



Rituale bei frühem Kindsverlust

Referat im Rahmen der Impulstagung Rituale Zürich
Helen Walker
13. September 2025

kindsverlust.ch 



Schwellenzeiten

Wenn das Alte nicht mehr
und das Neue noch nicht trägt,
lausche ich nach innen
auf den Weg, der kommen will.

Nicht-mehr und Noch-nicht.
Alte Weggefährtinnen des Lebens.
Immer wieder auftauchend, sich zeigend,
In den Schwellenzeiten. Fort und fort.

Sabrina Gundert

Professioneller Bezug zu Schicksalsschlägen



Aufgabe als Notfallpsychologin

Präsent sein, Sicherheit vermitteln

Akutphase

- Psychosoziale Nothilfe direkt im Geschehen
- Handlungsfähigkeit kurzfristig wiederherstellen

Später

- Stabilisierung der Betroffenen
- Psychoedukation
- Langfristige Handlungsfähigkeit stärken

kindsverlust.ch



Aufgabe bei Kindsverlust.ch

Präsent sein, Sicherheit vermitteln

Beratung

- Direkter Kontakt mit Betroffenen (Telefon, Mail)
- Begleitung von Angehörigen
- Unterstützung von Fachpersonen

Projekte & Weiterbildung

- Fachpersonen schulen: Umgang in Notsituationen
- Fachpersonen vernetzen: interdisziplinäre Betreuung

Wir

724

Beratungen insgesamt

38'000

**Website
Besucher:innen**

1220 Mitglieder

**Bilden weiter
und erstellen
Broschüren**

**Kostenlose telefonische oder
E-Mail-Beratung auch
für Fachpersonen**





Vision und Ziele Fachstelle Kindsverlust

Vision

- kompetente Betreuung für betroffene Familien, damit sie einen annehmbaren Weg des Weiterlebens finden können
- Hohe und nachhaltige Qualität der Grundversorgung

Ziele

1. **Fachpersonen befähigen**
2. **Vernetzung fördern**
3. Betroffene unterstützen
4. Gesellschaft sensibilisieren

Mit welchen Themen melden sich Ratsuchende bei uns?

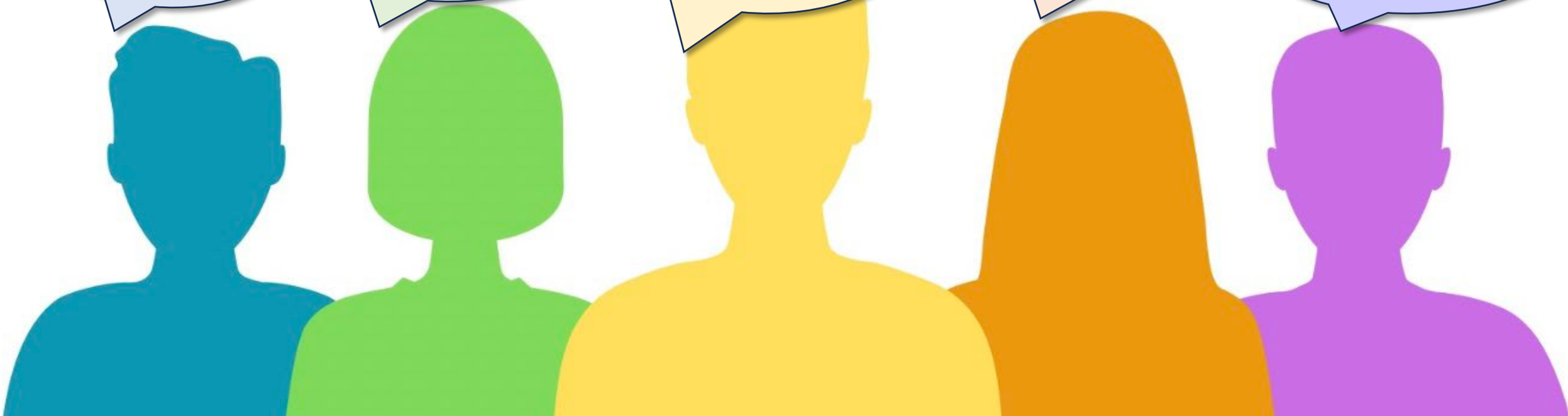
im Akutfall
und grosser
Not

Wie soll ich
meine
Schwester
unterstützen?

