

zusammengestellt von Clarissa Schwarz, Hebamme und Bestatterin

Sieben wichtige Bücher, ein Podcast und eine besondere Buchhandlung:

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. Eine Hilfe für Menschen, die sich unsicher sind, wie sie trauernden Familien und vor allem trauernden Kindern begegnen sollen. Vom Moderator ua der „Sendung mit der Maus“.

Devine, Megan (2018). Es ist okay, wenn du traurig bist. Warum Trauer ein wichtiges Gefühl ist und wie wir lernen, weiterzumachen. München: MVG Verlag. Ihre Website www.refugeingrief.com ist eine wichtige Plattform für diejenigen, die trauern, und diejenigen, die Betroffenen helfen wollen.

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. (2017). Gute Hoffnung, jähes Ende. Fehlgeburt, Totgeburt und Verluste in der frühen Lebenszeit. Begleitung und neue Hoffnung für Eltern. München: Kösel-Verlag.

Der Klassiker für Betroffene und Profis. Wird immer wieder überarbeitet und aktualisiert.

Ohlsen, Inga Elisabeth. Mit dir im Herzen. Gedichte für Sternenmütter. Edition Riedenburger. 2016. 17,90 €

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

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 für verwaiste Mütter (10 Std, bis 9 Monate nach der Geburt abrechenbar)

- in Weißensee / online: Valeria Babanova, Hebamme, www.hebammenpraxis-weissensee.de
- online: Dorothea Subh, Hebamme, Anmeldung: hebamme.dorotheasubh@gmail.com
- online: Rebecca Güssow, Hebamme, www.engelskind-trauerbegleitung.de
- online: Janette Harazin, Hebamme, und Jessica Rohrschneider <https://nona-fit.de/sternenkurse>

Yoga für verwaiste Mütter, Christine J. Schmidt, www.gestalttherapie-yoga.de

Bettina Strehlau, DiplPsych, Hebamme, syst. Psycho- und Paartherapie, www.praxis-strehlau-berlin.de

Friederike Bark, DiplPsych, Hebamme, systemische Familientherapeutin, <http://friederike-bark.de/>

Rania Stegmaier, HP Psych, Hebamme. Praxis für Somatic Experiencing® www.geburt-gefuehle-trauma.de

Dr. med. Wiebke Baller, FÄ für Psychiatrie und Psychotherapie, tiefenpsychologische Psychotherapie, Traumatherapie, Praxis für peripartale Krisen, Rückerstrasse 8, 10119 Berlin (Mitte), 030-6911836

Lilian Gscheidel, Psychologin (BSc), Gestalttherapie und Begleitung in existenziellen Krisen, gestalttherapeutische Gruppe: Stille Geburt - Archaische Trauer, www.wandel-zart-und-wild.de

Anke Fricke, DiplPsych, Psychologische Beratung und Krisenintervention bei vorgeburtlicher Diagnostik, Kurzzeittherapie nach Verlust, Tel.: 030-79014727, anke.fricke@gmx.de

Inga Ohlsen, HP, Trauerbegleiterin, Coach und Dichterin. Einzelbegleitung und Gruppe "Herzensraum" für Sternenmütter und trauernde Frauen www.inga-ohlsen.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>

Natalie Mackel, Seminare für Frauen und Paare, www.nataliemackel.de/nach-fehl-und-totgeburt

Marilyn Jaeschky & Tabitha Schultz, Trauer & Worte. Trauerkurs mit kreativem Schreiben an vier Terminen. Ein Angebot für Sternenmamas. 0178 9297891, trauerundworte@gmail.com

Sterneneltern für Sterneneleiter, Beratung, Treffen, Veranstaltungen www.erste-hilfe-koeffeichen.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, Kieztreff Koepjohann, Große Hamburger Str. 29, 10115 Berlin, 3. und 4. Dienstag im Monat 16:30-18.30 h, kostenfrei, www.koepjohann.de, Leitung: Monique Tinney 030-450 577 055

Initiative Engelstor in Petershagen www.engelstor-petershagen.de

Björn Schulz STIFTUNG, Kinderhospiz Sonnenhof, Trauerbegleitung, Vorträge, Seminare, Trauergruppen für Eltern und Geschwister, offene Männergruppe, www.bjoern-schulz-stiftung.de

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

Wiki: www.anlaufstellen-berlin.de unter „Sterben/Tod/Trauer“

Überregionale Anlaufstellen – zT mit regionalen Angeboten

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

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, Austauschmöglichkeiten, Internetforum für Eltern und Geschwister www.leben-ohne-dich.de, es gibt eine Selbsthilfegruppe in Berlin

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 in Berlin bietet 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 in Berlin für Kuren mit Kind, auch in Trauerphasen, Tel. 030-3135320, www.ak-familienhilfe.de

Kurberatung für kurbedürftige Familien - auch für verwaiste Familien: www.mukiku.de

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
Suche mit dem Stichwort „Trauerbewältigung“ bzw. „Schwangerschaftsbegleitung“

weitere Nachsorge- und Therapiekliniken: www.leben-ohne-dich.de/notfall.htm
unter ▶ Information ▶ Hilfe & Links ▶ Nachsorge- und Therapiekliniken