der Verlust eines Kindes während der Schwangerschaft oder kurz nach der Geburt oft auch den Zusammenbruch ihrer gesamten Lebensplanung. Sie haben sich vielleicht ganz auf die Mutterschaft eingerichtet, ihre Arbeit aufgegeben...

Männer stehen auch unter bestimmten gesellschaftlichen Erwartungen. Sie müssen am Arbeitsplatz funktio-

nieren. Niemand gesteht ihnen dort eine lange Trauerzeit zu.

Frauen und Männer drücken das Gefühl der Trauer oft unterschiedlich aus. Traurigkeit, Angst, Einsamkeit, Verzweiflung und Ärger erleben beide Partner. Meistens haben die Frauen ein größeres Bedürfnis, diese Gefühle auszuleben. Viele Männer versuchen, diese Gefühle eher nicht zu zeigen und wieder „zu funktionieren“. Sie beschäftigen sich oft weniger lang mit dem Verlust und weichen häufiger einem Gespräch über das tote Kind aus (vgl. Kahmann 2001). Dieses Verhalten vieler Männer interpretieren Frauen oft als mangelnde Liebe oder Gleichgültigkeit. Vielleicht verstehen sie nur die „Sprache der Trauer“ ihres Mannes nicht, die so anders ist, als die ihre. Wird von den Männern auch noch erwartet, dass sie für ihre Frau eine Stütze sind, so sind sie doppelt belastet. Denn sie „meinen, ihr die Traurigkeit nehmen zu müssen“ und zeigen ihre eigene Traurigkeit nicht (Lothrop 2014). „Freunde und Familien vergessen oft, dass der Mann nicht nur der Partner einer trauernden Mutter, sondern selbst ein trauerndes Elternteil ist“ (Borg/Lasker 1996).

Probleme im gemeinsamen Erleben von Sexualität können auftreten. Es können Ängste vor einer erneuten Schwangerschaft und möglichen weiteren Verlusten aufkommen. Es kann

das Lustempfinden verloren gegangen sein. Solche Reaktionen sind vollkommen normal. Die Partner sollten miteinander über ihre Ängste und Gefühle sprechen. Sie sollten miteinander Geduld haben und einander nicht bedrängen.

Für Paare kann es eine große Bereicherung sein, wenn sie in der „Zeit des Verstummens und des Rückzugs“ wieder ins Gespräch miteinander kommen.

Dennoch darf man nicht erwarten, dass nur der Partner stark genug ist, um in der Zeit der Trauer eine Stütze zu sein. Auch FreundInnen können zuhören und unterstützen. Außerdem kann keiner immer stark sein.

Während dieser Zeit sind zum Teil verschiedenste Untersuchungen notwendig. Für viele Frauen ist es eine Erleichterung, wenn ihr Partner sie dabei begleitet. Auch im Krankenhaus haben viele Frauen den Wunsch, dass ihr Partner dabei ist. Diese Begleitung und Unterstützung der Frau ist sowohl in der gynäkologischen Praxis als auch im Krankenhaus kein Problem.

Für alle Bereiche einer Partnerschaft ist es wichtig, dass die Partner über ihre Gefühle, Sorgen, Gedanken miteinander reden können. Nur so kann das Paar neue Lebensentwürfe für ihre Zukunft entwickeln.

Geschwister

So notwendig das Verstehen des Todes ist, so unterschiedlich sind die Annäherungen und der Umgang von Kindern mit dem Tod.

Abhängig von ihrem Alter und ihrem Entwicklungsstand sind die Reaktionen von Kindern auf die Erfahrung des Todes sehr verschieden. Wir dürfen als Eltern nicht die Empfindsamkeit unserer Kinder unterschätzen. Ein derart schmerzhaftes Ereignis können wir nicht vor unseren Kindern verheimlichen. Je länger wir versuchen, unsere Kinder vor der Realität zu schützen, umso ängstlicher und unsicherer werden sie, da sie die Gefühle und Verhaltensweisen der Eltern nicht verstehen können.

Oft wollen Kinder das tote Baby sehen. In vielen Kliniken hat man damit sehr positive Erfahrungen gemacht. Kinder haben noch einen unbefangenen Umgang mit dem Tod. Wenn sie das tote Baby berühren oder halten wollen, ist das nur natürlich. Allerdings ist es wichtig, dass die Eltern dabei sind und es unterstützen. Außerdem muss Kindern erklärt

werden, dass das Baby keine Schmerzen hatte und dass niemand für den Tod verantwortlich ist.

Jedes Kind ist anders. Reden Sie mit jedem Geschwisterkind einzeln. Erklären Sie in einfachen Worten, was passiert ist. Fragen Sie nach, was das Kind verstanden hat. Versuchen Sie, auf Fragen so verständlich wie möglich zu antworten. Lassen Sie die Trauer der Kinder zu.

Kinder unter drei Jahren haben noch keine Vorstellung vom Tod. Sie haben noch keine Vorstellung von Zeit und von der Vergänglichkeit. Sie selbst trauern nicht um den Verlust des Babys, sie sind traurig, weil sie die Traurigkeit der Eltern spüren.

Zur Verarbeitung dieser für das Kind schwierigen Atmosphäre zu Hause braucht es viel liebevollen Körperkontakt mit den Eltern.

Kinder von ca. drei bis ca. sechs Jahre begreifen die Unwiderruflichkeit des Todes ebenfalls noch nicht. Sie trennen noch nicht zwischen Realität und Fantasie. Sie leben in einer

Welt der Magie. In dieser Welt ist ihre Lieblingspuppe genauso menschlich wie sie selbst. In dieser Welt sind sie machtvoll und können in ihrem Fantasiespiel alles sein.

Auch für sie ist es wichtig, dass die Eltern liebevoll mit ihnen umgehen. Besonders wichtig ist die klare und für das Kind verständliche Aussage der Eltern, dass das Kind überhaupt keine Schuld am Tod des Babys hat. Es könnte sonst passieren, dass das Kind sich selbst die Schuld gibt, weil es vielleicht den Wunsch hatte, dass es kein Geschwisterkind bekommt, oder weil es vielleicht böse auf die Mutter war ...

