

# WEGBEGLEITER

Begleitung und Unterstützung von trauernden Eltern, Geschwistern und Familien, die vom Tod eines Kindes betroffen sind

# Sommer 2023

# Liebe trauernde Mütter und Väter, liebe Geschwister und Großeltern, liebe Freunde und Förderer des Vereins,

schon bei der Gründung unseres Vereins im Jahre 1990 hatte sich neben der allgemeinen "offenen Gruppe" die Geschwistergruppe gebildet. Damit haben wir den besonderen Bedürfnissen einer Gruppe von Leidtragenden entsprochen. Dies ist seitdem zum Leitgedanken des Vereins geworden: Unser Angebot an die Betroffenen immer wieder neu an deren Bedürfnisse anzupassen und dabei auch Neuerungen in der Trauerarbeit einzuführen. Der folgende Leitartikel von Susanne Lorenz macht Ihnen das deutlich.

Der vorliegende WEGBEGLEITER bringt Ihnen vielfältige Veränderungen in den verschiedenen Gruppen nahe: Die Frühtodgruppe hat sich plangemäß zum "Münchner Sternenkind Netzwerk" entwickelt, das vor Kurzem in die Regelförderung der Stadt München aufgenommen wurde und seine Innovationen auf einem eigenen Fachtag präsentieren wird. Der Geschwistertag im November vergangenen Jahres hat mit seinem kreativen Programm für wirksame Gemeinschaft von fast 50 Teilnehmer\*innen gesorgt. Die Familiengruppe ermöglicht durch neu hinzukommende Mitglieder einen sehr intensiven Austausch, der jüngst in einem Interview vom Münchner Kirchenradio eindrucksvoll dokumentiert wurde.

Wir wünschen Ihnen eine spannende Lektüre. Lassen Sie sich von den neuen Aspekten unserer Arbeit und den Fähigkeiten der ehrenamtlichen Trauerbegleitung überraschen!

Vorstand, Geschäftsstellenleitung und Redaktionsteam des Wegbegleiters

# Wirksamkeit von Selbsthilfegruppen in der ehrenamtlichen Trauerbegleitung

In dieser Ausgabe des Wegbegleiters haben wir uns vorgenommen, die Selbsthilfegruppen in den Fokus zu nehmen. Sie bilden den Kern der Arbeit des Vereins. Mit der ersten Selbsthilfegruppe, gegründet 1983 von drei betroffenen Müttern, die sich in der Kinderonkologie kennen-

gelernt hatten, beginnt auch die Geschichte des Vereins. Damals nahm insgesamt die Selbsthilfearbeit an Fahrt auf und insbesondere im Gesundheitsbereich hat sie sich fest etabliert.

Inzwischen ist auch die Wirksamkeit von Selbsthilfe hinreichend belegt. Die NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung der Selbsthilfe) führte bereits im Jahre 2012 zahlreiche Studien und Publikationen zu "Wirkung und Wirksamkeit von Selbsthilfegruppen" auf.



Foto: Detlev Dehn

Unter vielen anderen Veröffentlichungen, belegt z.B. ein Artikel von Miriam Unverdorben-Beil, dass Selbsthilfe für die Beteiligten Verständnis, Beistand und Ermutigung, ein neues soziales Netz, einen Wissenspool und Orientierung bietet. Die Gruppen sind ein Lern- und Aktionsfeld, die bewirken, dass Menschen ihre sozialen Kompetenzen erweitern, sich als aktiv, kompetent und handlungsfähig erleben und neue Bewältigungsstrategien entwickeln, indem sie selbst Erlebtes reflektieren und von den Erfahrungen der Anderen modellhaft lernen. Selbsthilfe hat Zeit, hört zu, versteht, erklärt, fühlt mit, tröstet, unterstützt, motiviert, fängt auf, aktiviert, setzt neue Kräfte frei und hilft bei der Bewältigung des Alltags.

Doch auch der gesellschaftliche Wert der Selbsthilfe ist nicht zu unterschätzen. Es geschieht Information und Enttabuisierung, da Themen "salonfähig" gemacht und Vorurteile abgebaut werden. Selbsthilfe ergänzt und entlastet das professionelle Versorgungssystem, füllt sogar bedeutende Lücken. Dies führt auch zu einem enormen ökonomischen Wert für die Gesellschaft.

All diese Effekte gelten auch für die Selbsthilfegruppen in der Trauerbegleitung der Verwaisten Eltern, wobei es sich hier schon von Beginn an um "begleitete" Selbsthilfe handelt. Schon die Gründermütter suchten sich schnell Unterstützung in der Gruppenleitung, indem sie Psycholog\*innen, Seelsorger\*innen und Trauerbegleiter\*innen in die Moderation der Gruppen mit einbezogen. Dieses Konzept hat sich bewährt und seit über 30 Jahren ist es geglückt, immer wieder Nachwuchs in der Trauerbegleitung aus den Gruppen heraus auszubilden.

