

# Stille Geburt

Für Mütter und Väter, deren Kind während der Schwangerschaft, bei der Geburt oder im ersten Lebensjahr gestorben ist



„Wenn du bei Nacht den  
Himmel anschaust, wird es  
dir sein, als lachten tausend  
Sterne, weil ich auf  
einem von ihnen wohne,  
weil ich auf einem von  
ihnen lache.  
Und wenn du dich getröstet  
hast, wirst du froh sein, mich  
gekannt zu haben!“

Antoine de Saint-Exupéry



## **Liebe Mutter, lieber Vater!**

Der Tod eines Kindes ist die schmerzhafteste Erfahrung, mit der Eltern in ihrem Leben konfrontiert werden. Um diesen Schicksalsschlag zu bewältigen, ist es wichtig zu wissen, welche Erfahrungen andere Menschen in dieser Lebenslage gemacht haben und was ihnen während der Trauer um den Tod ihres Kindes Trost gegeben hat.

Hier setzt auch diese Broschüre an, die für Mütter und Väter, deren Kind während der Schwangerschaft, bei der Geburt oder im ersten Lebensjahr gestorben ist, eine erste Hilfestellung bietet. Die meisten Betroffenen erleben in dieser schwierigen Lebensphase ein Chaos an unterschiedlichen Gefühlen, müssen aber gleichzeitig oft wichtige Entscheidungen treffen. Entscheidungen, die später oft nicht mehr rückgängig gemacht werden können. Daher finden Sie in dieser Broschüre nicht nur wichtige Informationen zu diesen Themen, sondern auch kompetente Ansprechpartner/innen.

Ich wünsche Ihnen in diesen schweren Stunden viel Kraft und hoffe, dass Sie trotz der tiefen Trauer um Ihr Kind möglichst rasch wieder neuen Lebensmut schöpfen können.

### **Reinhold Mitterlehner**

*Bundesminister für Wirtschaft,  
Familie und Jugend*



# INHALT

<b>„STILLE GEBURT“ – TOTGEBURT ODER SPÄTE FEHLGEBURT.....</b>	<b>3</b>
Was kann vor, während und nach der Geburt hilfreich sein .....	3
Frühe Fehlgeburt .....	4
Medizinisch indizierter Schwangerschaftsabbruch.....	4
Vorhersehbarer Tod nach der Geburt .....	4
<b>BEERDIGUNGSMÖGLICHKEITEN UND ABSCHIEDSZEREMONIEN..</b>	<b>5</b>
Jedes Kind kann bestattet werden .....	5
Beerdigung im Sammelgrab .....	5
Beerdigung im Familiengrab/Kindergrab .....	5
Trauerfeier .....	5
<b>RECHTLICHE GRUNDLAGEN – DIE RECHTE IHRES KINDES.....</b>	<b>6</b>
Namensrecht .....	6
Begriffsdefinitionen (lt. Hebammengesetz 28.04.1994) .....	6
Standesamt .....	7
Mutterschutz .....	7
Finanzamt .....	7
<b>TRAUERARBEIT - WO FINDEN SIE HILFE? .....</b>	<b>8</b>
Hebammenhilfe zu Hause .....	8
Website .....	9
Trauerseminare .....	9
Lebensübergänge gestalten .....	9
Rituale und symbolische Handlungen .....	9
Trauerbegleitung .....	9
Psychotherapie .....	10
Worldwide Candle Lighting .....	10
Trauer der Geschwisterkinder und Partner .....	11
<b>WEBSEITEN.....</b>	<b>12</b>
<b>LITERATURLISTE .....</b>	<b>13</b>

# „STILLE GEBURT“ – TOTGEBURT ODER SPÄTE FEHLGEBURT

## WAS KANN VOR, WÄHREND UND NACH DER GEBURT HILFREICH SEIN

Reden Sie mit Ihrer Hebamme und Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt, besprechen Sie den Geburtsverlauf, lassen Sie sich Zeit, um es überhaupt fassen zu können. Versuchen Sie die Geburt so zu gestalten, wie Sie es sich immer gewünscht haben. Äußern Sie Ihre Wünsche, Ängste und Unklarheiten.

In den meisten Fällen wird eine natürliche Geburt angestrebt und von einem Kaiserschnitt abgeraten.

Wenn die Geburt Ihres Babys medikamentös eingeleitet wird, dauert es oft viele Stunden, bis die Geburtswehen beginnen. Sie können nach Rücksprache mit dem behandelnden Team das Krankenhaus nach Diagnosestellung nochmals verlassen und mitbestimmen, wann für Sie der richtige Zeitpunkt gekommen ist, die Wehen einzuleiten, und ob Sie während der Geburt Schmerzmittel benötigen.