Fragen Sie Ihr Kind, ob es bei der Beerdigungs- oder Abschiedsfeier dabei sein möchte. Schließen Sie es nicht von vornherein aus. Vielleicht kann es sogar selbst einen Teil gestalten.

Kinder ab ca. sechs Jahre begreifen, dass der Tod einen Abschied für immer bedeutet.

Bis zum Alter von ca. neun Jahren sollte den Kindern immer deutlich gesagt werden, dass nichts, was sie gedacht, gesagt oder getan haben, schuld am Tod des Babys ist.

Kinder ab ca. neun Jahren begreifen Tod und die eigene Sterblichkeit.

Lassen Sie Ihren Kindern den Ausdruck von Trauer, unterdrücken Sie nicht die Gefühle. Trauer braucht Zeit und Raum, um verarbeitet zu werden.

Abschiedsrituale

In unserem Alltag finden sich viele Rituale, die wir vielleicht gar nicht mehr als solche erkennen, wie z.B. die Art der Begrüßung, Tauffeier, Geburtstagsfeier, Schultüte am ersten Schultag, Junggesellenabschied, Heirat, Begräbnis etc. Rituale erleichtern uns den Übergang von einem Lebensabschnitt in den nächsten.

In unserer Gesellschaft gibt es leider nicht für alle wichtigen Ereignisse im Leben eines Menschen bestimmte Rituale. Besonders für die Zeit, in der eine Geburt mit dem Tod zusammenfällt, gibt es kaum Zeremonien, die helfen, diese Gefühle zu leben.

Es ist eine lautlose Geburt (nach dem englischen Wort „stillbirth“), denn das Baby kündigt mit keinem Schrei seine Ankunft an. So wird die Ankunft und der Tod ihres Babys für viele Eltern unwirklich, nicht erkennbar und damit oft auch nicht begreifbar. Dies hat schwerwiegende Folgen für die Bewältigung der Trauer. „Denn es ist so schwierig für Eltern,

um ein totes Kind ohne Namen, ohne Grab, ohne greifbare Erinnerung zu trauern“ (Wehkamp, zit. nach Nijs 2003).

Ein Abschiedsritual ist eine individuell gestaltete Handlung, in der die trauernden Personen ihre Gefühle und Gedanken zum Ausdruck bringen. „Rituale dienen als Wegweiser und Verhaltensmaßstäbe in Krisenzeiten, wenn Körper, Geist oder Seele angegriffen sind. Der Akt des Rituals ermöglicht es den Menschen, Erfahrungen miteinander zu teilen und einander sichtbar zu unterstützen“ (Achterberg, zit. nach Nijs 2003). Wenn vor oder um die Geburt herum ein Kind verloren wird, ist eine Familie häufig mit Gefühlen konfrontiert, die sie so noch nicht erlebt hat. Dies betrifft sowohl das Chaos der unterschiedlichsten Emotionen als auch deren Intensität.

Ein bewusst geplanter Ritus ist hilfreich für den Weg aus der tiefen Trauer heraus in eine hellere Zukunft. Das Ritual kann den

Menschen wieder mit seiner Kraft verbinden und zeigt auch, dass die Betroffenen nicht völlig hilflos sind. Dadurch wirkt ein Abschiedsritual heilend.

Einige Beispiele für mögliche Rituale

Begegnung

Vor einem Kontakt mit dem toten Baby schrecken viele Eltern zurück. Sie haben Angst davor, eine Fehlbildung oder einfach einen toten Körper anzuschauen, anzugreifen. Vielleicht brauchen Sie nur etwas Zeit. Bitten Sie das Krankenhauspersonal, Ihr Kind noch einen Tag ruhig hinzulegen. Oder lassen Sie es sich zuerst von einer anderen Person beschreiben. Ihr Kind zu sehen, es mit den eigenen Augen wahrzunehmen, es zu berühren, vielleicht im Arm zu halten, gibt Ihnen die Möglichkeiten zu begreifen. Auch wenn alles still ist, ist es real.

Bei Missbildungen haben das Krankenhauspersonal und die Eltern oft Angst, den Anblick nicht ertragen zu können. Die Praxis hat gezeigt, dass „Fehlbildungen oft nicht wahrgenommen werden oder zumindest nicht im Mittelpunkt der Betrachtung stehen, sondern Eltern verweilen bei dem, was an ihrem Kind schön und einzigartig ist und bewahren das in ihrem Herzen“ (Lothrop 2014). Geschwisterkinder sollten auf die Fehlbildung des Babys vorbereitet

werden. Wichtig dabei ist, den Kindern zu sagen, dass diese Fehlbildung dem Baby nicht wehgetan hat und dass niemand daran Schuld hat.

Wenn Sie als Eltern sich nicht überwinden können, bitten Sie jemand anderen, der/die in der Lage ist, für Sie zu schauen oder der für Sie Fotos oder einen Film machen kann. Nur für den Fall, dass Sie später doch wissen möchten, wie Ihr Baby aussah. Dann gibt es jemanden, der es Ihnen beschreiben kann.

Namen

Dass ein Kind einen Namen erhält, ist das Normalste auf der Welt. Bei einem lebend geborenen Kind ist es eine der ersten Fragen, die den Eltern gestellt wird. Dieser natürliche Umgang mit dem Namen geht verloren, wenn das Kind tot zur Welt kommt. Unterschiedliche Studien belegen, dass viele Mütter ihren toten Babys einen Namen gegeben haben, sie haben ihn nur nie gegenüber ihrer Umwelt ausgesprochen. „Wenn Eltern einem totgeborenen oder perinatal gestorbenen Kind einen Namen geben, machen sie damit deutlich, dass ein Mensch gestorben ist, dass es nicht um den Verlust eines Schwangerschafts-Produktes geht“ (Nijs 2003).