Das Besondere unserer Selbsthilfegruppen, die alle ehrenamtlich begleitet werden, liegt in der Qualität und dem großen Engagement dieser Trauerbegleiter\*innen. Nur wenn echte Resonanz entsteht, fühlen sich die Menschen ernst- und angenommen, können sich in ihrem Schmerz und ihrer Verletztheit, aber auch Verletzbarkeit, öffnen für neue Impulse und auf neue Beziehungen einlassen. Die Haltung der Trauerbegleiter\*innen ist entscheidend, damit in ihrem "Da-Sein" und "Mit-Gehen" dieser Prozess gelingt. Das bedeutet große Verantwortung und Verlässlichkeit.

Der Anspruch ist, den unterschiedlichen Bedürfnissen von Trauernden gerecht zu werden und somit hat sich das Angebot in den letzten 20 Jahren weiter aufgefächert. Neben der offenen Gruppe gibt es in München auch eine Gruppe für Sternenkindereltern, wenn das Kind vor, während oder kurz nach der Geburt verstorben ist, für Eltern, die von Suizid betroffen sind, eine Gruppe für junge, erwachsene Geschwister, sowie eine Familiengruppe, in der parallel zu der Elterngruppe die Kinder im Alter von 4 bis 10 Jahren mit einem spielerisch-kreativen Angebot in ihrer Trauer begleitet werden.

Darüber hinaus gibt es ein Trauercafé, Gruppenangebote für Männer, für Längerbetroffene und Online-Angebote. Nicht zuletzt erfreuen sich die körperorientierte Gruppe und die therapeutisch begleitete Gruppe eines großen Zuspruchs.

Die Menschen, die sich an uns wenden, sollten das Angebot bekommen, das bestmöglich auf ihre Situation und ihre individuellen Bedürfnisse abgestimmt ist. So können wir sicher sein, dass unsere Arbeit weiter Früchte trägt und diese Solidargemeinschaft viele neu Betroffene auffangen kann.

#### Susanne Lorenz

# **Erfahrungsberichte**

# Rückblick auf drei Jahre des Münchner Sternenkind Netzwerkes

"Ihr habt uns durch eine sehr schwere Zeit als Sterneneltern begleitet. Danke, dass es Menschen wie euch gibt, die aus ihrem Schicksal solch eine Berufung machen."

Rückmeldungen wie diese erfüllen uns mit tiefer Freude und Dankbarkeit. Und sie bestärken uns in unserem Bestreben früh verwaisten Eltern in ihrer unendlichen Trauer, bei allen Sorgen und Nöten zur Seite zu stehen und uns für die Verbesserung ihrer Situation einzusetzen. Das Münchner Sternenkind Netzwerk (MSN), das wir eben deshalb gegründet haben, besteht dank der finanziellen Unterstützung des Gesundheitsreferats der Stadt München nun das vierte Jahr und dass wir mit Beginn dieses Jahres in die Regelförderung der Stadt aufgenommen wurden, ist eine großartige Bestätigung unserer Arbeit.



Viel ist geschehen: Allein im vergangenen Jahr haben 89 neue früh verwaiste Familien, Paare und Einzelpersonen unsere Angebote genutzt. Die Anzahl der Einzel- und Paarberatungen steigt kontinuierlich an. So haben wir 2022 insg. 165 Einzel- und Paargespräche geführt, in Prä-senz, telefonisch und online. 34 Paare und Familien haben wir als Akutbegleitungen in den ersten besonders schweren Wochen nach dem Verlust eines Kindes oder einem Schwangerschaftsabbruch unterstützt.

Zu unserem Angebot zählen auch drei Gedenkfeiern für früh- oder totgeborene Kinder, die sich mittlerweile etabliert haben und jährlich stattfinden: Am Samstag vor Muttertag an der Gedenkstätte für totgeborenes Leben auf dem Friedhof Riem, im Juni/Juli in der Aussegnungshalle des Ostfriedhofs sowie Mitte November auf dem Waldfriedhof.

Doch nicht nur für die betroffenen Familien, ebenso für das medizinische Fachpersonal und andere Begleiter\*innen sind wir ein hilfreicher Ansprechpartner, wie auch auf unserer Website www.muenchner-sternenkind-netzwerk.de aufgezeigt wird. Dort finden beide Gruppen neben unseren Angeboten vielfältige Fachinformationen und Unterstützungshinweise.