Frauen/Männer,
welche bereits
vor vielen Jahren
ihr Kind verloren
haben

Fachpersonen:
fachliche Fragen,
eigene
Betroffenheit und
Sprachlosigkeit

Rechtliche
Fragen





Aktuelle Weiterbildungen, Angebote

- **Fachtagung 30. Oktober 2025 in Brugg** «Wenn ein (ungeborenes) Kind stirbt. Begleiten und Kommunizieren mit Eltern in der Krise»
- **Weiterbildungsprogramm 2026**
- **Lehrgänge**
 - Therapeutische, beratende Fachpersonen (ab März 2026)
 - Fachpersonen aus Geburtshilfe (ab August 2026)
- **Umgang mit Eltern nach Kindsverlust**



Fachbroschüren



kindsverlust.ch 



kindsverlust.ch 



kindsverlust.ch 

kindsverlust.ch 

Rituale bei Kindsverlust gezielt anwenden – Erfahrungen

Zitat

«Ich möchte mir klar werden über dieses Nichts, aus dem du gekommen bist und in das du so schnell wieder verschwunden bist. Du warst nicht viel mehr als eine sich leise andeutende Möglichkeit, aber doch schon so real: zwei Striche auf dem Schwangerschaftstest, die alles verändert haben.»

Shira Sove

kindsverlust.ch



Formen des frühen Kindsverlusts

Alle (dürfen) trauern.

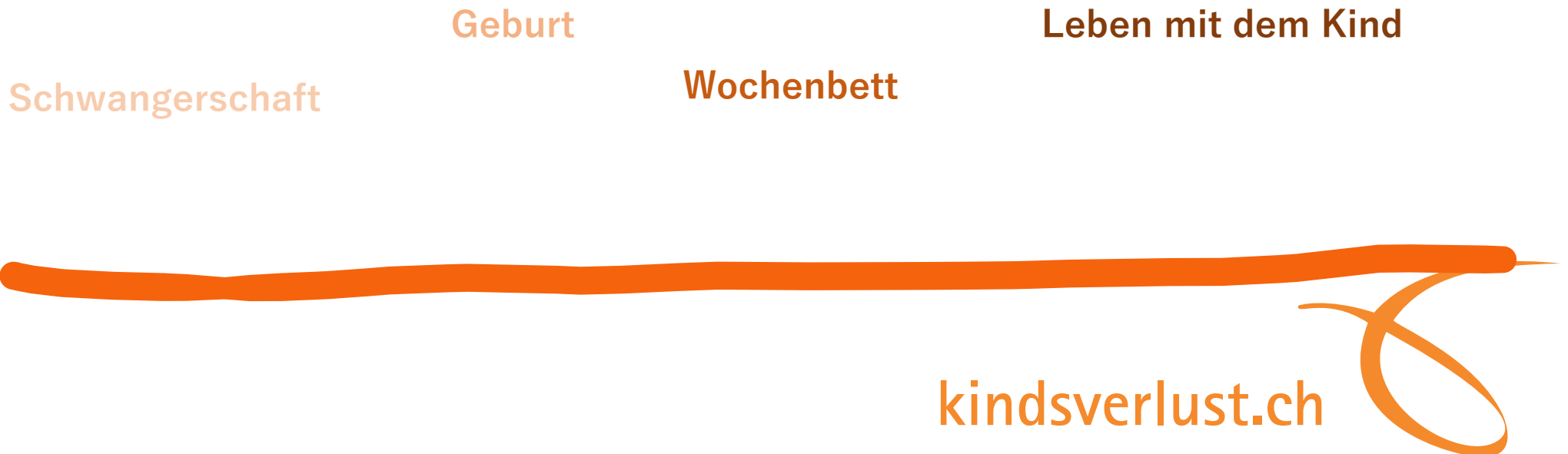
- Frühe Fehlgeburt bis 12. Schwangerschaftswoche
- Späte Fehlgeburt 13.-22. SSW
- Totgeburt 22.-37. SSW
- Totgeburt am Termin ab 37. SSW

