

Ein gänzlich anonymes Grab mag vielleicht für Sie nicht hilfreich sein. Es fehlt dann ein konkreter Ort für Ihre Trauer und Ihre Gestaltung. Sie haben Zeit zu überlegen. Auch die Beisetzung im Grab eines verstorbenen Angehörigen ist oft möglich.

Das Behältnis für ihr Kind kann von Ihnen angefertigt sein. Es gibt auch sehr schöne Behältnisse zur Wahl. Machen Sie viel selbst, Sie dürfen kreativ sein. Sie können Ihr Kind selber anziehen, aussuchen, worin es eingewickelt wird. Überlegen Sie, was Sie ihrem Kind mitgeben möchten: einen Brief, Bilder von Ihnen, den Geschwistern. Was Ihnen wichtig ist.

Gestalten Sie selber eine Geburts- und Todesanzeige. Machen Sie die Spuren ihres Kindes sichtbar. Es tut gut, Familie und Freunde teilnehmen zu lassen.

Sie sind in Trauer! Das darf auch der Kindergarten wissen. In dem Sie sich in Ihrer Trauer sichtbar machen, helfen Sie anderen, die unsicher sind, ob sie Sie ansprechen dürfen. Sie werden erstaunt sein, wie viele Ihr Schicksal mit Ihnen teilen.

## TRAUERFEIER

Für die Vorbereitung der Trauerfeier sollte Ihre Beteiligung im Mittelpunkt stehen. Schmücken Sie das Behältnis, den Mosekorb oder den Sarg Ihres Kindes mit Handabdrücken und Fotos. Schreiben Sie einen Brief, Geschwister können ein Bild malen, etwas aussuchen, was mit soll. Ihre Pastorin oder ihr Pastor vor Ort oder das Friedhofspfarramt werden Sie dabei unterstützen.

Unser Leben ist zerbrechlich, das haben Sie schmerzvoll erfahren. Und doch können Sie einiges in die eigenen Hände nehmen, damit Ihr Kind einen Ort hat und würdevoll und wertschätzend bestattet wird.

## WEITERE HILFEN

Die Arbeit mit einer Psychotherapeutin, die mit dem Thema vertraut ist, kann für beide Elternteile sehr hilfreich sein, ebenso eine Mutter- oder Eltern- Kind-Kur mit therapeutischen Gesprächen. Einladungen zu Lichterandacht und Gedenkgottesdiensten siehe [www.unsichtbare-eltern.de](http://www.unsichtbare-eltern.de).

### Erstellt von:

Pastorin Birgit Berg  
Sabine Brakemeier und Stefan Treu  
(für Svea)

### Herzgestaltung:

Team „unsichtbare Eltern“  
[www.unsichtbare-eltern.de](http://www.unsichtbare-eltern.de)

### Für Hinweise

[www.kirchliche-friedhoeft.de](http://www.kirchliche-friedhoeft.de)  
[www.friedhof-bramfeld.de](http://www.friedhof-bramfeld.de)



Pastorin Birgit Berg

### + Evangelisch-Lutherischer Kirchenkreis Hamburg-Ost

Pastorin Birgit Berg  
Friedhofspfarramt  
Trauerbegleitung und Bestattungskultur  
Mobil: 0176-114 320 63  
[b.berg@kirche-hamburg-ost.de](mailto:b.berg@kirche-hamburg-ost.de)  
[www.diakonieundbildung.de](http://www.diakonieundbildung.de)  
Rockenhof 1, 22359 Hamburg



## TOD AM ANFANG DES LEBENS

Wichtige Hinweise für Mütter, Väter und Familienangehörige, die den frühen Tod ihres Kindes zu beklagen haben

## BIS ZUR GEBURT

Liebe Eltern, wenn Sie dieses Blatt in den Händen halten, befinden Sie sich in der schwersten Erfahrung, die wir machen können. Sie gingen zur Untersuchung und „plötzlich ist alles ganz anders“. Ein Kind zu verlieren, ist das Schlimmste, was es gibt.