Ein Name macht das Kind realer. Es kann seinen Platz in der Familie einnehmen. Es wird auch für Verwandte und FreundInnen der Familie fassbar.

Bei einer Fehlgeburt kann es für die Mutter/die Eltern eine Entlastung sein, wenn ein Name ausgesucht wird, auch wenn diese Kinder offiziell keinen Namen erhalten. Diesen Namen können sie dann auch bei einer eventuellen Abschiedsfeier nennen.

Taufe

(oder Segnung mit Namensgebung) Für manche Eltern ist es wichtig, dass ihr Kind bewusst in einem religiösen Ritual in Gottes Hände gelegt wird. Bei einem lebend geborenen Baby ist nach kirchlichem Recht eine Taufe jederzeit möglich.

Ist das Kind bereits tot, kann dieses Sakrament nicht mehr gegeben werden. SeelsorgerInnen können dann das verstorbene Kind mit Weihwasser segnen und ihm die Hände auflegen, um es gemeinsam mit den Eltern ins neue Leben bei Gott zu begleiten. Sie helfen den Eltern, Geschwistern und FreundInnen, sich von ihrem Kind zu verabschieden.

Für viele Eltern ist es ein schönes Andenken an ihr verstorbene Kind, wenn sie für die Taufe so wie für jedes andere Kind eine Taufkerze, Taufkette... vorbereiten.

Andenken

Für diese Kinder haben die Eltern nur wenige, manchmal gar keine gelebten Erinnerungen. Diese „Leere“ macht es Eltern besonders schwer, ihre Trauer zu beenden. Die möglichen Andenken sind natürlich vom Alter des Kindes abhängig.

Schriftlicher Beleg:

Bereits bei einer Fehlgeburt (Abort) ist es möglich, einen schriftlichen Beleg für die Existenz eines Kindes zu erhalten. Die Mutter/Eltern erhält/erhalten keine offiziellen Dokumente. Deshalb sollte die Mutter darauf achten, dass der Mutter-Kind-Pass auf der Geburtsseite abgeschlossen wird.

Bei einer Totgeburt wird der Name des Kindes nur im Sterbebuch beurkundet. Möchten die Eltern auch eine Beerdigung, müssen sie den notwendigen Beerdigungsschein beim zuständigen Standesamt holen.

Persönliches Andenken:

- Ein Andenken an das Baby kann die „Bettkarte“ mit den Daten des Kindes und seinem Namen sein oder das „Identifikationsband“ des Kindes.
- Vielleicht ist das Kind mit Haaren geboren worden, dann könnte eine Haarlocke als Andenken mitgenommen werden.
- Im Krankenhaus könnte man auch mit einem Stempelkissen einen Abdruck von der Hand oder vom Fuß des Kindes machen.

- Die Decke, in die das Kind gewickelt war, könnte ebenfalls ein Andenken sein.
- Eine Fotografie des toten Kindes oder einen kurzen Film über die gemeinsame Zeit mit diesem Kind.
- Mit einem Foto (oder Film) hat/haben die Mutter/Eltern eine sehr reale Erinnerung. Auch wenn der Gedanke eines Fotos zunächst fremd ist, berichten viele Betroffene, wie sehr ihnen ein Foto ihres toten Kindes bei der Verarbeitung der Trauer geholfen hat. Auch gegenüber Verwandten und Bekannten wird die Existenz des Kindes, das viele nie gesehen haben, Wirklichkeit.

Wenn Sie es selbst nicht machen möchten, bitten Sie jemand anderen darum. In manchen Krankenhäusern wird dies auch bereits angeboten.

Wenn Sie selbst diese Andenken nicht sofort haben möchten, vielleicht gibt es jemanden, der diese zunächst für Sie aufbewahren kann. Zu einem späteren Zeitpunkt können Sie dann immer noch entscheiden, ob Sie diese besitzen möchten oder nicht.

Begräbnis

Wenn Geburt und Tod zusammenfallen, dann bedeutet dies für die Eltern den Zusammenbruch ihrer Pläne und Hoffnungen. Anstelle einer Tauffeier oder eines Begrüßungsfestes müssen sie für ihr Kind eine Beerdigung

organisieren, es statt in eine Wiege in einen Sarg legen (vgl. Bernhard/Kellner/Schmid 2003).

Die jeweiligen Gemeinden als Erhalter der Friedhöfe praktizieren einen unterschiedlichen Umgang mit gestorbenen Babys.

Wenn Sie ein eigenes Begräbnis wünschen, müssen Sie dies dem Krankenhauspersonal ausdrücklich mitteilen. Zusätzlich müssen Sie sich mit Ihrer Heimatpfarre und dem Begräbnisinstitut in Verbindung setzen. Der/die jeweilige KrankenhausesseelsorgerIn unterstützt Sie gerne bei all Ihren Fragen.

Wenn für Sie kein eigenes Begräbnis möglich ist, gibt es in Vorarlberg die Möglichkeit, dass Ihr Kind bei dem Frühverstorbenenfriedhof des Landeskrankenhauses Rankweil beigesetzt wird. Das Gemeinschaftsbegräbnis findet jeweils im März/April und Oktober jeden Jahres statt. An diesem Begräbnis können alle betroffenen Eltern, unabhängig von ihrer Religionszugehörigkeit, auch Konfessionslose, teilnehmen.

Jährlich im November wird ein Gedenkgottesdienst für die verstorbenen Kinder zelebriert.

Kontaktadresse:

Krankenhausesseelsorge
LKH Feldkirch
Carinagasse 45, 6800 Feldkirch
Telefon 05522/303-0
seelsorge@lkhf.at

Wenn zwischen Mutter und Kind, zwischen Vater und Kind eine Bindung entstanden ist, ist der Wunsch nach einer würdevollen Beerdigung selbstverständlich. Die Intensität der Beziehung ist nicht abhängig von der Dauer der Schwangerschaft. Eine Verabschiedung des toten Kindes bei einer Beerdigung oder mit Hilfe eines anderen Abschiedsrituals hilft den Eltern, ihre Trauer zu verarbeiten.

