

Unterstützungsmöglichkeiten für Sternenkind-Familien

Stand: 04/2024

zusammengestellt von Clarissa Schwarz, Hebamme und Bestatterin

Ein paar wichtige Bücher, ein Podcast und eine besondere Buchhandlung:

- Benz, Sarah & Trommler, K. (2023). Sarggeschichten. Warum selbstbestimmtes Abschiednehmen so wichtig ist. Mosaik Verlag. Beinhaltet ein ganzes Kapitel über Kinder und Trauer.
- Bräunig, Julia (2023). Mein Sternenkind: Für immer im Herzen bei mir. Abschiednehmen und trauern bei kleiner & stiller Geburt. Shero-Verlag. Orientierung für Sternenkind-Eltern, Geschwister & Angehörige.
- Brenneisen, T. (2019). Das Licht, das Schatten leert. Zürich: Verlag bbb Edition Moderne.
Ein berührendes Buch einer Comicautorin, die ihr erstes Kind tot geboren hat.
- Canacakis, J. (2019). Ich begleite dich durch deine Trauer. Förderliche Wege aus dem Trauerlabyrinth. Freiburg iB: Kreuz Verlag. Ein kleines Buch, das hilft zu verstehen, dass Trauer etwas Normales ist.
- Caspers, Ralph. (2020). Wenn Papa jetzt tot ist, muss er dann sterben? Wie wir Kindern in Trauer helfen können. Köln: Lübbe. Vom Moderator ua der „Sendung mit der Maus“.
- Kraft, Caroline & Brückner, Susann (2022). endlich. Über Trauer reden. München: Goldmann.
Wie unterschiedlich wir trauern und was passiert, wenn ein geliebter Mensch stirbt. ...@endlich_podcast
- Lothrop, H. (2020). Gute Hoffnung, jähes Ende. Fehlgeburt, Totgeburt und Verluste in der frühen Lebenszeit. München: Kösel. Der Klassiker für Betroffene und Profis, wird immer wieder überarbeitet und aktualisiert.
- Ohlsen, Inga Elisabeth (2016). Mit dir im Herzen. Gedichte für Sternenmütter. Edition Riedenburger
- Dorothea Subh. Hebammenpodcast** rund um kleine und stille Geburten. <https://sternenkindliebe.podigee.io>
- Windsaat Buchhandlung.** Bibliothek & Anlaufstelle für Trauernde und Menschen, die mit den Themen Sterben, Tod und Verlust konfrontiert sind. Sigmaringer Straße 1, 10713 Berlin, 5. Etage, www.windsaat.de
Ein guter Ort zum Schmökern, für Kinder gibt es eine Kinderecke mit einer gemütlichen Höhle

Gruppen- und Einzelangebote in und um Berlin

- Dr. Clarissa Schwarz**, Hebamme und Bestatterin, Begleitung vor und nach Geburten und Fehlgeburten, insbesondere bei besonderen Belastungen, auch während einer Folgeschwangerschaft, außerdem Geburtsvorbereitung mit Achtsamkeit (hilfreich in einer Folgeschwangerschaft), www.clarissa.schwarz.de
- Rückbildungsgymnastik** (10 Std übernimmt die Krankenkasse bis 9 Monate nach der Geburt)
- in Berlin-Weißensee / online: Valeria Babanova, Hebamme, www.hebammenpraxis-weissensee.de
 - online: Dorothea Subh, Hebamme, Anmeldung: hebamme.dorotheasubh@gmail.com
 - im Internet finden sich weitere Angebote: > Rückbildungskurs für Sternenmamas / für verwaiste Mütter
- Bettina Strehlau**, DiplPsych, Hebamme, syst. Psycho- und Paartherapie, www.praxis-strehlau-berlin.de
- Friederike Bark**, DiplPsych, Hebamme, systemische Familientherapeutin, <http://friederike-bark.de/>
- Imke Farin**, DiplPsych, Psychotherapeutin Tiefenpsychologie, Kassenzulassung, www.therapie.de/profil/farin
- Lilian Gscheidel**, Psychologin (BSc), Gestalttherapie, existenzielle Krisen, www.wandel-zart-und-wild.de
- Dr. med. Wiebke Baller**, FÄ für Psychiatrie und Psychotherapie, tiefenpsychologische Psychotherapie, Traumatherapie, Praxis für peripartale Krisen, Rückerstrasse 8, 10119 Berlin (Mitte), 030-6911836
- Inga Ohlsen**, HP, Einzelbegleitung und Gruppen für Eltern von Sternenkindern, auch online, Traumaheilungsarbeit, intuitive Heilarbeit auch auf polnisch, russisch und spanisch www.inga-ohlsen.de
- Christine J. Schmidt**, HP Psychotherapie, Yogalehrerin, Yoga für Trauernde www.gestalttherapie-yoga.de
- Rania Stegmaier**, HP Psych, Hebamme, GeburtGefühleTrauma, www.hebamme-rania-stegmaier.de
- Anke Fricke**, DiplPsych, Psychologische Beratung und Krisenintervention bei vorgeburtlicher Diagnostik, Kurzzeittherapie nach Verlust, Tel.: 030-79014727, anke.fricke@gmx.de
- Betty Petri**, Begleitung: Schwangerschaft, Geburt, Verlust, Abschied, Trauer... www.begleitet-weiter.de
- Carmen Mayer M.A.**, HP Psych, Beratung und Therapie in Trauer- und Krisenzeiten www.carmenmayer.de
- Karin Eckes**, DiplPäd, HP Psych, systemische Familientherapeutin, www.wie-weiter.com
- Söngül Akdeniz**, Abschied in Liebe. Begleitung von Trauernden und Abschiednehmenden. Psychotherapie und Beratung, System- und Familienaufstellungen in Gruppen, <http://songulakdeniz.de/>
- Brigitte Gilli**, Bestatterin, Trauer-Wandel-Cafe, Singen aus Freude. www.gilli-bestattung.de