- Früher SSW-Abbruch bis 12. SSW
- Später SSW ab 13. SSW



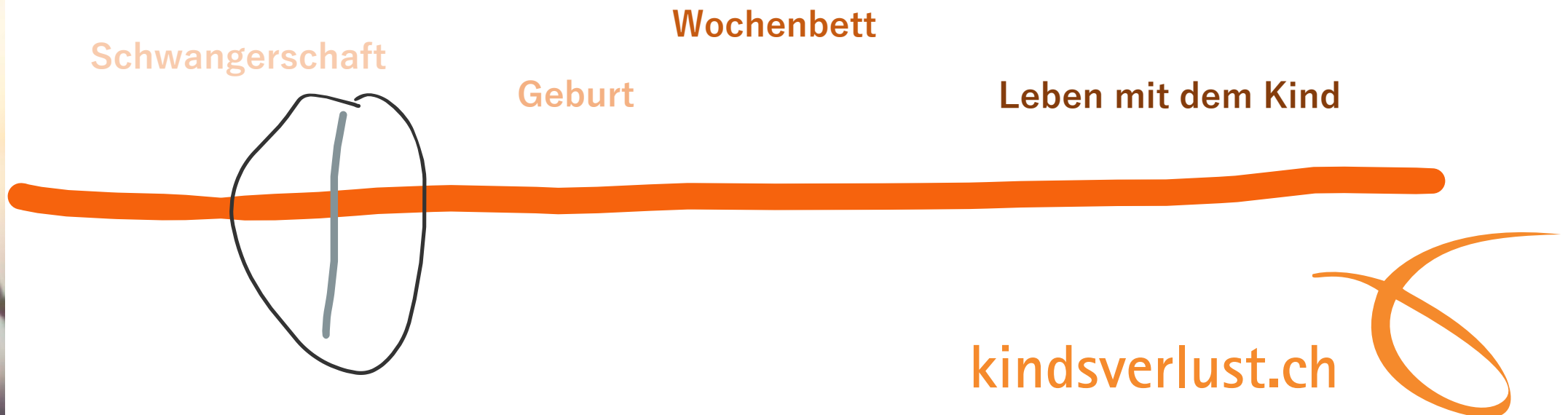
Kontinuum Elternschaft

- Kontinuum = etwas, das «lückenlos» – ohne Unterbrechung zusammenhängt.
- Frau/Mutter: alles bereitet sich darauf vor, dass sie sich nach der Geburt um ihr Kind kümmern kann ⇒ **Fürsorge** für ihr Kind.



Bruch

- Wenn das werdende Kind stirbt, entsteht ein Bruch im Kontinuum Mutterschaft/Elternschaft.
- Auch dann ist alles bereit und läuft nun plötzlich ins Leere.