- Römisch-Katholische-Kirche
Ein Begräbnis eines getauften Kindes ist jederzeit möglich. Stirbt vor der Taufe ein Kind, welches die Eltern aber taufen lassen wollten, ist mit dem Seelsorger des Wohnortes Kontakt aufzunehmen.

- Evangelische Kirche
Hier gibt es diesbezüglich keine speziellen Vorschriften. Es soll den Wünschen und Vorstellungen der Eltern entsprochen werden.

- Islamischer Glaube
Eine Beerdigung mit dem islamischen Ritual der Waschung und mit Gebeten ist immer möglich, wenn das Baby einen Laut von sich gegeben hat. Wenn das Kind im Mutterleib gestorben ist, gibt es kein religiöses Beerdigungsritual.

- Konfessionslos
Ein Begräbnis nach eigenen Vorstellungen und Wünschen ist auf Gemeindefriedhöfen möglich. Der Verein „Abschied in Würde“ bietet die Gestaltung der Trauerfeier allen an, die es wünschen.

Kontaktadresse:

Verein „Abschied in Würde“,
Kornfeld 32, 6840 Götzis
Telefon 0664/460 64 91
verein@abschied-in-wuerde.at

Einfach zum Nachdenken

Fragen, die für Sie vielleicht wichtig sind – oder auch nicht

Schwangerschaft und Geburt

- Welche Ängste und Sorgen ruft das Wissen um mein totes Baby in mir hervor?
 - Auf welche Fragen brauche ich eine Antwort?
 - Wer kann mir darauf Antworten geben?
 - Mit wem möchte ich jetzt reden oder einfach nur zusammen sein?
 - Darf ich mein Kind in mir lieben, auch wenn ich es so schnell wieder verliere?
 - Was sind meine Wünsche für eine Geburt?
Das Krankenhauspersonal erfüllt gerne die individuellen Wünsche. Sie müssen nur geäußert werden.
 - Wenn sich diese Wünsche ändern, wem kann ich dies mitteilen?
- Welche Fragen habe ich zum weiteren Verlauf, zum weiteren Ablauf?
 - Welche Ängste habe ich?
 - Was traue ich mich nicht auszusprechen?
 - Welche Medikamente möchte ich bekommen, was nicht?
 - Möchte ich Beruhigungsmittel oder Schmerzmittel bei der Geburt?
Viele Frauen berichten, dass die Einnahme von Schmerz- anstelle von Beruhigungsmitteln ihnen die spätere Verarbeitung der Trauer erleichterte.
 - Wen möchte ich bei der Geburt dabei haben?
 - Welchen Rahmen wünsche ich mir für die Geburt und für den Abschied meines Kindes?
(siehe Abschiedsrituale)

- Was muss ich dafür noch mit dem Krankenhaus besprechen?
Wenn möglich ein Einzelzimmer, später vielleicht ein Zimmer auf der normalen gynäkologischen Abteilung statt auf der Wochenstation; einen Raum und Zeit zum Abschiednehmen, Kontaktmöglichkeit mit meinem Kind...

- Wer kann mich bei diesen Gesprächen unterstützen?

- Wie viel Zeit brauche/n ich/wir allein mit meinem/unserem Kind?
Jeder darf sein Kind bei sich haben, solange man es wünscht. Wenn man es möchte, ist es auch möglich, sein Kind am nächsten Tag nochmals zu sehen. Dies muss dem Krankenhauspersonal nur gesagt werden.

- Wer soll und würde es sich sicherlich wünschen, unser Kind auch kennen zu lernen?
Die Familie, Verwandte, FreundInnen, Pate/Patin...

- Welche Fragen habe ich zur Autopsie?
Möchte ich die Todesursache wissen, kann ich eine Einwilligung zur Autopsie zurücknehmen? Wem muss ich dies sagen?
Manchen Frauen/Eltern hilft es zu wissen, woran ihr Kind gestorben ist. Für eine spätere Schwangerschaft kann das Wissen darüber sehr erleichternd sein.

- Ist es vielleicht für mich besser, nicht sofort nach der Diagnose zu entscheiden, sondern mir Zeit zu lassen (wenn dies aus medizinischer Sicht möglich ist)?
Möchte ich erst nochmals nach Hause gehen und mit meinem Partner diese Diagnose besprechen.
Möchte/n ich mir/wir uns erst einmal Zeit lassen und dann den Zeitpunkt für einen Abbruch wählen. Möchten wir uns in Ruhe von unserem Kind verabschieden?

Trauer

- Wie drückt sich meine Trauer aus?
- Welchen Menschen kann ich meine Gefühle und Gedanken mitteilen?
- In welchen Bereichen finde ich mich wieder ganz gut zurecht, wo brauche ich Hilfe?
- Darf ich trotz Trauer in manchen Situationen Freude empfinden?
- Wie beeinflusst meine Trauer mich in meinen unterschiedlichen Rollen als PartnerIn, Mutter, Vater, Berufstätige/r, Hausfrau...?

Abschiedsrituale

- Name, Taufe, Segnung, Andenken, Begräbnis
- Möchte ich, dass mein Kind einen Namen bekommt?
- Möchte ich, dass mein Kind getauft/gesegnet wird?
- Soll der/die bereits ausgesuchte Pate/Patin dabei sein?
- Möchte ich ein eigenes, ganz persönliches Ritual durchführen?
- Wie möchte ich dieses Ritual gestalten?
- Wer soll dabei anwesend sein?
- Möchte ich schriftliche und/oder persönliche Andenken?
Persönliche Erinnerungen können z.B. Briefe oder Gedichte sein, die ich an das Kind schreibe, oder ein Tagebuch, in dem ich die Gedanken und Gefühle dieser Zeit festhalte oder ...
- Möchte ich Fotos/einen Film von meinem Kind?
- Wer kann mich dabei unterstützen?
- Wie ist die rechtliche Situation meines Kindes, ist es bestattungspflichtig oder nicht?