Die Vernetzung des MSN mit den Münchner Geburtskliniken, niedergelassenen Ärzt\*innen, Schwangerschaftsberatungsstellen und anderen Einrichtungen schreitet kontinuierlich voran. Bei vielen Gelegenheiten stellen wir in Gesprächen und Fortbildungen die Arbeit und Angebote des MSN vor und können für den einfühlsamen Umgang mit früh verwaisten Eltern sensibilisieren.

Hier ist die Zusammenarbeit mit dem Studiengang "Heb-

ammenkunde" an der Katholischen Stiftungshochschule besonders hervorzuheben. Inzwischen ist der gemeinsame Seminartag mit der zuständigen Lehrhebamme zum Thema "Hebammenarbeit – Stille Geburt" ein fester Bestandteil der Hebammenausbildung. Den angehenden Geburtshelferinnen das notwendige Wissen und Sicherheit für die Begleitung von Kleinen und Stillen Geburten zu vermitteln und der Austausch von ersten Erfahrungen mit diesen Situationen, sind uns besonders wichtig.

Als besonderer Schwerpunkt unserer Arbeit hat sich in den letzten Monaten die Unterstützung und Begleitung von Frauen und Paaren mit frühen Fehlgeburten, sog. Kleinen Geburten, bzw. einer frühkindlichen Diagnose herauskristallisiert. Oft fühlen sich diese Patienten sehr allein gelassen, denn der Tod oder eine schwerwiegende Diagnose in den ersten Wochen des Lebens gehört für Gynäkolog\*innen außer- und innerhalb der Kliniken zur traurigen Normalität. Oft wird den betroffenen Eltern von ihrem Umfeld suggeriert, dass eine Fehlgeburt in den frühen Wochen etwas "Normales" sei, das sie hinnehmen müssten, aber das stimmt mit ihrem eigenen Erleben häufig nicht überein.

Einen ersten Schritt zur Sensibilisierung der Fachkräfte konnten wir mit der Fortbildung "Herausforderung Pränataldiagnostik" am 7.10.2022 machen, zu der wir in Kooperation mit der Beratungsstelle für Natürliche Geburt und Elternsein e.V. sowie der Bethanien Sternenkinder Beratungsstelle Oberland/Inntal eingeladen hatten. Als Referentin konnten wir die bekannte und erfahrene Schweizer Hebamme, Autorin und Dozentin Franziska Maurer gewinnen.

In Zusammenarbeit mit dem Hebammenverein HebaVaria e.V. und der Sternenkindersprechstunde im Haus der Familie haben wir nun ein neues Angebot für Frauen mit frühen Fehlgeburten aus der Taufe gehoben, das Hebammen Unterstützung und Begleitung durch den darauf folgenden Trauerprozess vereint.

Offiziell vorgestellt wird dieses neue Angebot auf dem Fachtag "Frühe Verluste in der Schwangerschaft – von der Erschütterung zur seelischen Gesundheit", den wir gerade vorbereiten und der am 7.10.2023 im LMU Klinikum Innenstadt stattfindet. Dies wird ein weiterer wichtiger Baustein zur Verbesserung der Situation früh verwaister Eltern. Dort wollen wir mit in und außerhalb der Klinik tätigen Fachkräften sowie mit Berater\*innen aus anderen Einrichtungen der Frage nachgehen, wie wir die betroffenen Frauen und ihre Familien möglichst individuell und unterstützend begleiten können. Die Thematik wird aus vielen verschiedenen Blickwinkeln beleuchtet. Neben einem vielfältigen Angebot aus Vorträgen und Workshops wird es viel Gelegenheit zu interdisziplinärem Austausch und zur Diskussion geben.

# Astrid Gosch-Hagenkord

# Familiengruppe: Betreuung von Eltern und Geschwisterkindern als ganze Familie

Am 27.1.2023 konnten wir nach längerer Pause wieder eine neue Familiengruppe starten. Die vorherige wurde nach über drei Jahren beendet. Diese intensive, heilsame und schöne Zeit, werde ich immer in meinem Herzen bewahren.

In der neuen Familiengruppe sind wir fünf Trauerbegleiterinnen. Die Kinder werden betreut von Christel Gahse, Tina Treibel und Katrin Stadlinger-Kessel und die Eltern von Jani Waegner und mir, Renate Eicher-Dasch.



Foto: Renate Eicher-Dasch

Wir haben das große Glück, das wir den Gruppenraum des Pfarrverbands Haidhausen für die Kinder nutzen dürfen. Momentan sind es vier Ehepaare mit sechs Kindern im Alter von 5 bis 7 Jahren. Eine Mutter mit zwei Söhnen (5 Jahre bzw. 10 Monate) kam zu unserem letzten Treffen im April dazu.

