



Mut zum Trauern befreit

*Liebe Mitglieder,
Freundinnen und
Freunde, Unterstützende
und Familien der
Sternenbrücke!*

Kaum ein Ereignis der Nachkriegszeit hat den Blick auf unser Leben so sehr verändert wie der Krieg in der Ukraine. Die Folgen der Covid-Pandemie werden nun begleitet von Sorgen über die Bezahlbarkeit der Lebenshaltungskosten, der Ungewissheit, ob es den eigenen Arbeitsplatz bald noch geben wird, und der erschütternden Frage, ob der Frieden im restlichen Europa aufrechterhalten werden kann.

Diese allgegenwärtige Ungewissheit spüren wir auch in der Sternenbrücke, und sie hat mich dazu bewogen, Ihnen auf den folgenden Seiten von Familien zu berichten, die von der lebensverkürzenden Erkrankung ihres Kindes erfahren. Sie sind nach der Diagnose plötzlich einer unausweichlichen Situation ausgesetzt, die ihnen buchstäblich „den Boden unter den Füßen“ wegzieht.

Die neuen Umstände stellen sie vor Herausforderungen, etwa die Pflege ihres Kindes mit komplexen Hilfsmitteln zu erlernen oder sich in komplizierte sozialrechtliche Fragestellungen einzuarbeiten.

Nach einem sehr intensiven Gespräch mit verwaisten Eltern an unserem „Tag der Erinnerung“ im September habe ich begonnen, Parallelen zwischen der Situation der betroffenen Familien und gesellschaftlichen Krisen zu sehen. Damit in Krisenzeiten das Miteinander nicht zerbricht, sollten eigene Sorgen und Ängste Raum finden dürfen. Offener Austausch hilft, die eigene Trauer zuzulassen und verständnisvoll auf seine Mitmenschen eingehen zu können.

In diesen schweren Zeiten freuen wir uns einmal mehr über Ihre wertvolle Unterstützung und wünschen Ihnen ein friedvolles Miteinander in der Advents- und Weihnachtszeit und trotz aller Krisen einen zuversichtlichen Blick auf das kommende Jahr.

Ihr *Peer Gent*



Peer Gent



Den persönlichen Weg durch die Trauer finden

Jährlich im September begehen wir bei uns im Kinder-Hospiz den „Tag der Erinnerung“. Zu diesem besonderen Tag laden wir alle Familien ein, deren Kinder in der Sternenbrücke gestorben sind, um ihrer gemeinsam zu gedenken. In vertrauter und zugleich herzlicher Atmosphäre werden die Namen aller „Sternenkinder“ verlesen, jede ihrer Lampen im „Garten der Erinnerung“ wird entzündet, und kleine, liebevolle Rituale des gemeinsamen Gedenken werden durchgeführt. Es wird miteinander erinnert und erzählt sowie zusammen gesungen und gegessen. Dieses einfühlsame Beisammensein führt zu intensivem Austausch zwischen den Familien und Mitarbeitenden der Sternenbrücke. Besonders bewegend sind Gespräche mit Familien, die bereits einen Weg für ihre Trauer gefunden haben und gestärkt auf ihr verändertes Leben blicken können, aber auch mit Familien, die noch am Anfang dieses Weges stehen.

Die Diagnose verändert alles

Die Diagnose einer lebensverkürzenden Erkrankung des eigenen Kindes erschüttert das gesamte Familiensystem. Die bisherige Welt wird buchstäblich auf den Kopf gestellt – Angst und Sorge um das eigene Kind sind von nun an stete Begleiter. Die Eltern sehen sich vor völlig fremde Herausforderungen gestellt und müssen versuchen, ihrem Leben eine neue Struktur zu geben. Plötzlich müssen Familien lernen, ihr Kind umfassend zu pflegen und Entscheidungen über die besten Behandlungsmethoden zu treffen. Durch diese Faktoren, die das Leben von nun an begleiten, ist es häufig nicht beiden Elternteilen möglich, berufstätig zu bleiben. Es kommt nicht selten vor, dass betroffene Familien ihre Ersparnisse aufbrauchen müssen und der finanzielle Druck ihre Situation verschärft.

Diese Umstände können das gesamte Familiengefüge und die eigenen Kraftreserven stark belasten.



Familien bei einem Begegnungswochenende



Im Regenbogenclub erleben Geschwister einen altersgerechten Umgang mit Trauer

Vertrauen ist der Schlüssel

Das Kinder-Hospiz Sternenbrücke hat es sich zur Aufgabe gemacht, betroffene Familien sorgsam auf ihrem schweren Weg zu begleiten und bestmöglich zu unterstützen. Während der wiederkehrenden kurzen Aufenthalte zur Entlastung geht es vor allem darum, den Angehörigen Zeit zu schenken – Zeit für sich selbst, für das gesunde Kind, aber auch mit dem erkrankten Kind. Der erste Aufenthalt in einem Kinderhospiz ist für viele Familien ein großer Schritt. Es ist nicht einfach, sich einzugestehen, dass das eigene Kind sterben muss, und es erfordert zunächst Überwindung, sich den Mitarbeitenden der Sternenbrücke anzuvertrauen.