- Wenn ja, wie möchte ich die Beerdigung gestalten?
- Wenn nein, was sind meine Wünsche für die Gestaltung des Abschieds?
- Möchte ich meinem Kind die bereits ausgesuchten Babykleider anziehen?
Wenn diese zu groß sind, kann man auch Puppenkleider kaufen.
- Möchte ich es selbst in eine weiche Decke hüllen?
- Möchte ich es selbst in den Sarg betten?
- Möchte ich bzw. mein/e PartnerIn den Sarg selbst tragen?
- Mit wem möchte ich die Beerdigung/den Abschied feiern?
- Welche Texte, welche Lieder, welche Symbole usw. würden uns gut tun?
Möchten die Geschwister dem Baby vielleicht ein persönliches Andenken mitgeben? Eine Zeichnung, eine Puppe...

Paare

- Wie unterschiedlich tief hatte sich die Bindung zu unserem Kind entwickelt?
- Deute ich die nicht so starke Bindung meines Mannes an das Kind als Gleichgültigkeit?
- Wo sind wir auch sonst als Partner unterschiedlich, wie zeigt sich diese Unterschiedlichkeit in unserer Art zu trauern?
- Kann ich meinem/meiner PartnerIn zugestehen, auf seine/ihre Art und Weise zu trauern?
- Was sind meine Bedürfnisse im Bereich der Sexualität?
Was würde mir gut tun, was nicht?
- Wenn wir bisher nicht wirklich miteinander reden konnten, kann ich es vielleicht mit einem Brief an meine/n PartnerIn probieren?

Kinder und Tod

- Wie erklären wir unserem Kind dieses Ereignis?
Welche Geschichten, Bilder, Situationen aus dem Leben des Kindes können mir dabei helfen?
(siehe Literaturliste)
- Brauche ich Hilfe, um mit meinem Kind über den Tod zu reden?
- Wer könnte mich unterstützen?
Verwandte, Bekannte, KrankenhauseselsoergerIn, Hebamme, Pfarrer, PsychologIn...
- Wie hat mein Kind darauf reagiert?
Jede Reaktion ist möglich und normal.
- Wie möchte mein Kind Abschied nehmen?
Das Baby sehen, berühren, gemeinsame Fotos...
- Wie kann/können ich/wir mit meinem/unserem Kind, trotz Trauer, schöne und glückliche Zeiten erleben?

Erläuterungen der Begriffe und rechtliche Bestimmungen

1. Lebendgeburt

„Als lebendgeboren gilt unabhängig von der Schwangerschaftsdauer eine Leibesfrucht dann, wenn nach dem vollständigen Austritt aus dem Mutterleib entweder die Atmung eingesetzt hat oder irgendein anderes Lebenszeichen erkennbar ist, wie Herzschlag, Pulsation der Nabelschnur oder deutliche Bewegungen willkürlicher Muskeln, gleichgültig, ob die Nabelschnur durchgeschnitten ist oder nicht oder ob die Plazenta ausgestoßen ist oder nicht“ (Auszug aus dem Österreichischen Hebammengesetz /1994).

Von einer **Frühgeburt** spricht man, wenn das Kind vor Beendigung der 37. Schwangerschaftswoche geboren wird.

Rechtliche Bestimmungen

Dokumente

Das zuständige Standesamt bekommt binnen zwei Tagen vom Krankenhaus die Anzeige zugestellt.

Anschließend sollte binnen einer Woche ein Elternteil mit sämtlichen Personaldokumenten beider Elternteile zum Standesamt gehen, um eine Geburtsurkunde und eine Sterbeurkunde ausstellen zu lassen. Die Daten eines nicht mit der Mutter verheirateten Vaters sind hier automatisch enthalten.

Namen

Auch wenn das Kind kurz nach der Geburt gestorben ist, bekommt ein lebendgeborenes Kind immer einen Namen. Dieser wird in die Geburtsurkunde eingetragen.

Mutterschutz

Bei einer vom Arzt/von der Ärztin bestätigten Frühgeburt sind 12 Wochen Mutterschutz möglich. Die Dauer von insgesamt 16 Wochen bleibt auch erhalten, wenn das Kind in dieser Zeit stirbt.

2. Fehlgeburt (Abort)

In der Medizin spricht man von einem „Abort“, einer Fehlgeburt, wenn es während der Schwangerschaft zu einem vorzeitigen Ausstoß des Embryos oder des Fetus kommt. Der Fetus ist zu diesem Zeitpunkt noch nicht lebensfähig.

Man unterscheidet zwischen einer frühen (bis einschließlich 16. Schwangerschaftswoche) und einer späten Fehlgeburt (nach der 17. Schwangerschaftswoche und einem Gewicht unter 500 Gramm).

Voraussetzung ist, dass das Kind keinerlei Lebenszeichen wie Atmung, Herzschlag oder Nabelschnurpulsation aufweist.

Zeigt sich zumindest eines dieser Lebenszeichen, spricht man von einer Frühgeburt.

Krampfartige Schmerzen und Blutungen sind meist der Beginn einer Fehlgeburt.

Rechtliche Bestimmungen

Dokumente

Die Todesbescheinigung wird direkt vom Krankenhaus an die betreffenden Behörden geschickt. Die Eltern erhalten keine Dokumente und müssen auch nicht zum Standesamt gehen.

Möchten die Eltern einen schriftlichen Beleg über ihr Kind, sollte darauf geachtet werden, dass der Mutter-Kind-Pass auf der Geburtsseite abgeschlossen wird.

Name

Offiziell können diese Kinder keinen Namen erhalten.

Für viele ist es dennoch entlastend, wenn sie ihrem Kind einen Namen geben, den sie dann auch bei einer eventuellen Abschiedsfeier nennen können.