Es war sehr schön zu sehen, dass die Kinder mit viel Neugier und Freude mit den Begleiter\*innen in den Raum des Eltern-Kind-Programms gehen. Dort wird angeboten, mit den Kindern zu spielen, zu meditieren und Bücher zu lesen. Zudem befindet sich dort eine große Auswahl an Spielsachen, die zwischendurch gerne von den Kindern angenommen werden, z.B. auch Nele, das "Gruppenschaf".

Bei den ersten Treffen durften die Kinder gemeinsam mit ihren Eltern, die Namen ihrer verstorbenen Geschwister mit Wachsstiften bzw. Wachsplatten auf unsere große Gruppenkerze schreiben und mit Herzen, Blumen und Sternen verzieren. Zusätzlich konnte jedes Kind noch eine eigene kleine Kerze für sich selbst gestalten und mit nach Hause nehmen.

Zu Beginn der Gruppenstunde sind Kinder und Eltern noch gemeinsam im Gruppenraum. Nach der Begrüßung wird die von uns gestaltete Gruppenkerze von den Kindern angezündet. Durch das Anzünden von weiteren Teelichtern sowie das Benennen der Namen unserer geliebten Kinder holen wir alle in unsere Mitte. Nach dem Vorlesen eines Gedichtes gehen Katrin, Tina und Christel mit den Kindern in den EKP-Raum, um sich individuell mit ihnen zu beschäftigen.

Bisher hatten wir drei sehr intensive Treffen. Ich bin sehr dankbar für die Offenheit der Eltern und für die Tränen, die geweint wurden. Die unendliche Liebe, der Schmerz über den Verlust des eigenen geliebten Kindes, aber auch der Wille, die Schritte weiterzugehen, sind in unserer Runde sehr intensiv zu spüren. Der individuellen Trauer zwischen den Paaren und in der Gruppe wird sehr viel Raum gegeben. Alles, was hilft und guttut, darf sein!

Kurz vor Ende des Treffens kommen die Kinder mit ihren Begleiterinnen zurück in unsere Runde und bringen sehr viel Freude und Energie mit. Katrin gibt eine angenehme und lockernde Klopfübung für den ganzen Körper vor, die alle sehr gerne und lachend mitmachen.

Bevor wir auseinander gehen, umkreisen wir die Fotos unserer geliebten Kinder.

Renate Eicher-Dasch

# Rundfunksendung über die Familiengruppe im Münchner Kirchenradio am 31.3.2023

Interview von Korbinian Bauer mit Jani Waegner und Susanne Lorenz sowie Familie Weber über die neue Familiengruppe der Verwaisten Eltern. Der Rundfunkbeitrag wurde am 31.3.2023 gesendet. Der Link zum Podcast in der Reihe "Total sozial", Episode 154, beim Münchner Kirchenradio lautet: Total Sozial – Münchner Kirchenradio (www.muenchner-kirchenradio.de)

# Neues Erscheinungsbild des WEGBEGLEITERS

Seit über zehn Jahren erscheint der WEGBEGLEITER in der Form, wie Sie ihn kennen. Wir haben uns jetzt entschlossen, ein Relaunch vorzunehmen und ihn an unsere Cl anzupassen.

Format und Umfang haben wir ebenso beibehalten wie die Rubriken, das Logo und den Titelschriftzug. Im Grunde haben wir nur die Schriftart angepasst, und zwar von Arial in Futura. Als Satzprogramm verwenden wir statt Word nun das professionelle InDesign.

Die Umstellung wurde bewerkstelligt von Michaela Neubauer, die bereits seit vielen Jahren das Erscheinungsbild unseres Vereins betreut. Wir danken Michaela für die unproblematische und zügige Transformation.

Ihre Kritik ist uns sehr willkommen. Bitte richten Sie Ihre Meinungsäußerung einfach an das Redaktionsteam: info@ve-muenchen.de. Herzlichen Dank!

#### Geschwister

# Ich will dich bei mir, doch du bist weg und ich bin noch hier – Bericht vom Geschwistertag

Am 11.11.2022 feierte der "Tag für erwachsene Geschwister" mit über 50 Teilnehmer\*innen seine Premiere. Ich beschreibe diesen Tag ganz bewusst als eine Feier, denn er hat sich für mich wie eine Lebensfeier angefühlt. Sich Zeit nehmen, um unsere geliebten Geschwister mit Musik, Bildern, Märchen, Büchern, viel Kreativität und gutem Essen ganz nah in unsere Mitte zu holen.