Wir empfehlen Ihnen, in dieser Zeit das Buch von Hannah Lothrop „Gute Hoffnung, jähes Ende“ oder von Michaela Nijs „Trauern hat seine Zeit“ zu lesen (fragen Sie Ihre Hebamme danach). Die Zeit bis zur Geburt kann sehr lange dauern, lassen Sie sich von jemandem begleiten (Partner, Familienangehörige, Freunde, ...). Nützen Sie diese Stunden, um Vorbereitungen für die Zeit nach der Geburt zu treffen (Fotoapparat, Babykleidung zum Anziehen, Kerzen).

Unserer Erfahrung nach ist es von großer Bedeutung, wenn Sie Ihr Kind begrüßen, es ansehen, kennenlernen und in den Arm nehmen. So können Sie sich auch von Ihrem Kind verabschieden.

Verbringen Sie soviel Zeit mit Ihrem Kind, wie Sie möchten. Wenn für Sie der richtige Zeitpunkt gekommen ist, können Sie Ihr Kind in Hebammenhände geben. Das kann nach zwei Stunden oder erst am nächsten Tag sein.

Aus langjähriger Erfahrung mit betroffenen Eltern wissen wir, dass später niemand bereit, sein Kind gesehen und gehalten zu haben. Vielleicht wollen Sie Ihr Baby einen Tag später noch einmal ohne bewusstseinsstrübende Medikamente sehen, um eine klarere Wahrnehmung von Ihrem Kind zu haben.

Wenn Sie sich nicht trauen, Ihr Kind anzusehen, so können Sie eine vertraute Person bitten, es für Sie zu tun, oder Ihre Hebamme soll Ihnen Ihr Baby beschreiben. Bitten Sie, dass Fotos gemacht werden, welche Sie später anschauen können, oder fotografieren Sie Ihr Baby selbst.

Erinnerungen wie ein Fuß- oder Handabdruck, eine Haarlocke oder das Tuch, in das Ihr Baby eingewickelt war, erleichtern Ihnen den Trauerprozess.

Auch der Mutter-Kind-Pass ist ein Erinnerungsstück und ein Dokument, welches von der Hebamme oder von Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt ausgefüllt wird.

Ihre Angehörigen haben selbstverständlich auch die Möglichkeit Ihr Baby kennenzulernen. Wenn Sie schon Kinder haben, empfehlen wir Ihnen, dass sie diese miteinbeziehen. Da Kinder einen ganz natürlichen Umgang mit dem Tod haben, wünschen sie meistens ihr Geschwisterchen kennenzulernen. Dies sollten Sie ihnen ermöglichen.

Sie können Ihr Kind segnen oder nottaufen lassen. Wenden Sie sich bitte an die Krankenhausesseelsorge. Die Namensgebung für Ihr Kind kann auch ihr ganz eigenes Ritual sein und kann von Ihnen selbst oder von der Hebamme durchgeführt werden.

**Haben Sie den Mut all die Möglichkeiten die Ihnen wichtig sind vom betreuenden Team einzufordern.**

### **FRÜHE FEHLGEBURT**

Wenn Ihr Baby in den ersten 12 Schwangerschaftswochen gestorben ist, wird üblicherweise eine Curettage durchgeführt. Es besteht jedoch die Möglichkeit einen Spontanabgang (eine „kleine Geburt“) abzuwarten. Nehmen Sie sich genügend Zeit, um eine Entscheidung zu treffen. Wenn es keine medizinischen Gründe gibt, ist es nicht notwendig, sofort eine Curettage durchführen zu lassen. Nach einer Curettage ist es nicht möglich, Ihr Kind zu sehen, somit gibt es kaum Erinnerungsstücke. Es kann nochmals ein Ultraschallbild für Sie ausgedruckt werden, um ein letztes Bild von Ihrem Kind zu erhalten, das Sie in eine Erinnerungskarte einkleben, dort können Sie auch den Namen dazuschreiben. Wir empfehlen Ihnen sehr, Ihrem Kind einen Namen zu geben.

### **MEDIZINISCH INDIZIERTER SCHWANGERSCHAFTSABBRUCH**

Durch die pränatale Diagnostik (Amniozentese, Chorionzottenbiopsie, Ultraschalluntersuchung) können schwerwiegende Anomalien des Kindes bereits während der Schwangerschaft festgestellt werden (z. B. Down Syndrom).

Wenn Sie selbst über das Leben oder den Tod Ihres Kindes entscheiden und so die Verantwortung dafür tragen müssen, macht es die Not größer und den Trauerprozess komplizierter. In dieser Situation ist es ganz besonders wichtig, gute Begleitung in Anspruch zu nehmen. Lassen Sie sich von Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt und einer Hebamme Ihres Vertrauens genauestens beraten und entscheiden sie sich für den Abbruch nicht unmittelbar nach der Diagnosestellung. Sie sollten nicht auf einen persönlichen Beistand verzichten und schon im Vorhinein Ihre persönliche Begrüßung und Verabschiedung planen.