Notausgang – Überleben



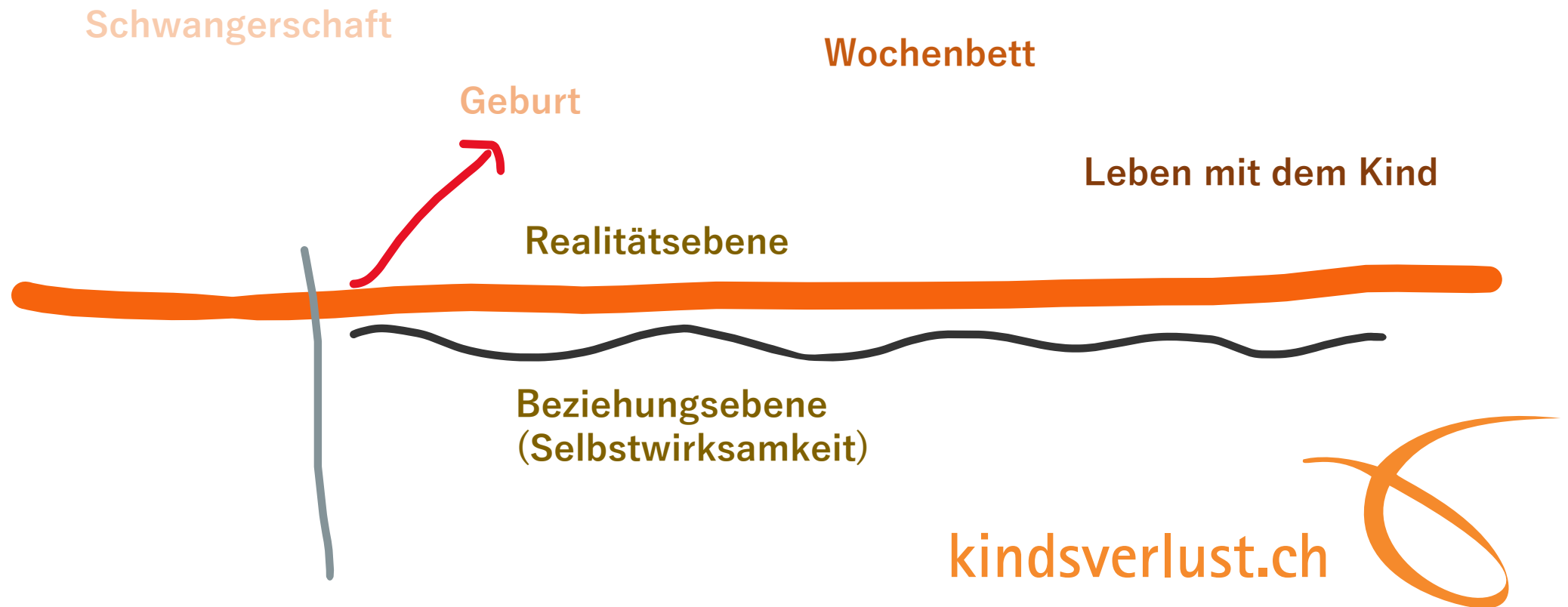


Professionelles Handeln

- Innehalten
- Wiederermächtigung
- Selbstwirksamkeit
- Handlungsfähigkeit

Rituale können dabei unterstützen.

Überleben – Weiterleben





Rituale bei frühem Kindsverlust

Bindung zum Kind stärken

- Nähe ermöglicht Trauerbewältigung

Verlust sichtbar machen

- Kind war für Aussenwelt oft «unsichtbar»
- Familie, Pat:innen, Grosseltern als Zeug:innen

Erinnerungen schaffen

- Fussabdrücke
- Fotos etc.

Wirkung der Rituale bei Kindsverlust

- **Bewegung** statt Erstarrung
- **Gemeinschaft erleben** – im Paar, in der Familie, im Umfeld
- Kind und Ereignis in die **Lebensgeschichte** einordnen
- **Ausdruck finden** – durch Symbole und Handlungen
- Trauer **sichtbar machen** – gerade bei Tabuisierung
- **Resilienz stärken** – Kreativität, Struktur, Halt
- **Übergänge gestalten** und begleiten



Grenzen bei Ritualen

Grenzen bei Ritualen

Bedürfnisse der Betroffenen

- Individuelle Geschichten und Wünsche
- Rituale sollen zur Familie passen

Dauer und Kontinuität der Betreuung

- Lieber wenige, bewusste Rituale
- Rituale anbieten für spätere Durchführung durch Familie



Schleusenzeit

(Ruthmarijke Smeding, 2008)

- **erste Trauerzeit zwischen Tod und Bestattung**
- **Fachpersonen sind Wärter:innen dieser Schleusenzeit**

Zeit mit dem Kind

- **Rituale mit dem Kind nur begrenzte Zeit möglich - während Schwangerschaft oder kurz nach dem Tod**
- **Einige Rituale auch später nachholbar**



HERZLICHEN DANK

Gerne stehen wir für Fragen und Anregungen zur Verfügung.

Literaturliste

- Gesundheitsförderung Schweiz. (2020). *Selbstwirksamkeit*. Gesundheitsförderung Schweiz. <https://gesundheitsfoerderung.ch/kantonale-aktionsprogramme/themen-und-publikationen/themen/selbstwirksamkeit>
- Gundert, S. (2024). *Schwellenzeiten, Wandelzeiten: Kraftvoll durch Lebenskrisen gehen. Ein Ratgeber für Vertrauen, Mut und Zuversicht*. Neue Erde.
- Hausmann, C. (2021). *Interventionen der Notfallpsychologie* (2. Aufl.). Facultas.
- Hausmann, C., Universitätsklinikum Salzburg, & Kardinal Schwarzenberg Klinikum. (n. d.). *Psychische Belastungen durch COVID-19*. <https://salk.at/COVID/PsychischeBelastungen/story.html>
- Kachler, R. (2025). *Hypnosystemische Trauerbegleitung: Ein Leitfaden für die Praxis*. Carl-Auer.
- Maurer, F. (2022). *Fehlgeburt – eine kleine Geburt: Die Physiologie kennen, professionell handeln*. Elwin Staude.
- Schwander, M. (2025). *Wenn Kinder sterben und Eltern ihre Kinder verlieren: Grundlagen und Antworten für Eltern, Angehörige und Fachpersonen*. Haupt.
- Smeding, M. (2008). *Trauer erschliessen: Eine Tafel der Gezeiten*. Hospiz.
- Sove, S. (2023, März 12). Ein Brief an mein nie geborenes Kind. *Das Magazin, Tages-Anzeiger*.



**Fachstelle Kindsverlust während Schwangerschaft,
Geburt und erster Lebenszeit**

Belpstrasse 24 | 3007 Bern

Telefon 031 333 33 60 | fachstelle@kindsverlust.ch

www.kindsverlust.ch

Spendenkonto: PC 30-708075-5