Foto: Ingo Christiansen

Geschwistern eine Stimme geben. Raum zum Austausch kreieren. Andreas Hilz, Gloria Blau und Amelie Guttenthaler haben hier einen Tag geschaffen, der Tiefgang hatte und verbindet. Als besonders empfand ich die Vielfalt des Programms. Zusätzlich zu einem detaillierten Informationsvortrag über Geschwistertrauer zu Beginn, gab es vor allem Programmpunkte von trauernden Geschwistern für trauernde Geschwister: Lesungen mit sehr persönlichen Gedanken und berührenden Tagebucheinträgen, eine fesselnde Märchenvorstellung, Leseempfehlungen über Geschwistertrauer, ein spezielles Lied für den Herzensbruder gespielt auf der Kalimba (eine Art Zupfinstrument, das auch als Daumenklavier bekannt ist) und schöne Möglichkeiten zum kreativen Arbeiten.

Das alles wurde sanft umrahmt von der wunderbaren, glitzernden Gloria Blau, welche mit ihrer Stimme und ihrem Klavier etwas Magisches in den Raum gezaubert hat. Sie selbst hat ihren geliebten Bruder verloren und versucht mit ihren Texten, Worte für das Unfassbare zu finden. "Ich will dich bei mir, doch du bist weg und ich bin noch hier" und "solange es mich gibt, wird ein Teil in mir leiden, doch ich werde besser werden mit der Zeit" singt sie in "Ob ich will oder nicht" und "Mit der Zeit", beides Lieder, die mich immer wieder begleiten, wenn es bei mir dunkel bleibt.¹

Zusätzlich zur Musik wurden viele Texte und Gedanken geteilt. Denn auch "ein Buch in der Hand kann ein echter Rettungsanker sein – wenn die See des Lebens zu rau ist, klammert man sich an Geschichten und lässt sich von ihnen in Sicherheit bringen."<sup>2</sup>

Charlotte Link zum Beispiel, eine der bekanntesten und erfolgreichsten deutschen Schriftstellerinnen beschreibt ihren Verlust so: "Mit dem Tod meiner Schwester verlor ich den wichtigsten Menschen in meinem Leben. Ich durchlebte eine seelische Erschütterung, die mir vorkam wie ein schweres Erdbeben: Nichts war mehr wie zuvor, kein Stein lag mehr auf dem anderen, jedes Gefühl von Sicherheit und Vertrauen schien verloren zu sein."<sup>3</sup>

Dieses Gefühl konnte wohl jede betroffene Person auf eine Art und Weise an dem Tag so gut nachfühlen. Ich bin sehr dankbar, dass Menschen wie Gloria Blau und Charlotte Link mit ihrer Kunst das Thema Geschwistertrauer sichtbarer machen.

Eines wurde an diesem Tag wieder klar: Gemeinschaft mit Betroffenen stärkt. Dazu hilft ein liebevoller Umgang mit sich selbst. Gut auf sich zu achten, ist einer der wichtigsten Punkte auf dem individuellen Trauerweg. "Sich mit Flauschigem umgeben," wie Gloria sagt, denn "frisch geduscht und in einem frisch bezogenen Bett weint es sich einfach so viel besser".

#### Stephanie Schneider

1 Hörempfehlung: EP "Wenn es dunkel bleibt" von Gloria Blau

2 Leseempfehlung: "Marianengraben" von Jasmin Schreiber, Eichhorn

Verlag AG

3 Leseempfehlung: "Sechs Jahre" von Charlotte Link, Verlag Blanvalet

# Neu: Videoprojekt der Geschwistergruppe

Im Rahmen eines Videoprojektes für unseren Verein zu Geschwistertrauer erzählen Geschwister von ihrem Verlust und von ihren Erfahrungen, die sie und ihr Umfeld damit gemacht haben. Den Trailer zum Film können Sie bereits jetzt über unsere Homepage ansehen. Alle Interviews in voller Länge und mehr werden baldmöglichst veröffentlicht.

Den Trailer können Sie auch direkt auf YouTube aufrufen unter: https://youtu.be/HoEblyEHHA8 Trauernde Geschwister erzählen von Ihrem Verlust.

Wir danken den Geschwistern, die sich für dieses Projekt zur Verfügung gestellt haben, sowie dem gesamten Produktionsteam, Stefanie Leister, Maximilian Messmer, Dominik Ramsteck und Maik Bachmann, für ihr Engagement. Ein besonderer Dank gilt Gloria Blau für ihre wundervollen Gesangsbeiträge.

## Detlev Dehn

# **Aus der Region**

# Verkaufsstand der Selbsthilfegruppe Trauernde Familien Regensburg

Seit über 20 Jahren beteiligen wir uns gemeinsam mit den Sozialen Initiativen Regensburg in der Weihnachtszeit an einem Verkaufsstand auf dem Theaterplatz in Regensburg. Wir bieten ausschließlich selbst hergestellte Dinge an – und der Verkauf läuft!