Ein Begräbnis ist nicht in jedem Bundesland möglich. In Vorarlberg können Eltern ihre Fehlgeburt unabhängig vom Entwicklungsstand ihres Kindes bestatten lassen. Die Bestattungsunternehmen haben für diese Kinder ganz kleine Säрге. Wenn eine Beerdigung nicht möglich ist, kann es dennoch hilfreich sein, sich mit einer persönlichen Feier zu verabschieden, dabei kann auch ein symbolischer Platz für das Kind gewählt werden oder man pflanzt z.B. einen Baum, einen Busch etc.

Mutterschutz

Vor der 28. Schwangerschaftswoche gibt es keinen Anspruch auf eine Schutzfrist.

Über einen Krankenstand entscheidet der Arzt/die Ärztin.

3. Totgeburt

Die Totgeburt ist eine Sonderform des Aborts. Wenn es zu keinen Blutungen oder Wehen kommt, das Kind aber ab der 28. Schwangerschaftswoche in der Gebärmutter gestorben ist und über 500 Gramm wiegt, dann spricht man von einer Totgeburt.

Wenn ein Fetus im zweiten oder dritten Drittel der Schwangerschaft stirbt, muss eine Geburt eingeleitet werden. Steht der errechnete Geburtstermin kurz bevor, wird in den meisten Fällen abgewartet, ob sich die Wehen von selbst einstellen.

Vielen Frauen ist es unheimlich, etwas Totes in sich zu tragen. Oft kommt die Angst vor einer Vergiftung noch dazu. Diese Angst ist unbegründet. Solange die Fruchtblase geschlossen ist, können sich keine Bakterien ansiedeln und es können auch keine Gifte entstehen. Der Wunsch nach einem Kaiserschnitt, mit dem das tote Baby sofort aus dem Leib genommen wird, ist oft eine erste ganz spontane Reaktion. Die Entbindung durch eine normale Geburt kann emotional sehr belastend sein. Dennoch berichten viele der betroffenen Frauen, dass für sie das Erlebnis der Geburt eine gute Erfahrung war.

Rechtliche Bestimmungen

Dokumente

Das Kind wird nur im Sterbebuch beurkundet. Für ein Begräbnis muss der notwendige Beerdigungsschein beim zuständigen Standesamt geholt werden.

Die Daten eines nicht mit der Mutter verheirateten Vaters sind hier nicht automatisch enthalten. Wenn der Vater dies möchte, muss er persönlich beim Standesamt seine Vaterschafts- anerkennung bekannt machen.

Namen

Seit 1999 kann man den Vornamen in das Sterbebuch eintragen lassen.

Mutterschutz

Bei einer Totgeburt haben Sie Anspruch bis acht Wochen ab Geburt (immer 16 Wochen insgesamt, die noch nicht verbrauchte Zeit vor der Geburt wird hinten angehängt).

Bei einer erschwerten Geburt (z.B. Kaiserschnitt, Mehrlingsgeburt,...) haben Sie Anspruch auf bis zu 12 Wochen ab der Geburt.

Literaturverzeichnis

Bernhard, Marlies; Kellner, Doris; Schmid, Ursula (2003):
Wenn Eltern um ihre Babys trauern. Impulse für die Seelsorge – Modelle für Gottesdienste.
Herder Verlag.

Borg, Susan; Lasker, Judith (1996):
Glücklose Schwangerschaft. Rat und Hilfe bei Fehlgeburt, Totgeburt und Missbildungen.
Ullstein Sachbuch.

Canacakis, Jorgos (2002):
Ich sehe deine Tränen. Trauern, Klagen, Leben können.
Kreuz Verlag.

de Saint-Exupéry, Antoine (2008):
Der kleine Prinz.
70. Aufl., Verlag Karl Rauch.

Kahmann, Ulf (2001):
Trauerarbeit nach Totgeburt. Einfluss von Selbsthilfegruppen.
Dissertation.

Lothrop, Hannah (2014):
Gute Hoffnung – jähes Ende.
Fehlgeburt, Totgeburt und Verluste in der frühen Lebenszeit. Begleitung und neue Hoffnung für Eltern.
18. aktualisierte Aufl., Kösel Verlag

Nijs, Michaela (2003):
Tauern hat seine Zeit. Abschiedsrituale beim frühen Tod eines Kindes.
2. überarbeitete und erweiterte Aufl., Hogrefe Verlag.

Wehkamp, Karl-Heinz (2011).
In: Künzer-Riebel, Barbara; Lutz, Gottfried:
Nur ein Hauch von Leben.
Eltern berichten vom Tod ihres Babys und von der Zeit ihrer Trauer.
6. veränderte Aufl., Kaufmann Verlag.

Büchertipps

Bücher für Erwachsene

Der frühe Verlust eines Kindes

Bewältigung und Hilfe bei Fehl-, Totgeburt und Plötzlichem Kindstod
Beutel Manfred E., Hogrefe 2002
 Das Buch soll Betroffenen Bewältigungsmöglichkeiten bei Fehl-, Totgeburt und Plötzlichem Kindstod aufzeigen sowie umfassend informieren.

Ich begleite dich durch deine Trauer

Lebensfördernde Wege aus dem Trauerlabyrinth
Canacakis Jorgos, Kreuz Verlag 2013
 Ein hilfreiches kleines Begleitbuch in Trauerzeiten für einen schöpferischen Umgang mit Verlust, Trennung und Abschied. Ideen zur Selbsthilfe, leicht verständliche und sensible Anleitungen. Der Unterschied zwischen „lebenshemmender“ und „lebensfördernder“ Trauer wird deutlich.

Auf der Suche nach den Regenbogentränen

Heilsamer Umgang mit Abschied und Trennung
Canacakis Jorgos, Bassfeld-Schepers

Annette, C. Bertelsmann 2007

Die AutorInnen beschreiben einen heilsamen Umgang mit Abschied und Trennung. Sie haben dabei eine ungewöhnliche Herangehensweise gefunden, die es dem/der LeserIn erlaubt, sich den eigenen Trauergefühlen zu nähern, sie zu verstehen und auszudrücken.