### **VORHERSEHBARER TOD NACH DER GEBURT**

Wenn durch die pränatale Diagnostik oder nach der Geburt festgestellt wird, dass Ihr Kind nur kurze Zeit leben wird, ist es sehr wichtig, diese kostbare Zeit mit Ihrem Kind zu verbringen und bleibende Erinnerungen zu schaffen. Sie können Ihr Kind berühren, streicheln, anschauen, halten und in der kurzen Zeit, die Ihnen zu zweit oder als Familie bleibt, das Leben und Sterben Ihres Kindes miterleben, auch wenn es sehr, sehr traurig ist.



## BEERDIGUNGSMÖGLICHKEITEN UND ABSCHIEDSZEREMONIEN

In jedem Bundesland gibt es ein eigenes Bestattungsgesetz. In Wien, Niederösterreich, Burgenland, Salzburg, Steiermark und Vorarlberg besteht für fehl- und totgeborene Kinder eine Bestattungspflicht. In Kärnten und Oberösterreich und Tirol besteht für totgeborene Kinder eine Bestattungspflicht, für fehlgeborene Kinder ein Bestattungsrecht.

In öffentlichen Krankenanstalten obliegt die Totenbeschau den Pathologen/innen. In manchen Krankenhäusern können Sie mitentscheiden, ob Sie Ihr Kind obduzieren lassen möchten. Nach Absprache mit der Prosektur können Sie Ihr Kind nochmals sehen.

### JEDES KIND KANN BESTATTET WERDEN

Durch die Beerdigungszeremonie wird der Tod als Realität bestätigt. Ein markiertes Grabes gibt den Betroffenen einen Ort, an dem Trauer ausgelebt werden kann. Wenn das Kind nicht von den Eltern beerdigt wird, muss das Krankenhaus dafür Sorge tragen. Falls es zu keiner Beerdigungszeremonie kommt, ist es dennoch für Eltern wichtig, dass sie wissen, wohin ihr Kind gekommen ist, weshalb Sie sich darüber genau informieren sollten. Nicht jedes Krankenhaus hat ein Sammelgrab, wo das Kind bestattet werden kann.

### BEERDIGUNG IM SAMMELGRAB

Wenn Ihr Kind in einem Sammelgrab bestattet wird, haben Sie nicht überall die Möglichkeit, bei der Bestattung anwesend zu sein und eine Trauerfeier oder Verabschiedung mitzugestalten. Sie kön-

nen jedoch Blumen und Kerzen bei der Grabstätte abstellen. Wenden Sie sich dazu bitte an die zuständige Friedhofsverwaltung.

### BEERDIGUNG IM FAMILIENGRAB/ KINDERGRAB

Sie können Ihr Kind auch ins Familien- oder in ein Kindergrab legen. Die Kosten sind je nach Bestattungsart verschieden hoch. Ein sehr kleines Kind kann in eine Überurne oder in eine Schatulle gelegt werden. Überurnen und Schatullen gibt es in jedem Bestattungsinstitut.

### TRAUERFEIER

Die Möglichkeiten einer individuellen Trauerfeier oder Verabschiedung sind vielfältig. Besprechen Sie Ihre Wünsche mit Ihrem/Ihrer Bestatter/in.

Sie können beispielsweise Kinderlieder singen, Worte zum Abschied sprechen, ein Gedicht vorlesen oder auch das Grab mit Luftballons dekorieren bzw. diese aufsteigen lassen.

Der Vater oder ein Angehöriger kann den Sarg oder die Schatulle selbst tragen. Nach Rücksprache mit dem/der Bestatter/in kann der Sarg in der Verabschiedungshalle nochmals geöffnet werden, um Ihr Kind ein letztes Mal zu sehen.

Wenn Sie ein kirchliches Begräbnis mit Einsegnung möchten, können Sie natürlich eine Seelsorgerin/einen Seelsorger in die Feier einbeziehen.

## RECHTLICHE GRUNDLAGEN – DIE RECHTE IHRES KINDES

Die offizielle Sprache der Gesellschaft verwendet Fachwörter aus dem medizinischen Bereich wie zum Beispiel „Abortus“ für Ihr Kind, was für betroffene Eltern sehr befremdlich wirken und heftige Emotionen oder auch Schuldgefühle auslösen kann.