Foto: Regina Tuschl

Jeder Teilnehmer unserer Selbsthilfegruppe kann sich beteiligen, genau so, wie er oder sie es kann und möchte. Der eine hilft beim Aufbau, die andere im Verkauf, wieder ein anderer hat sich als "Verkaufsgenie" herausgestellt und steht meist vor dem Stand, um mit den Menschen ins Gespräch zu kommen. Verkauft wird nur, was von der Gruppe selbst produziert wurde. Das Sortiment geht von Plätzchen, Stollen und Lebkuchen über Eierlikör – unser absoluter Erfolgsschlager – sowie Apfel- oder Kirschpunsch und Marmelade hin zu Strick- und Nähsachen, Weihnachtssternen, bemalten Gedenksteinen und vielem mehr.

Die Einnahmen fließen vollständig in die Begleitung trauernder Menschen und deckt seit vielen Jahren unser Jahresbudget. Im Jahr 2022 konnten wir uns über gut 2.500 Euro freuen.

Im letzten Jahr konnten wir auch endlich wieder eine öffentliche Gedenkminute für unsere Kinder abhalten, direkt neben unserem Stand. Es war sehr ergreifend und berührend, wenn immer wieder Passanten stehen blieben und den Texten sowie der Musik still lauschten. Es wurden im letzten Jahr über 25 Namen von Kindern verlesen, derer wir mit Kerzen und einem stillen Moment gedachten und die auf diese Weise wieder in unserer Mitte waren.

Kommt gerne vorbei, wir freuen uns immer über Besuch und ein gutes Gespräch. Regensburg mit seinen vielen romantischen Weihnachtsmärkten ist im Dezember immer eine Reise wert. Der Termin für unseren Stand im Jahr 2023 ist noch offen, er wird rechtzeitig im Newsletter bekannt gegeben werden. Als Angebot erwartet euch in diesem Jahr ein Nähprojekt der ganz besonderen Art: Lasst euch überraschen!

### Regina Tuschl

Selbsthilfegruppe Verwaiste Eltern Regensburg

#### **Gedichte & Texte**



In der Jogginghose und mit nicht weggeschminkten Augenringen durch den Flur, tränenüberströmt im Aufenthaltsraum, zitternd im Aufzug mit der Hand am Bettchen, in dem mein Kind in dem niedlich schrecklichen OP-Hemdchen sitzt und geschoben wird.

Flüchtige, leise Blicke des Verstehens und laute Schreie, die verstanden werden. Jede\*r weiß um die anderen ohne Worte.

Keine Mützen für das kahle Köpfchen, nicht verstecken, nicht schützen müssen vor ungewünschten Blicken. Und im Blick des Gegenübers nur die besten Wünsche lesen.

Und die laute Verzweiflung.

Schutzraum.

Weil wir da draußen so schutzlos waren.

Heute setzte ich mich ins Auto. Leises Ankommen.

Musik an. Leise. Ganz leise. Mit dem ersten Ton lief die erste Träne.

Tränenüberströmt, mit nicht wegschminkten Augenringen, ohne Blicke, die nicht verstehen könnten, die Musik laut aufdrehen. Ganz laut, um hemmungslos schreien zu können.

Schutzraum.

Weil ich da draußen so schutzlos bin. Und leise mit der lauten Verzweiflung.

#### Natalie Obendorfer

Instagram: @mein.tanz.imregen.deiner.asche

#### **Ehrenamt**

# Gratulation an das Social-Media-Team

Juliane Fischer und Veronika Kronseder haben das Social-Media-Team in den letzten zwei Jahren als Ehrenamtliche getragen, unterstützt von Amelie Guttenthaler sowie neuerdings Geraldine Schwager. Das Team hat ab 2020 die Präsenz der Verwaisten Eltern auf Facebook und Instagram mit über 300 Posts aufgebaut und über 1.300 Follower gewonnen.

Der Verein gratuliert dem ganzen Team zu diesem hervorragenden Erfolg und darf Marie Walter als neues Team-Mitglied begrüßen.

Detlev Dehn

#### Was war los?

# Die Ausstellungen in der Geschäftsstelle

Zur Vernissage mit Bildern und Skulpturen von Gusti und Volker Kittlaus begrüßte Freya von Stülpnagel am 31.3.2023 die Anwesenden. Volker Kittlaus erläuterte seine Skulpturen.



Foto: Detlev Dehn

Das Grabmal für seinen Sohn besteht aus einem naturalistischen Torso, der mit einer Aststruktur verwachsen und einem Metallband umringt ist. Wenn man das Band längs in zwei Teile teilt, entstehen zwei miteinander verkettete Ringe – ein Symbol für die unlösbare Verbindung von Vater und Sohn.