Der kleine Prinz

de Saint-Exupéry Antoine, Verlag Karl Rauch 2008
 Die Welt des „Kleinen Prinzen“ ist voller Geheimnisse, Wunder und Überraschungen. Ein kleines Buch voller großer Hoffnungen – ein Buch der Freundschaft und Menschlichkeit.

Du hast kaum gelebt

Trauerbegleitung für Eltern, die ihre Kinder vor oder kurz nach der Geburt verloren haben
Fleck-Bohaumilitzky Christine, Fleck Christian (Hrsg.), Kreuz Verlag 2006
 Dieses Buch versteht sich als Trauerbegleitung für Eltern, die ihre Kinder vor oder kurz nach der Geburt verlo-

ren haben. Es kommen dabei unmittelbar Betroffene zu Wort, aber auch Menschen, die in ihrem Beruf immer wieder mit Tod und Trauer konfrontiert sind.

Trauern

Phasen und Chancen des psychischen Prozesses
Kast Verena, Kreuz Verlag 2015
 Dieses Buch zeigt, dass Tod und Abschiednehmen Schicksal sind, aber zugleich auch eine Aufgabe, die gemeistert werden soll und kann. Ein Buch für alle, die Trauernde begleiten wollen und auch selbst trauern.

Gute Hoffnung, jähes Ende

Fehlgeburt, Totgeburt und Verlust in der frühen Lebenszeit. Begleitung und neue Hoffnung für Eltern.
Lothrop Hannah, Kösel Verlag 2014
 Dieses einfühlsame Buch will Eltern durch ihre schmerzliche Erfahrung hindurch begleiten, und zeigen, wie andere sie dabei unterstützen können. Es enthält Informationen, praktische Hilfen und Übungen. Viele persönliche Berichte vermitteln Betroffenen das Gefühl, dass Heilung und Trost möglich sind.

Nur ein Hauch von Leben

Eltern berichten vom Tod ihres Babys und der Zeit ihrer Trauer
Lutz Gottfried, Künzler-Riebel Barbara (Hrsg.), Kaufmann Verlag 2011
 Dieses Buch beschäftigt sich mit dem Tod von Kindern vor, während und

kurz nach der Geburt. Mit Erfahrungsberichten und Fachbeiträgen – u.a. von Verena Kast (Psychologin), Dr. K. H. Wehkamp (Gynäkologin), G. Lutz (Theologe), B. Künzler-Riebel (Elternselbsthilfe Regenbogen) – ist es ein kompetenter Gesprächspartner für alle, die mit dem frühen Tod eines Kindes zu tun haben oder selbst davon betroffen sind.

Trauern hat seine Zeit

Abschiedsrituale beim frühen Tod eines Kindes
Nijs Michaela, Hogrefe Verlag 2003
 Einfühlsam und verständnisvoll erläutert die Autorin den Trauerprozess nach dem frühen Tod eines Kindes, zeigt die heilsame Wirkung von Abschiedsritualen auf und macht deutlich, dass Trauern seine Zeit braucht.

Vier minus Drei

Wie ich nach dem Verlust meiner Familie zu einem neuen Leben fand
Pachl-Eberhart Barbara, Integral 2010
 Die Autorin erzählt auf sehr eindrückliche Weise, wie sie nach dem Tod ihres Mannes und ihrer Kinder zu einem neuen Leben fand.

Verlust, Trauer und neue Freude

Wie Abschiednehmen gelingt
Sammer Ulrike, Klett-Cotta 2010
 Dieses Buch beschreibt verschiedene Phasen der Trauer und unterstützt dabei, Verlusterfahrungen ins Leben zu integrieren. Die Autorin bringt

neben ihren psychologischen Kenntnissen auch eigene Erfahrungen mit ein.

Um Kinder trauern

Eltern und Geschwister begegnen dem Tod
Wiese Anja,
Gütersloher Verlagshaus 2009
 Dieses Buch zeigt, wie wichtig gelebte Trauer ist, und wendet sich dabei an betroffene Eltern und Geschwister. Zudem bieten Rituale, Fachbeiträge und Erfahrungsberichte wertvolle Orientierung.

Stand: Juli 2015

Bücher für Kinder

Großmutter

Hübner Franz, Höcker Kirsten,
Neugebauer Verlage 2002
 Oma Marie war schon weit über siebzig, aber für ihren Enkel Tommy war sie wie eine ältere Spielkameradin. Doch eines Abends erzählt sie ihm, dass sie nicht mehr lange zu leben hat. Ein schönes Gleichnis, das viele traurige Kinder trösten wird.

Der Drache mit den roten Augen

Lindgren Astrid, Wikland Ilon,
Oetinger 1986
 Dieses Buch erzählt die Geschichte des kleinen roten Drachens, den die Geschwister eines Tages im Schwei-

nestall vorfinden. Die Kinder übernehmen die tägliche Fütterung des Drachenkinds, da die Muttersau sich weigert, ihm zu trinken zu geben. An jenem Tag, an dem der Drache die rote Abendsonne zum ersten Mal sieht, fliegt er singend und glücklich davon und verschwindet für immer. Aber den Kindern bleibt er noch lange in Erinnerung.

Im Land der Dämmerung

Lindgren Astrid,
Törnqvist Marit, Oetinger 2007
 Die Geschichte von Herrn Lilienstengel, der während der Dämmerstunde nachsieht, ob es Kinder gibt, die ins Land der Dämmerung wollen. Da ist es nämlich wunderbar. Im Land der Dämmerung ist eine der empfindsamsten Geschichten Astrid Lindgrens. Sie handelt von einem kleinen Jungen, der tapfer versucht, mit einer schweren Erkrankung fertig zu werden.