Im Englischen ist der Ausdruck für Totgeburt „stillbirth“ – die Stille Geburt. „Wenn ein Kind tot zur Welt kommt, ist es eine stille Geburt, eine lautlose Geburt, denn dieses Kind verkündet nicht mit einem ersten Schrei seine Ankunft in der Welt.“ (Michaela Nijs). Wir sind der Meinung, dass der Begriff „Stille Geburt“ auf sensible Weise ausdrückt, was passiert, wenn ein Kind tot geboren wird, und verwenden ihn daher in dieser Broschüre.

### NAMENSRECHT

Wenn Ihr Kind lebend geboren wird, bekommt es offiziell einen Vornamen und Nachnamen, der in die Geburtsurkunde eingetragen wird.

Wenn Ihr Kind tot geboren wird, bekommt es offiziell einen Vornamen, der auf die Urkunde für die Totgeburt eingetragen wird.

Wenn Ihr Kind weniger als 500 g wiegt, also als Fehlgeburt bezeichnet wird, bekommt es keinen Namen und es gibt keine Beurkundung.

**Damit Ihr Kind eine eigene Identität bekommt, empfehlen wir Ihnen sehr, ihm/ihr einen Namen zu geben. Es ist eine Erleichterung im Gespräch und in Ihrer Erinnerung, den Namen Ihres Kindes verwenden zu können.**

**BEGRIFFSDEFINITIONEN** (lt. Hebammengesetz 28.04.1994)

### 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 durchschnitten ist oder nicht oder ob die Plazenta ausgestoßen ist oder nicht.

### Totgeburt

Als „totgeboren“ oder in der Geburt verstorben gilt eine Leibesfrucht dann, wenn keines der oben genannten Zeichen erkennbar ist und sie ein Geburtsgewicht von mindestens 500 g aufweist.

### Fehlgeburt

Diese liegt vor, wenn bei einer Leibesfrucht kein Zeichen einer Lebendgeburt vorhanden ist und die Leibesfrucht ein Geburtsgewicht von weniger als 500 g aufweist.

*Jedes Leben ist in der Tat ein Geschenk, egal wie kurz, egal wie zerbrechlich. Jedes Leben ist ein Geschenk, welches für immer in unseren Herzen weiterleben wird.*

(Sandra Gould, Washington)

## STANDESAMT

### Totgeburt

Das Kind wird im Sterbebuch beurkundet. Das Standesamt stellt gebührenfreie Bescheinigungen für das totgeborene Kind aus und – falls gewünscht – eine gebührenpflichtige Urkunde. In die Urkunde wird der Vorname des Kindes eingetragen. Die Bescheinigung für das totgeborene Kind benötigen Sie für die Sozialversicherungsträger und den Arbeitgeber.

Diese Dokumente benötigen Sie:

- Eheliche Totgeburt: Heiratsurkunde der Eltern
- Uneheliche Totgeburt: Geburtsurkunde der Mutter

### Lebendgeburt (wenn das Baby nach der Geburt stirbt)

Das Kind wird im Geburtenbuch und im Sterbebuch beurkundet. Es werden zwei Geburtsbestätigungen und Geburtsurkunden sowie Todesbestätigungen und Sterbeurkunden ausgestellt (gebührenpflichtig). Auf den Urkunden wird der Vor- und Nachname des Kindes eingetragen.

Diese Dokumente benötigen Sie:

- Eheliche Geburt: Heiratsurkunde, Geburtsurkunden, Staatsbürgerschaftsnachweise, Nachweise über den akademischen Grad oder die Standesbezeichnung der Eltern.
- Uneheliche Geburt: Geburtsurkunde, Nachweis über den akademischen Grad oder die Standesbezeichnung, Staatsbürgerschaftsnachweis der Mutter.

Ist die Mutter verwitwet, außerdem die Heiratsurkunde der Mutter, Sterbeurkunde des Ehemannes der Mutter.

Ist die Mutter geschieden, außerdem die Heiratsurkunde, Scheidungsur-

teil, auf dem die Rechtskraft des Urteils vermerkt sein muss, Nachweis über die Wiederannahme eines früheren Familiennamens der Mutter.

Will der Vater die Vaterschaft anerkennen, benötigen Sie noch dessen Geburtsurkunde, Staatsbürgerschaftsnachweis und ggf. den Nachweis über den akademischen Grad oder die Standesbezeichnung.

### Fehlgeburt

Sie erhalten keine Dokumente und keine Bescheinigung und müssen daher auch nicht aufs Standesamt gehen. Der Mutter-Kind-Pass ist ein Dokument. Bitten Sie im Krankenhaus darum, dass er ausgefüllt wird.

### MUTTERSCHUTZ

Nach einer Fehlgeburt haben Sie leider keinen Anspruch auf Mutterschutz (Beschäftigungsverbot), können sich aber sofort vom Hausarzt krank schreiben lassen.