Am 7.7.2023 um 17.00 Uhr wird die neue Ausstellung mit Bildern von Christel Gahse eröffnet: "Eine zarte Frau geht ihren Weg weiter …"

Detlev Dehn

#### Aus der Geschäftsstelle

### Dank an Irmgard Götz



Irmgard Götz war mehr als zehn Jahre als Trauerbegleiterin in der offenen Gruppe und viele Jahre als Vorstandsmitglied für den Verein tätig. Anfang 2023 hat sie ihr Amt als Schriftführerin niedergelegt, doch sie wird mit dem Verein weiterhin verbunden bleiben.

Mit großem Dank blicken wir auf ihre großartige Leistung

und die gemeinsame Zeit zurück und wünschen ihr für die Zukunft beste Gesundheit und alles Gute.

Susanne Lorenz

#### Dank an Friedrich Seitz

Friedrich Seitz ist am 31.3.2023 nach acht Jahren aus dem Vorstand ausgeschieden. Als ehemaliger Ministerialdirigent und Amtschef im Bayerischen Sozialministerium hat Friedrich Seitz viele wertvolle Kontakte geknüpft, so auch Barbara Stamm für den Verein gewonnen. Seine juristische Expertise hat uns bei vielen Aufgaben, wie Satzungsänderung, Datenschutz oder Stiftungsgründung zu rechtssicheren und praktikablen Lösungen verholfen.

Wir danken Friedrich Seitz für seinen langjährigen Beistand und wünschen ihm und seiner Familie für die Zukunft alles Gute.

**Detley Dehn** 

#### Abschied von Theresa Dehn



Theresa Dehn ist seit dem Tod ihres Sohnes Philip im Jahr 2002 mit den Verwaisten Eltern im Austausch. In den ersten Jahren war die Teilnahme an der Suizidgruppe hilfreich für sie. Von 2007 bis 2011 war sie als Vorstandsmitglied tätig. Bis Herbst 2022 war sie in der Erstberatung von betroffenen Eltern engagiert.

Ihre Erfahrungen als Sozialpädagogin und Familientherapeutin wurden von den Betroffenen sehr geschätzt. Der Verein bedauert ihren Abschied und bleibt ihr gerne verbunden.

Susanne Lorenz

#### Nachruf auf Dorothea Böhmer

Der Verein trauert um Dorothea Böhmer, die am 26.10.2022 im Alter von 70 Jahren gestorben ist. Sie war bis Ende 2021 in der offenen Gruppe als Trauerbegleiterin tätig und von Beginn an Redaktionsmitglied des WEGBEGLEITERS.

Nach dem Tod ihres Sohnes 1990 hat sie als Dipl.-Kauffrau und Steuerberaterin die Organisationsstruktur des Vereins mit aufgebaut und die Buchführung übernommen. Sie war auch viele Jahre als Kassenwartin im Vorstand tätig. Für ihr großartiges Engagement behalten wir Dorothea Böhmer in dankbarer Erinnerung.

Susanne Lorenz

#### Nachruf auf Heinz Brockert

Der Verein trauert um Heinz Brockert, der am 10.2.2023 im Alter von 82 Jahren gestorben ist. Er war langjähriges ehrenamtliches Mitglied im Redaktionsteam des WEG-BEGLEITERS und hat uns mit seinen Erfahrungen als Redakteur beim Verlag der Süddeutschen Zeitung in unserer Pressearbeit stets stark unterstützt.

Lesenswert bleibt sein Artikel über den Tod seines Sohnes in der Süddeutschen Zeitung vom 3./4.3.2018: Kein Tag ohne Luis (https://www.sueddeutsche.de/leben/suiziddes-eigenen-kindes-kein-tag-ohne-luis-1.3888299)

**Detley Dehn** 

# Die Mitgliederversammlung hat den Vereinsvorstand neu gewählt

Auf der Mitgliederversammlung am 31.3.2023 wurde der Vereinsvorstand für zwei Jahre mit großer Zustimmung neu gewählt. Die bisherigen Mitglieder Michael Oberhofer, Michael Schiegerl und Freya von Stülpnagel wurden wiedergewählt. Als neue Mitglieder begrüßen wir Ronald Jarczak und Petra Meyer. Als Vorstandsvorsitzender wurde Michael Schiegerl und als stellvertretende Vorsitzende Freya von Stülpnagel bestätigt. Als Kassenwartin wurde Petra Meyer, als Schriftführer Ronald Jarczak und als Beisitzer Michael Oberhofer neu bestimmt.

Susanne Lorenz

# Der schnellste Weg zum WEGBEGLEITER

- 1. Gehen Sie auf www.ve-muenchen.de zur Rubrik Aktuelles > Anmeldung Newsletter.
- 2. Wenn Sie unseren Newsletter bestellen, erhalten Sie damit auch den WEGBEGLEITER.
- 3. So ersparen Sie uns das Versenden der Druckversion und damit die Portokosten.