Sie befinden sich in einer Ausnahmesituation. Haben Sie Geduld mit sich, klar denken und handeln scheint kaum möglich. Trauen Sie sich trotzdem, alle Fragen zu stellen, die Ihnen in den Sinn kommen. Sprechen Sie alles aus und auch an mit Hebammen, Ärzten sowie Menschen Ihres Vertrauens. Hören Sie auf Ihr Innerstes! Ein späteres „Hätte ich doch“ können Sie jetzt verhindern. Nehmen Sie keine falsche Rücksicht auf vermeintliche Beschränkungen („Kann man das machen?“). Es ist mehr möglich, als man zunächst denkt.

Vielleicht gehen Sie, im Rahmen ärztlicher Einschätzung, zunächst wieder nach Hause. Sollte Ihr Kind in Ihrem Bauch gestorben sein, bedeutet dies keine Gefahr für Sie. Und Körper und Seele tut es gut, wenn Sie sich sammeln und ankommen können, in dem, was Ihnen gerade geschieht. Das Abschiednehmen beginnt vor der Geburt, lassen Sie sich Zeit, um Ihren eigenen Weg zu finden.

Auch eine „stille Geburt“ ist eine Geburt. Bei allem seelischen Schmerz ist es, eine wichtige Erfahrung, diese Geburt zu erleben. Es ist verständlich, dass Sie „es“ schnell hinter sich haben möchten (Kaiserschnitt, Vollnarkose). Doch, so paradox es auch klingt, das Gegenteil wird Ihnen auf lange Sicht gut tun.

## NACH DER GEBURT

Die Zeit mit Ihrem Kind ist kostbar – Begrüßung und Abschied fallen zusammen. Damit Sie später ein „Hätte ich doch!“ nicht bedrückt, möchten wir Sie auf ein paar Ideen bringen.

## IHR KIND ANSCHAUEN?

Wenn Sie sich zunächst nicht vorstellen können, Ihr Kind anzuschauen, ist das nur zu verständlich. Für die meisten in Ihrer Situation war es jedoch eine gute Erfahrung, die sie nicht missen wollen. Es ist Ihr Kind und hat schon eine Weile mit Ihnen gelebt. Es ist eine tiefe Beziehung zwischen Ihnen entstanden. Die Beziehung wird bleiben, Ihre Liebe auch. Sie können sich jederzeit anders entscheiden. Nach der Geburt wird sich einiges in Ihnen verändern. Achten Sie auf Ihre innere Stimme.

Haben Sie keine Angst vor der Begegnung mit ihrem Kind. Es ist Ihr Kind und wird wunderschön sein. Ihre Liebe ist da. Sie wird Ihnen helfen. Betrachten Sie es als Geschenk, Ihr Kind zu begrüßen, zu würdigen und wahrzunehmen.

Schauen Sie genau hin. Es hat Sie zu Mutter und Vater gemacht. Vielleicht finden Sie Familienähnlichkeiten. Haben Sie einen Namen? Jetzt können Sie eine Namensgebung machen. Möchten Sie Segen und Gebet, fragen Sie nach der Seelsorge im Haus. Hüllen Sie Ihr Kind in ein Tuch, das Ihnen gefällt. Meist können Sie es auch selber anziehen, oder die Hebamme macht es und Sie sehen zu. Bitten Sie, dass Hand- und Fußabdrücke Ihres Kindes gemacht werden. Meist bekommen Sie diese auf einer Karte mit nach Hause.

In jedem Fall kann es sehr hilfreich sein, wenn Sie Bilder von Ihrem Kind machen oder machen lassen. Viele möchten ihre Bilder später nicht missen.

Jetzt ist es möglich, dafür zu sorgen.

All das Genannte wird Ihnen helfen zu „begreifen“, was so plötzlich geschehen ist.