Nach einer Totgeburt oder wenn Ihr Kind nach der Geburt gestorben ist, haben Sie Anspruch auf Mutterschutz. Die Dauer des Wochengeldbezuges hängt von der Dauer des Mutterschutzes ab, bitte wenden Sie sich für Fragen zum Wochengeld an Ihren zuständigen Sozialversicherungsträger.

### FINANZAMT

Wenn Ihr Kind nach der Geburt stirbt, können Sie um Familienbeihilfe ansuchen. Es ist ein Antrag erforderlich. Die Familienbeihilfe wird vom Beginn des Monats gewährt, in dem die Voraussetzungen für den Anspruch erfüllt werden. Der Anspruch auf Familienbeihilfe erlischt mit Ablauf des Monats, in dem eine Anspruchsvoraussetzung wegfällt oder ein Ausschlussgrund hinzukommt (laut §10(2)FLAG).



## TRAUERARBEIT - WO FINDEN SIE HILFE?

### HEBAMMENHILFE ZU HAUSE

Gerade in Ihrem Fall ist die ambulante Nachbetreuung besonders wichtig, da Sie höchstwahrscheinlich das Krankenhaus so schnell wie möglich verlassen.

Die Aufgabe der Hebamme besteht darin, Sie in dieser schweren Zeit zu begleiten, Ihnen zuzuhören, einfach da zu sein und den Wochenbettverlauf zu kontrollieren.

Die Hebamme kann somit Ihre erste Ansprechpartnerin für zu Hause sein. Hebammenhilfe ist nicht kostenlos, aber eine Leistung der Sozialversicherungsträger. Wenn Sie die Leistungen einer Hebamme mit Kassenvertrag in Anspruch nehmen, werden die Kosten für eine bestimmte Anzahl von Hausbesuchen übernommen. Bei einer Wahlhebamme bekommen Sie einen Teil des zu bezahlenden Betrages rückerstattet. Wenn Sie möchten, können Sie Ihre Hebamme viel öfter als vorgesehen zu einem Hausbesuch bitten oder in die Hebammenordination kommen.

Allerdings müssen Sie diese Kosten zur Gänze selbst tragen. Diese Regelung gilt nur bei einem totgeborenen Kind oder beim Tod nach der Geburt. Sie können selbstverständlich auch nach einer Fehlgeburt Hebammenhilfe in Anspruch nehmen, allerdings ohne Rückvergütung durch die Sozialversicherungsträger.

### Wie finden Sie eine Hebamme in Ihrer Umgebung?

Im Krankenhaus liegen die Broschüren der freipraktizierenden Hebammen auf. Eine Liste der Kontaktpersonen finden Sie auf der Website [www.hebammen.at](http://www.hebammen.at)

### GEDENKFEIERN, GRAB- UND GEDENKSTÄTTEN

Einmal oder mehrmals im Jahr finden in den verschiedenen Pfarrgemeinden und Krankenhäusern Gedenk- bzw. Beerdigungsfeiern für stillgeborene Kinder statt. Bitte erkundigen Sie sich in der zuständigen Krankenhausseelsorge oder Pfarre wegen des genauen Termins.

In den nachfolgenden Orten werden regelmäßige Gedenk- und Abschiedsfeiern abgehalten und/oder es gibt Grab- und Gedenkstätten.

**Niederösterreich:** Horn | Baden | Melk | Wr. Neustadt | Amstetten | Hollabrunn | St. Pölten | Mistelbach (Pfarre St. Martin) | Schwechat (Waldfriedhof) | Waidhofen/Thaya | Waidhofen/Ybbs | Amstetten | LKH Scheibbs

**Wien:** 1220 - Pfarre St. Georg-Kagran | Zentralfriedhof (Babygrabfeld)

**Oberösterreich:** Konventhospital Barmherzige Brüder Linz | St. Barbara-Friedhof in Linz | Braunau/Inn | Ried/Innkreis | Bad Ischl | Gallneukirchen | Pfarrkirche Asten | Oo. Gesundheits- und Spitals-AG | LKH Schärding

**Kärnten:** Obermühlbach | St. Veit/Glan (Friedhof Obermühlbach) | Villach | Klagenfurt | Spittal/Drau | Friesach

**Burgenland:** Oberwart | KH der Barmherzigen Brüder Eisenstadt

**Tirol:** Zams | Innsbruck/Pradl (Friedhof Ost) | Söll | Bezirkskrankenhaus Schwaz

**Salzburg:** Salzburg (Kommunalfriedhof) | LKH Salzburg - Universitätsklinikum der PMU | St. Veit

**Steiermark:** Graz (Urnenfriedhof) | Judenburg

**Vorarlberg:** LKH Rankweil

Info: [www.stille-geburt.net](http://www.stille-geburt.net)

## WEBSITE

Auf der Website [www.stille-geburt.net](http://www.stille-geburt.net) finden Sie Informationen, die über diese Broschüre hinausgehen, aktuelle Termine von Trauerseminaren und Gedenkmessen, spezielle Beiträge (z.B. Trauer der Geschwisterkinder), Adressen von Institutionen und Ansprechpartner/innen sowie eine gut ausgewählte Bücherliste.

