

Beratung und Begleitung

nach schweren Geburten, traumatischen Erlebnissen sowie für Eltern, die ein Kind vor, während oder nach einer Geburt verabschieden müssen

Manchmal verläuft eine Schwangerschaft oder eine Geburt ganz anders als man sich das vorgestellt hat. Die erwarteten Glücksgefühle bleiben aus, das Selbst- und Weltbild kann ins Wanken geraten.

Die Gründe hierfür sind sehr vielfältig. Sie allein entscheiden darüber, wie Sie Ihr Schwangerschaftserleben und Ihre Geburtserfahrung einschätzen.

Was von jedem einzelnen Menschen als traumatisch erlebt wird, ist sehr individuell und hängt von einer Vielzahl von Faktoren und bisherigen Lebensereignissen und Lebenserfahrungen ab.

Unser Beratungsteam besteht aus drei erfahrenen Hebammen mit Zusatzausbildung/Weiterbildung in Traumaberatung, Coaching und Trauerbegleitung. Wir als Fachberaterinnen begleiten und beraten Sie gerne, sowohl während der Schwangerschaft als auch nach einer Geburt.

Wir unterliegen der gesetzlichen Schweigepflicht, das heißt: Anrufe, E-Mails und Gespräche werden streng vertraulich behandelt.

Mögliche Beratungsthemen können sein:

Geburtsplanung

Haben Sie bereits eine belastende oder traumatische Geburtserfahrung hinter sich, kann Ihnen eine Geburtsplanung für die nächste Geburt helfen, um Ängste zu mindern. Gemeinsam mit Ihnen arbeiten wir bei der Geburtsplanung die Schwierigkeiten und die erlebten Gefühle bei der vorangegangenen Geburt auf. Um Ihr Sicherheitsgefühl und das Vertrauen zu stärken, treffen wir verbindliche Absprachen mit den Fachärzt:innen und Hebammen im Kreißaal.

Auch bei traumatischen Vorbelastungen wie z.B. eine vorherige Gewalt- oder Missbrauchserfahrung ist eine einfühlsame Geburtsplanung sinnvoll.

Beratung und Begleitung während einer Risikoschwangerschaft

Müssen Sie bereits vor der Entbindung stationär in unserer Klinik betreut werden, unterstützen wir Sie ebenfalls gerne. Gründe für eine stationäre Aufnahme während der Schwangerschaft können vorzeitige Wehen, eine Cervixverkürzung, ein vorzeitiger Blasensprung, eine dadurch drohende Frühgeburt oder eine Plazenta praevia bzw. vaginale Blutungen sein. Persönliche begleitende Gespräche können helfen, um mit der schwierigen Situation und belastenden Gefühlen umzugehen.

Beratung und Begleitung nach der Geburt

Jede Geburt ist ein Ausnahmezustand und unabhängig vom Verlauf kann das Bedürfnis bestehen, mit einer Fachperson über das Erlebte und die damit zusammenhängenden Gefühle zu sprechen.

Folgende Geburtssituationen bringen manchmal eine nötige Aufarbeitung mit sich:

- Ungeplante, langwierige oder sehr schnelle Geburtsverläufe
- Interventionen wie eine Saugglocke oder ein (Not-)Kaiserschnitt
- Unachtsame Behandlung durch Geburtshelfer oder Angehörige
- Gefühle von Hilflosigkeit, Ohnmacht und Kontrollverlust
- Angst um das eigene oder das Leben des Kindes
- Verletzung der körperlichen Unversehrtheit durch Narben
- Trennung von Mutter und Kind nach der Geburt
- Eine Frühgeburt
- Ein krankes oder lebenslang beeinträchtigtes Kind
- Ein Sternenkind

Nicht jede dieser Geburtssituationen löst ein Trauma, eine posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) oder eine postpartale Depression aus.

Diese Symptome können Folgen einer traumatischen Erfahrung sein:

- Ambivalente Gefühle, Schuld- und Versagensgefühle und/oder Gefühle von Enttäuschung und Scham
- Schlafstörungen, Alpträume und das Wiedererleben der traumatischen Situation (Flashbacks)
- Körperliche Symptome wie Herzrasen, Zittern, Schweißausbrüche, körperliche Anspannung, Schreckhaftigkeit und Konzentrationsstörungen
- Ängste und/oder Panikattacken
- Depressionen und emotionale Taubheit

Vertrauliche und anonyme Geburten

Die vertrauliche Geburt ist ein bundesweites gesetzlich verankertes Hilfsangebot für Frauen, die ihre Schwangerschaft geheim halten möchten und sich ein Leben mit dem Kind nicht vorstellen können. Dieses Verfahren sichert der Frau größtmögliche Vertraulichkeit zu und ermöglicht gleichzeitig eine medizinische Betreuung während der Schwangerschaft sowie eine medizinisch betreute sichere Entbindung. Für eine vertrauliche Geburt muss die Schwangere nur einmal ihre Anonymität aufgeben, und zwar gegenüber einer besonders geschulten Beraterin der unten genannten Beratungsstellen. Alle Kontakte mit der Klinik sowie alle Gespräche, Behandlungen und medizinische bzw. pflegerische Dokumentationen werden unter einem von der

Schwangeren gewählten Pseudonym geführt.

Beratungsstellen

- Familienplanungszentrum
- Pro Familia Beratungszentrum

Trauerbegleitung

Ein Kind zu verlieren – ob vor, während oder nach einer Geburt – ist eine der schwersten Erfahrungen, die wir im Leben machen können.

Dabei spielt es keine Rolle, wie alt das Sternenkind war und wann die Trauer nach dem Verlust zum Vorschein kommt.

Nichts ist mehr wie es war!

Wir bieten eine individuelle Trauerbegleitung, Beratung und Unterstützung nach Sternenkindgeburten in einem sicheren und vertraulichen Rahmen an.

Unser Beratungsangebot richtet sich an Mütter und Väter, Eltern, Partnerschaften und Familien.

Vereinbaren Sie gerne einen Termin für ein individuelles Beratungsgespräch mit uns.

Kontakte

Traumaberatung

Jutta Krebs

Hebamme
+49 176 53867018

Christina Jahn

Hebamme
+49 176 574 70 336
chr.jahn@asklepios.com

Trauerbegleitung

Saskia Sonnenberg

Hebamme
+49 176 53867018

Ute Ehlert-In

Seelsorge
+49 40 1818 82-9015