Eva Vogt, Spaziergänge für Menschen, denen es schwer ist ums Herz, <https://abschiedundaufbruch.de/>

Hannah Elsche, Kreatives Angebot mit kunsttherapeutischen Elementen nach einem Schwangerschaftsverlust, Kinderwunsch und Verlusterfahrung, <http://hannahelsche.de>

Sterneneltern für Sterneneltern, Beratung, Treffen, Veranstaltungen www.erste-hilfe-koefferchen.com

Garten der Sternenkinder auf dem Alten St.-Matthäus-Kirchhof, Berlin-Schöneberg, Großgörschenstr. 12-14, ein Projekt des Fördervereins EFEU e.V. www.efeu-ev.de/eltern.html

donum vitae, Beratung in allen Fragen und Problemen zu Schwangerschaft und Geburt, auch nach dem Tod eines Kindes, auch bei einer Folgeschwangerschaft, <http://pnd-kudamm.donumvitae.org>

Beratungsstelle Familienzelt, www.familienzelt-berlin.de, **Carlotta Keifenheim**: Einzelberatung und Gruppe für Mütter und Väter, die ein Kind verloren haben, 2. Freitag im Monat

Tanja Sahib: Gruppe für Frauen nach einer traumatischen Geburt, 4. Freitag im Monat

Sternenkinder Berlin, monatliche kostenfreie Treffen im Kieztreff Koepjohann, Große Hamburger Str. 29, 10115 Berlin-Mitte, Leitung: Pfarrer Michael Bolz & Ina Jabs, Anmeldung 030 450 577 208 (Charité)

Björn Schulz Stiftung, Trauerangebote für Eltern, Großeltern, Geschwister, offene Männergruppe, Kinderhospiz Sonnenhof in Berlin-Pankow, Irmengard-Hof am Chiemsee www.bjoern-schulz-stiftung.de

Halbverwaiste Zwillingseletern bzw. teilverwaiste Mehrlingseletern, Treffen im Vivantes Klinikum Neukölln mit Dipl Psych Ines Schwager-Engelbrecht ines.schwager-engelbrecht@vivantes.de 01791318918

Initiative Engelstor in Petershagen www.engelstor-petershagen.de

SternenEltern in Teltow im Familienzentrum www.philantow.de und <http://sterneneltern.net>

Wiki: www.anlaufstellen-berlin.de > Sterben/Tod/Trauer > Verwaiste Eltern/Sternenkinder

Überregionale Anlaufstellen – zT mit regionalen Angeboten

Bundesverband Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister in Deutschland e.V. Einzelberatung, Berlin: offene Gruppe 1. Freitag im Monat, Geschwistergruppe, www.veid.de

Initiative Regenbogen www.initiative-regenbogen.de Informationsmaterial, Broschüren, Arbeitshilfen für Klinikpersonal und Seelsorger, Kontakte, regionale Gruppen, Berlin: www.traumkinder-berlin.de

Leben ohne Dich eV Hilfsangebote, Austausch ua für Eltern und Geschwister www.leben-ohne-dich.de

Noah Gray's Ark: Hilfe und Impulse für Verwaiste Eltern, Auszeiten in Österreich www.noahgraysark.com

Trosthelden: Online Kontakt aufnehmen und sich mit anderen austauschen: www.trosthelden.de

Trauergruppe oder Trauercafe in Deutschland finden www.trauergruppe.de

Seelensport: Verarbeite deine Trauer durch Bewegung! Online, Workshops <https://www.seelensport.at>

Lebens- und Trauerumwandlungsseminare, Dr. Jorgos Canacakis, Akademie für Menschliche Begleitung, <https://www.trauerseminare-akademie-dr-canacakis.de>

Kuraufenthalt in der Trauerphase und in Folgeschwangerschaften:

AWO Gesundheitsberatung kostenlose Beratung und Unterstützung bei der Antragstellung einer Kur, Tel: 030 40301410, <https://www.aw-kur.de/Kurberatung/Berlin>

Deutscher Arbeitskreis für Familienhilfe e.V. Beratungsstelle für Kuren mit Kind, auch in Trauerphasen, Tel. 030-3135320, www.ak-familienhilfe.de

Kurberatung für kurbedürftige Familien – auch für verwaiste Familien www.muki-kurberatung.de

DRK Mutter-Kind-Kur für trauernde Mütter auf Amrum www.mutter-vater-kind-kur.org

Frauen- und Mütterkur www.muettergenesung-kur.de > Schwerpunkt kuren: Bewältigung von Trauer

Klinik Hohes Licht in Oberstdorf im Allgäu – Prävention und Rehabilitation für Frauen, Neue Lebensenergie für Frauen in Verlustsituationen www.klinik-hoheslicht-oberstdorf.de

Nachsorgeklinik Tannheim www.tannheim.de – Rehabilitation für verwaiste Familien, die ein Kind infolge einer Erkrankung oder eines Unfalls verloren haben (nicht nach Tot- oder Fehlgeburt)

weitere Rehakliniken und Kurkliniken: www.kurklinikverzeichnis.de > Trauerbewältigung

weitere Nachsorge- und Therapiekliniken: www.leben-ohne-dich.de/notfall.htm