## TRAUERSEMINARE

Trauer ist die natürliche Antwort des Menschen auf jegliche Art von Verlust. Die Trauer will ausgedrückt, von der Gemeinschaft gesehen und gehört werden. Dadurch kann sie in einen heilenden und lebensfördernden Prozess übergehen.

Im Trauerseminar geht es darum sich selbst in seiner eigenen Trauer und den dazugehörigen Gefühle auszudrücken.

Damit ist die Möglichkeit gegeben, das verstorbene Kind als klare und positive Erinnerung der gemeinsam erlebten Zeit im Herzen zu behalten.

## LEBENSÜBERGÄNGE GESTALTEN

Lebensübergänge können wir bewusst gestalten und durchleben. Eine kraftvolle und heilsame Art dafür ist die „Visionssuche“. Sie ist ein uraltes, kulturübergreifendes Ritual, das dem Menschen ermöglicht, von einer Lebensphase in die nächste zu wechseln.

*Das Trauern ist ein Ritual, das die Seele reinigt. Es besitzt die Energie, die uns von hartnäckigen Regenwolken und offenen Wunden in unserem Leben befreien kann.*

(Sobonfu E. Somé)

## RITUALE UND SYMBOLISCHE HANDLUNGEN

Rituale und symbolische Handlungen haben eine nährenden und heilende Wirkung. Achten Sie auf Ihre Intuition, ob Sie bereit sind, ein Ritual alleine für sich und Ihre Familie zu gestalten oder ob Sie dafür professionelle Begleiter/innen in Anspruch nehmen möchten.

Einige Beispiele für Rituale und symbolische Handlungen als Begleitung in der Trauer:

- Beerdigungsfeier
- Trauer- und Gedenkfeier
- Übergangsrituale in der Natur.
- Gestalten einer Kerze
- Lieder singen
- Gedichte schreiben oder lesen
- Tücher bemalen (z.B. in das Ihr Kind eingewickelt war)
- Arbeiten mit Ton
- Gestalten von Gedenkbüchern
- Tagebuch schreiben, usw.

## TRAUERBEGLEITUNG

Die Trauerbegleitung findet im Einzelsetting oder in der Gruppe statt. Ziel ist es lebenshindernde Trauer in lebensfördernde Trauer umzuwandeln.

Durch Imaginationsreisen, kreativen Ausdruck (z.B. Malen oder Schreiben), Tanzen, symbolische Handlungen und Rituale, ganz individuell für Sie abgestimmt, wird die Trauer zum Nährboden für Ihr neues Wachstum.



## PSYCHOTHERAPIE

Psychotherapeutische Begleitung kann für die Einleitung des Gesamttrauerprozesses (schon im Krankenhaus) hilfreich sein. Sollten sich Monate oder Jahre später körperliche oder seelische Probleme zeigen (z.B. Schlafstörungen, Verlust des Lebenssinns) ist eine Psychotherapie zu empfehlen.

Beim **ÖBVP** (Österreichischer Bundesverband für Psychotherapie) können Sie Adressen von Psychotherapeut/innen in Ihrer Nähe finden.

[www.psychotherapie.at](http://www.psychotherapie.at)  
[www.psyonline.at](http://www.psyonline.at)

## WORLDWIDE CANDLE LIGHTING

Jedes Jahr am zweiten Sonntag im Dezember um 19:00 (in jeder Zeitzone) zünden weltweit Menschen für ihre verstorbenen Kinder, Geschwister oder Enkelkinder eine Kerze an. So wandert das Kerzenleuchten wie eine Lichterwelle um die ganze Welt und Sie können sich mit allen trauernden Eltern verbinden.

*Als alle Kerzen auf dem Altar brannten, für jedes unserer Kinder eine,  
da war plötzlich die gesamte Kapelle hell erleuchtet,  
als ob die Sonne aufgegangen wäre, und es wurde warm.  
In diesem Augenblick waren sie alle bei uns, unsere Kinder waren anwesend,  
für jeden spürbar.*

*(Andrea Spilka)*



## **TRAUER DER GESCHWISTERKINDER UND PARTNER**

Die Belastung für das System Familie ist enorm und wird leider unterschätzt. Statistisch gesehen folgt bei 80 % aller Partnerschaften auf den Tod eines Kindes eine ernsthafte Krise. Die Eltern können auf verschiedene – oft entgegengesetzte – Weise trauern.