Für Kinder mit mindestens 500 Gramm Geburtsgewicht wird eine Geburtsurkunde ausgestellt. Darauf kann der Vater selbst dann eingetragen werden, wenn die Eltern nicht verheiratet sind. Für Kinder, die ohne Lebenszeichen unterhalb dieses Gewichts zur Welt gekommen sind, kann auf Wunsch der Eltern neuerdings eine standesamtliche Bescheinigung ausgestellt werden. Bei Mehrlingen wird unabhängig vom Geburtsgewicht die Geburt aller Kinder beurkundet, sofern mindestens eines von ihnen mindestens 500 Gramm gewogen oder Lebenszeichen gezeigt hat. Sie sollten Ihr Kind so oft und so lange sehen können, wie Sie möchten, und sich Zeit zum Abschied nehmen. Schwestern und Hebammen bringen Ihnen gerne Ihr Kind. Auch nach Tagen sieht Ihr Kind noch fast unverändert aus.

Geben Sie Ihren Eltern, Kindern, Verwandten und Freunden die Möglichkeit, sich ebenfalls von Ihrem Kind zu verabschieden, sie werden Ihnen später dankbar sein.

Bei einer Entscheidung über eine pathologische Untersuchung / Obduktion kann es für Sie hilfreich sein, im Gespräch mit einem Arzt zu klären, was gemacht werden würde und welche Erkenntnisse gewonnen werden können.

Es ist ein schwerer Weg, den Sie gehen. Bitten Sie die Seelsorge, Sie auf diesem Weg zu begleiten.

## WIEDER ZU HAUSE

Bevor Sie wieder nach Hause kommen, könnten Sie eine Person Ihres Vertrauens bitten, vorher Nachbarn und andere Personen, denen Sie begegnen könnten, zu informieren, um unangenehme Erklärungen zu vermeiden. Sie können auch mitteilen, welche Reaktion Sie sich wünschen oder vorstellen. Wenn Sie über Ihren Verlust sprechen möchten, nehmen Sie keine falsche Rücksicht auf Ihre Umwelt. Diese muss das jetzt aushalten und hat nur so die Chance, Trost zu spenden. Scheuen Sie sich nicht, Hilfe anzunehmen und auch andere um Gefallen zu bitten.

Sie müssen aber auch damit rechnen, dass Menschen, von denen Sie sich Trost erhofft haben, keine Reaktion zeigen. Sie werden jedoch auch von hilfreichen Gesten und Worten überrascht werden, wo Sie es nicht erwartet haben.

Auch bei einer frühen Geburt haben Sie Anspruch auf die anschließende häusliche Betreuung durch eine Hebamme. Die Nachsorge-Hebamme sollte mit dem Thema vertraut sein. Ab einem Geburtsgewicht von 500g erhalten Sie auch Mutter-schutz.

## BEERDIGUNG

Ihr Kind kann auf Ihren Wunsch unabhängig vom Geburtsgewicht immer beerdigt werden. Sie entscheiden über Ort, Gestaltung und Kosten. Fragen Sie auf Friedhöfen oder dem Friedhofspfarramt (Tel. 0176 114 32063) nach, welche Möglichkeiten es für Ihr Kind gibt.

Hier einige Möglichkeiten gegen Spende oder Gebühr:

Der „Lichtergarten“ – Bramfelder Friedhof, hier können still geborene Kinder unter 500 g in einem eigenen Behältnis erdbestattet werden. Auch um den Lichtergarten herum gibt es alle weiteren Bestattungsmöglichkeiten.

Das „Möwenfeld“ – Friedhof Rahlstedt, auch hier können still geborene Kinder unter 500 g in einem eigenen Behältnis erdbestattet werden.

Kindergrabfeld - Friedhof Öjendorf, nicht bestattungspflichtige Kinder werden gemeinsam eingäschert und in einer Urne in einer ökumenischen Trauerfeier verabschiedet und beigesetzt (4x im Jahr).