Die besten Beerdigungen der Welt

Nilsson Ulf, Eriksson Eva,
Moritz Verlag 2013
 Ester, Putte und Ulf gründen an einem langweiligen Tag ein Beerdigungsinstitut. Für alle toten Tiere, die sonst keiner beachtet, wollen sie die besten Beerdigungen der Welt ausrichten. Ein ernsthaftes Buch über Leben und Tod, das gleichsam präzise wie humorvoll ist.

Adieu, Herr Muffin

Nilsson Ulf, Tidholm Anna-Clara,
Moritz Verlag 2002
 Herr Muffin, ein alt gewordenes Meerschweinchen, steht am Ende seines Lebens. Der natürliche Gang der Dinge nimmt seinen Lauf... Ein Bilderbuch über den Umgang mit Traurigkeit und Sterben, mit einer wundervollen Portion Humor.

Abschied von der kleinen Raupe

Saalfrank Heike, Goede Eva,
Echter 2010
 Schmatz, die kleine Raupe stirbt, noch bevor die kleine Schnecke Schmierle sie fragen konnte, was sie denn damit meinte, als sie sagte, ihr Raupenleben würde sich ändern. Schmierle will wissen, was das ist – gestorben zu sein. Die alte weise Schnecke Lale erklärt ihm, dass Sterben heißt, ein anderes Leben anzufangen an einem anderen Ort. Ein schönes Bilderbuch für Kinder.

Ein Himmel für Oma

Schneider Antonie, Gotzen-Beek
Betina, Copenrath 2010
 Eines Morgens sitzt Chaja, Omas kleiner gelber Vogel, nicht mehr auf ihrer Stange. Chaja ist krank und wenig später stirbt sie. „Musst du auch einmal sterben?“, fragen die Kinder besorgt ihre Oma. Oma nickt.

Und was kommt dann?

Das Kinderbuch vom Tod
Stalfelt Pernilla, Moritz Verlag 2013
 Ein „Aufklärungsbuch“ das sich mit dem Tod beschäftigt. Die Autorin beschreibt auf sehr kindernahe Weise, was sie über den Tod weiß. Sachlich, aber nicht humorlos werden viele Fragen rund um den Tod geklärt.

Leb wohl, lieber Dachs

Varley Susan,
Annette Betz Verlag 2009
 Der Dachs war immer zur Stelle, wenn eines der Tiere ihn brauchte. Den Frosch hatte er Schlittschuhlaufen gelehrt, den Fuchs Krawattenknoten schlingen. Die Tiere reden oft von der Zeit, als der Dachs noch lebte. Und mit dem letzten Schnee schmilzt auch ihre Traurigkeit dahin. Es bleibt die Erinnerung, die sie wie einen Schatz hüten.

Stand: Juli 2015

Kontaktadressen**Persönliche Beratung****Institut für Sozialdienste****ifs Beratungsstelle Bregenz**

Dipl.-Psych. Brunhilde Reichl
St. Anna Str. 2
6900 Bregenz
Telefon 05-1755-510
bregenz@ifs.at

ifs Beratungsstelle Bregenzerwald

Impulszentrum
Gerbe 1135
6863 Egg
Telefon 05-1755-520
bregenzerwald@ifs.at

ifs Beratungsstelle Dornbirn

Kirchgasse 4b
6850 Dornbirn
Telefon 05-1755-530
dornbirn@ifs.at

ifs Beratungsstelle Hohenems

Franz Michel Felder-Str. 6
6845 Hohenems
Telefon 05-1755-540
hohenems@ifs.at

ifs Beratungsstelle Feldkirch

Ganahl Areal
Schießstätte 14
6800 Feldkirch
Telefon 05-1755-550
feldkirch@ifs.at

ifs Beratungsstelle Bludenz

Innovationszentrum
Klarenbrunnstr. 12
6700 Bludenz
Telefon 05-1755-560
bludenz@ifs.at

Hebammen vor Ort

Namen erfährt man im Krankenhaus oder bei der Schwangerschaftsgymnastik; auch der Vater kann sich an die Hebammen wenden. Teilweise haben sie auch eine spezielle Schulung zu diesem Thema gemacht.

Hospitzbewegung Vorarlberg

Telefon 05522/200-1100
hospitz@caritas.at

KrankenhauselserInnen

In jedem Landeskrankenhaus gibt es SeelsorgerInnen, bitte fragen Sie bei Ihrem jeweiligen Krankenhaus nach.

Telefonische Beratung**Telefonseelsorge Vorarlberg**

Telefon 142 (0-24 Uhr)

Internetberatung**ifs –Internet –Beratung**

Anonyme Beratung
www.ifs.at

Weitere Möglichkeiten

Das Krankenhaus vor Ort
Der/die eigene GynäkologIn

Internet & E-Mail**Ein kleines Leben**

Diana Sicher-Fritsch & Thomas Fritsch
Für Menschen, die mit uns Kontakt aufnehmen möchten!
einkleinesleben@denk-art.at

Verwaiste Eltern

mit vielen Tipps
http://www.veid.de

Maximilian Projekt

Internetforum, Chat für Betroffene und ExpertInnen
http://www.maximilianprojekt.de/

Initiative Regenbogen

Kontaktkreis für betroffene Eltern
Mit vielen Links zu speziellen Seiten
http://www.initiative-regenbogen.de/

Schmetterlingskinder

Mit Platz für Texte an Sternenkinder,
Photogalerien, Links und Chats
http://www.schmetterlingskinder.de/

Engelskinder

Mit Diskussionsforen, Geschichten,
Gedichten und einer Gedenkseite für Kinder
http://www.engelskinder.ch/

Initiative Regenbogen Österreich

www.shg-regenbogen.at

Initiative „Stille Geburt“

Unterstützung für Eltern, deren Kinder während der Schwangerschaft, Geburt oder im ersten Lebensjahr verstorben sind
www.stille-geburt.net

Verein für Eltern chromosomal geschädigter Kinder „Leona e.V.“

Mit Kontakten, Krankheitsbildern, usw.
http://www.leona-ev.de

Stand: Juli 2015

wir helfen weiter