Sie sind häufig unfähig, einander zu verstehen und zu helfen. Der eine fühlt sich durch die Trauer des anderen in seiner eigenen Art zu trauern direkt beeinträchtigt, was zu Auseinandersetzungen, Entfremdungen und schließlich zu Trennungen führen kann.

Es kommt dann zur Überforderung, wenn der Verlust durch Enttäuschungen über einen komplikationsreichen Schwangerschaftsverlauf, frühere, fehlgegan-

ne Schwangerschaften, Verlusterlebnisse anderer Natur oder ein dysfunktionales Beziehungsmuster kompliziert wird. Die gemeinsame Trauer birgt auch die Chance, eine Beziehung zu erneuern bzw. zu vertiefen.

Es ist eine Tatsache, dass Geschwisterkinder oft nicht die nötige Aufmerksamkeit, Zuwendung, Anteilnahme und Ehrlichkeit erhalten, die sie brauchen. Wenn Kinder in den Tod ihres Geschwisterkindes einbezogen werden, ihre Gefühle und Reaktionen offen zulassen dürfen und in ihrer Trauer ernst genommen werden, kann sich diese erste Begegnung positiv auf ihr ganzes weiteres Leben auswirken.

**Scheuen Sie sich nicht, für sich, Ihren Partner und Ihre Kinder professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen!**

*„Meine Mutter hat vor meiner Geburt ein Kind durch eine Fehlgeburt verloren. Es hat für mein Leben große Bedeutung gehabt, dass meine Eltern so offen mit dem Tod dieses Kindes umgegangen sind. (...) Es hat tiefe Spuren in mir hinterlassen, zu hören, wie würdevoll dieses Kind verabschiedet worden ist – die Erinnerung an diese Erzählungen meiner Eltern begleitet mich bis heute.“*

(Frau Z., ein nachfolgendes Geschwisterkind)



## WEBSEITEN:

[www.stille-geburt.net](http://www.stille-geburt.net)  
[www.kriseninterventionszentrum.at](http://www.kriseninterventionszentrum.at)  
[www.hebammen.at](http://www.hebammen.at)  
[www.notfallpsychologie.at](http://www.notfallpsychologie.at)  
[www.psychohelp.at](http://www.psychohelp.at)  
[www.karin-schnabl.net](http://www.karin-schnabl.net)  
[www.glueckloseschwangerschaft.at](http://www.glueckloseschwangerschaft.at)  
[www.verwaisteeltern.at](http://www.verwaisteeltern.at)  
[www.tiefimherzen.com](http://www.tiefimherzen.com)  
[www.trauerhilfe.at](http://www.trauerhilfe.at)  
[www.hospizbewegung-vorarlberg.at](http://www.hospizbewegung-vorarlberg.at)  
[www.TrauErleben.at](http://www.TrauErleben.at)  
[www.aspetos.at](http://www.aspetos.at)  
[www.caritas-wien.at](http://www.caritas-wien.at)  
[www.christineschubert.at](http://www.christineschubert.at)  
[www.sternenkind.info](http://www.sternenkind.info)  
[www.hospiz-stmk.at](http://www.hospiz-stmk.at)  
[www.besthelp.at](http://www.besthelp.at)  
[www.visionssuche.net](http://www.visionssuche.net)  
[www.psychotherapie.at](http://www.psychotherapie.at)  
[www.psyonline.at](http://www.psyonline.at)  
[www.trauernde-eltern.at](http://www.trauernde-eltern.at)  
[www.sonnenstrahl.org](http://www.sonnenstrahl.org)  
[www.trauerweile.at](http://www.trauerweile.at)  
[www.hebammenzentrum.at](http://www.hebammenzentrum.at)  
[www.muetterstudios.at](http://www.muetterstudios.at)  
[www.selbsthilfe.at](http://www.selbsthilfe.at)  
[www.tag-traum.at](http://www.tag-traum.at)  
[www.viennanet.at/VerwaisteEltern](http://www.viennanet.at/VerwaisteEltern)  
[www.spuren-im-leben.lamplmair.at](http://www.spuren-im-leben.lamplmair.at)  
[www.canacakis.de](http://www.canacakis.de)  
[www.veid.de](http://www.veid.de)  
[www.kindergrab.de](http://www.kindergrab.de)  
[www.fpk.ch](http://www.fpk.ch)  
[http://klinikseelsorge.tilak.at](http://http://klinikseelsorge.tilak.at)  
[www.herzschmerzade.at](http://www.herzschmerzade.at)



