

Unterstützende Maßnahmen zum Umgang mit trauernden Eltern nach Fehl- oder Totgeburt

Jeder Mensch ist einzigartig. Nicht alle betroffene Eltern trauern auf gleiche Weise. Deshalb ist es notwendig, situationsgerecht die passenden Formen anzuwenden.

- Sich für die Eltern Zeit nehmen und für sie da sein
- Eltern ermutigen Tränen zuzulassen
- Eigene Gefühle nicht verbergen
- Eigene Hilflosigkeit oder Sprachlosigkeit aussprechen
- Den Vater in seiner Trauer nicht vergessen
- Jedem Elternteil die Art u Weise der Trauer lassen; Männer und Frauen trauern anders
- Wenn die Eltern darüber reden möchten, behutsam nach dem fragen, was passiert ist
- Mütter haben eine oft recht schwierige Geburt hinter sich. Für manche ist es ein Bedürfnis, über ihr Geburtserlebnis zu sprechen
- Die Hoffnungsvolle Zeit der Schwangerschaft im Gespräch einbeziehen
- Das verstorbene Kind liebevoll beschreiben
- Gefühle wie Wut, Aggression, Ärger, Angst, Zweifel etc. zulassen
- Durch Aussprechen den Eltern helfen, den Tod als Tatsache zu realisieren
- Mit den Eltern schweigen, wenn sie es wollen
- Die Geschwisterkinder von Anfang an, wenn sie es wollen, einbeziehen
- Bücher, die Eltern helfen können, anbieten
- Adressen von Selbsthilfegruppen bzw. therapeutische Hilfe vorschlagen
- Den Eltern die Unterstützung sichern

Worte, die weh tun

- Ich kann mir denken, wie es Ihnen geht
- Gott sei Dank, ihr habt ja noch eure anderen Kinder
- Geht's Ihnen schon besser?
- Es hat so sein sollen/ es war Gottes Wille
- Stellen Sie sich vor, es wäre behindert geblieben
- Sie haben das Kind ja noch gar nicht richtig gekannt
- Gott sei Dank, haben Sie ja noch andere Kinder

Worte, die helfen

- Lassen Sie sich Zeit
- Ich bin für euch da und höre euch zu
- Das muss schwer für euch sein, ich verstehe es auch nicht
- Ich weiß nicht, was ich sagen soll
- Wollen Sie mir sagen, wie ich Ihnen helfen kann?
- Ich habe Verständnis für Ihre Wut, Trauer, Angst etc.
- Wie geht es den Betroffenen (z.B. den Geschwistern, Großeltern etc.)
- Gibt es Menschen, die Sie bei sich haben möchten, die ich kontaktieren kann?