Sie können weiterhin den WEGBEGLEITER in Papierform an der Geschäftsstelle mitnehmen.

#### Bücher

# Uli Michel Ein Kind in den Sternen.

Wie Eltern still geborener Kinder Halt finden. Münster 2023



Uli Michel, Hebamme, Trauma-Fachberaterin, Leiterin Sternenkinder-Beratungsstel-Münster-Osnabrück, ist seit vielen Jahren eine Pionierin in der Begleitung von Sternenkindereltern. Nun hat sie ihren Erfahrungsschatz aus mehr als 30 Jahren erstmals in einem Buch niedergeschrieben und verknüpft ihr Fachwissen mit mutma-

chenden Beispielen aus der Lebenswelt betroffener Familien und ihren eigenen, vielfältigen Erfahrungen in der professionellen Begleitung von Eltern.

Uli Michel gelingt es einfühlsam und mit großer Klarheit, Worte für das Unfassbare zu finden und Perspektiven zu öffnen, wie Eltern Schritt für Schritt ihren Weg finden können und die Liebe zum Leben bewahren.

Wermeling Verlag, ISBN 978-39821318-3-2

# **Eva Maria Nielsen** Auf Wiedersehen, kleiner Bruder.

Wenn Geschwister sterben: Einfühlsame Geschwistergeschichte zur Trauerhilfe in der ganzen Familie. Paderborn 2022



Bei Leos kleinem Bruder Paul wird ein Gehirntumor diagnostiziert. Zunächst glauben alle: Wir schaffen das! Doch Paul geht es immer schlechter und für Leo ändert sich alles. Eva Maria Nielsen erzählt in diesem Kinderbuch eine berührende Geschichte über das Sterben, Abschiednehmen und darüber, wie Geschwister, Familien und Umfeld gemeinsam trauern können.

Ein tröstliches Kinderbuch über ein sensibles Thema zum Vorlesen und gemeinsamen Lesen ab 6 Jahren.

Bonifatius Verlag, ISBN 978-3-89710-938-4

## Veranstaltungen

# Bergmesse am 16.9.2023 an der Wallfahrtskirche Maria Schwarzlack

Treffpunkt: Brannenburg, Parkplatz, 11.00 Uhr

### Sternenkindergedenken am 18.11.2023

Gedenken von Sternenkindereltern auf dem Waldfriedhof. Treffpunkt: Eingang Lorettoplatz.

# Woche für Seelische Gesundheit vom 5. - 13.10.2023 in München

www.woche-seelische-gesundheit.de

Wir beteiligen uns in diesem Jahr wieder und bieten die beiden folgenden Veranstaltungen an:

#### Fachtag "Sternenkinder" am 7.10.2023 im LMU Klinikum Innenstadt in München

Frühe Verluste in der Schwangerschaft – von der Erschütterung zur seelischen Gesundheit: Fachleute der Neonatologie referieren und diskutieren über Vorsorge von werdenden Eltern und Umgang mit Sternenkindereltern.

#### Moodboards basteln, 8.10.2023, München

Aus Materialien, Fotos, Farben und Wörtern erstellen wir individuelle Collagen, die Stimmungen, Gedanken und Träume sichtbar machen.

#### Redaktionsschluss für die Winterausgabe des WEGBEGLEITERS: 22.9.2023

Wenn Sie an der Mitarbeit am WEGBEGLEITER interessiert sind, rufen Sie bitte in der Geschäftsstelle an: Tel. 089 48088990. Wir freuen uns!

#### **Impressum**

WEGBEGLEITER für trauernde Mütter, Väter, Geschwister und Familien, die vom Tod eines Kindes betroffen sind

Herausgeber: Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister München e.V., St.-Wolfgangs-Platz 9, 81669 München, Tel.: 089 48088990, Internet: www.ve-muenchen.de

E-Mail: info@ve-muenchen.de

Facebook: siehe "Verwaiste Eltern München" Instagram: siehe "verwaiste.eltern.u.geschwister" Bankverbindung: HypoVereinsbank München

IBAN: DE03 7002 0270 0040 6090 40, BIC: HYVEDEMMXXX Redaktionsteam: Detlev Dehn, Kristina von Saldern, Monika Shah, Stephanie Schneider

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die Meinung des Verfassers bzw. der Verfasserin wieder.

V.i.S.d.P.: Detlev Dehn

Vorstand 2023 – 2025: Vorsitzender: Michael Schiegerl, stellvertretende Vorsitzende: Freya von Stülpnagel, Schriftführer: Ronald Jarczak, Kassenwartin: Petra Meyer, Beisitzer: Michael Oberhofer