## LITERATURLISTE

### **Trauern hat seine Zeit**

*Abschiedsrituale beim frühen Tod eines Kindes*

Michaela Nijs

### **Gute Hoffnung, jähes Ende**

*Fehlgeburt, Totgeburt und Verluste in der frühen Lebenszeit*

Hannah Lothrop

### **Nur ein Hauch von Leben**

*Eltern berichten vom Tod ihres Babys und der Zeit der Trauer*

Gottfried Lutz, Barbara Künzer-Riebel

### **Unendlich ist der Schmerz**

*Eltern trauern um ihr Kind*

Julie Fritsch, Ilse Sherokee

### **Wenn Männer trauern**

*Über den Umgang mit Abschied und Verlust*

Wolfgang Müller-Commichau,  
Roland Schäfer

### **Ich begleite dich durch deine Trauer**

*Förderliche Wege aus dem Trauerlabyrinth*

Jorgos Canacakis

### **Über den Tod und das Leben danach**

Elisabeth Kübler-Ross

### **Tief im Herzen und fest an der Hand**

*Persönlicher Erfahrungsbericht*

Anna Jakob, Sigrid Franz, Klara Lenzen

### **Frohes Warten - früher Tod**

*Erfahrungen, Rituale, Trauerbegleitung*

Tomy Mullur, Andrzej Krzyzan

### **Lilly ist ein Sternenkind**

*Das Kindersachbuch zum Thema verwaiste Geschwister*

Heike Woler, Regina Masaracchia

### **Mitten im Leben (Heft 2)**

*Gedenkfeiern für Kinder, die während der Schwangerschaft, bei oder kurz nach der Geburt gestorben sind*

### **Und wenn du dich getröstet hast, ...**

*Bausteine für Begräbnis-, Abschieds- und Gedenkfeiern*

Mag. Martha Leonhartsberger

Beide Hefte beziehbar beim  
Behelfsdienst Pastoralamt Linz  
Kapuzinerstr. 84, 4020 Linz  
Tel. 0732-7610 DW 3813, Mail:  
behelfsdienst@dioezese-linz.at

### **Erinnerungsalben für stillgeborene Kinder**

„Egal wie allein und zerbrechlich ...“

„Und wenn du dich getröstet hast ...“

„Manchmal verlässt uns ein Kind ...“

von Heike Wolter,

[www.heikewolter.de](http://www.heikewolter.de)

### **Gedenkbuch „Erinnerungen an dich“**

*für stillgeborene Kinder*

von Klara Lenzen

[www.tiefimherzen.com](http://www.tiefimherzen.com)



## **IMPRESSUM**

Eigentümer, Herausgeber und Verleger:  
Bundesministerium für Wirtschaft, Familie und Jugend (Sektion II, Abteilung 6)  
1010 Wien, Franz-Josefs-Kai 51

Konzeption und Text: Hebamme Karin Schnabl und Prim. Dr. Sonja Gobara

Layout: Karin Jungmeier, RGB-Studio Jungmeier, St. Pölten

Überarbeitung: Claudia Goll, BMWFJ

Druck: Schmidbauer, Fürstenfeld

Erscheinungsjahr: 2011

Bestellmöglichkeit: Familienservice zum Nulltarif 0800 240 262

Broschüren erhalten Sie unter [bestellservice@bmfwj.gv.at](mailto:bestellservice@bmfwj.gv.at)

### **LIESE PROKOP PREIS 2009**

Karin Schnabl und Prim. Dr. Sonja Gobara wurde am 14. April 2009 der Liese Prokop Preis für die zehnjährige ehrenamtliche Tätigkeit in der Initiative „Nur ein Hauch von Leben“ verliehen.

Alle Rechte vorbehalten. Jede Verwertung (auch auszugsweise) ist ohne schriftliche Zustimmung des Medieninhabers unzulässig. Dies gilt insbesondere für jede Art der Vervielfältigung, der Übersetzung, der Mikroverfilmung, der Wiedergabe in Fernsehen und Hörfunk, sowie der Verarbeitung und Einspeicherung in elektronische Medien, wie z. B. Internet oder CD-Rom.

Irrtümer, Druck- und Satzfehler vorbehalten.

**Diese Broschüre erhalten Sie unter**  
**[bestellservice@bmwfj.gv.at](mailto:bestellservice@bmwfj.gv.at)**



**BUNDESMINISTERIUM FÜR  
WIRTSCHAFT, FAMILIE UND JUGEND**

1010 Wien | Franz-Josefs-Kai 51 | [www.bmwfj.gv.at](http://www.bmwfj.gv.at)



[www.stille-geburt.net](http://www.stille-geburt.net)

## Erinnerungen an mein Kind



Deine Hand, meine Hand, du berührst mich, ich berühre dich.  
Auch wenn wir getrennt sind, sind wir immer eins.

*(Julie Fritsch)*

Foto

Fuß- und Handabdruck

Haarlocke

---

Name

---

Geburtsdatum

---

Größe

---

Gewicht

---

meine Hebamme

---

meine Ärztin / mein Arzt