Das bedeutet nicht nur, Vertrauen zu fassen, die pflegerische Versorgung seines erkrankten Kindes in die Hände unserer Pflegefachkräfte zu legen, sondern auch, sich unseren Trauerbegleiterinnen zu öffnen und mit ihnen ins Gespräch zu gehen. Durch diesen Prozess des Vertrauensfassens gewinnen Angehörige schrittweise auch wieder Zeit für sich. Zeit, in der man – zumindest in kleinen Momenten – für sich selbst sorgen und Kraft tanken kann.



Gespräch im Rahmen der Trauerbegleitung

Mut zu trauern

Die Trauer begleitet Familien über den gesamten Krankheitsverlauf hinweg. Immer wieder sehen sie sich mit dem Verlust von Fähigkeiten des erkrankten Kindes konfrontiert. Es braucht Mut, sich einzugestehen, dass man eigentlich ständig trauert, oftmals aber keine Zeit dafür oder Angst davor hat, sich wirklich damit zu beschäftigen.

Unsere Erfahrungen zeigen, dass es vielfach guttut, seine Ängste und Sorgen laut auszusprechen. Bei der Auseinandersetzung mit der eigenen Trauer ist ein Umfeld der Sicherheit und Stabilität, wie es in der Sternenbrücke erlebt werden kann, hilfreich. Gemeinsam schwere Situationen auszuhalten, verständnisvolle Zuhörende an der Seite zu wissen und in den zum Teil extremen Gefühlslagen nicht bewertet zu werden, sondern sich auf Augenhöhe zu begegnen, kann für die betroffenen Angehörigen sehr bedeutend sein. In der Sternenbrücke finden Familien stets ein offenes Ohr oder eine Schulter zum Anlehnen. Auch innerhalb der Familie sind die Ausdrucksformen der eigenen Trauer nicht immer eindeutig, denn der Umgang mit einem Verlust ist so individuell wie die Person, die sich diesem Gefühl ausgesetzt sieht. Deshalb besteht die Arbeit der Trauerbegleiterinnen in erster Linie darin, die betroffenen Angehörigen so zu begleiten, dass sie ihre Ressourcen selbst entdecken und zum Einsatz bringen, um daraus Kraft und Zuversicht schöpfen zu können. Sich der eigenen Trauer zu stellen, ist ein erster Schritt auf dem Weg, an dessen Ende im besten Fall die Erkenntnis stehen kann, dass das Leben durchaus auch wieder seine schönen Seiten haben darf.

Kraftquellen finden

Die eigenen Kraftquellen zu finden und sie für sich nutzen zu lernen, ist von besonderer Bedeutung, wenn man trauert. In der Sternenbrücke bekommen Familien Impulse, was eine Kraftquelle sein kann. Letztendlich entscheiden Betroffene aber selbst, was sie stärkt: Einige schöpfen Kraft aus dem Niederschreiben ihrer Gefühle. Andere durch sportliche Betätigung, in der Natur oder dem Ausleben von Hobbys. Viele schätzen aber auch den Austausch mit anderen An- und Zugehörigen in der Sternenbrücke, da sie sich in diesem besonderen Miteinander erstmals wieder verstanden fühlen. So finden sich in Gesprächen immer wieder Parallelen in gemeinsamen Erfahrungen, auch wenn sich die Krankheitsverläufe der jeweiligen Kinder unterscheiden. Dieser offene Austausch ergibt sich häufig in den Kreativangeboten wie der Stein- oder Schreibwerkstatt und führt in manchen Fällen auch zu tiefen Freundschaften, die über den Aufenthalt in der Sternenbrücke hinausreichen.

Veränderung zulassen

Stirbt ein Kind, passiert, wovor sich die Angehörigen immer gefürchtet haben.

Sie empfinden plötzlich eine große Leere, und tiefe Trauer umhüllt sie. Die Unterstützung durch liebevolle Rituale in der Sternenbrücke ist nur ein erster kleiner Schritt auf dem Weg ihrer Trauer. Dieser kann für den Einzelnen unterschiedlich lang sein, wird aber stets von den Mitarbeitenden der Sternenbrücke an seiner Seite begleitet, bis man Schritt für Schritt wieder festen Boden unter die Füße bekommt. Die Erkenntnis, dass neben der Lebensfreude auch Leid, Schmerz und Tod zum Leben gehören, kann helfen, den Tod des Kindes zu einem Teil des eigenen weiteren Lebens werden zu lassen. Ebenso gehören die Trauergefühle mit dazu, die sich wie alles im Leben mit der Zeit verändern werden. So können neue Kräfte entstehen, die es den Betroffenen möglich machen, dieses weitere Leben mit neuer Energie anzugehen. Wir freuen uns besonders darüber, dass eine unserer verwaisten Mütter selbst zu Stift und Papier gegriffen hat, um ihren Trauerprozess zu teilen. Sie hat es geschafft, Stärke im Verlust ihres Kindes zu finden, und setzt diese nun ein, um selbst Trauernden zu helfen.



Mein Name ist Karin Fiedler, ich bin 52 Jahre alt und verheiratet. Unsere Tochter Charlotte ist 2004 geboren und 2015 gestorben. Sie ist mit einer Hirnfehlbildung geboren und hat unser Leben auf den Kopf gestellt. Mit acht Jahren bekam Charlotte eine lebensbegrenzende Diagnose, und wir hatten den ersten Kontakt zur Sternenbrücke. Im Kinder-Hospiz habe ich gelernt, das Sterben meines Kindes zu akzeptieren. Vor allem war es wichtig, zu merken, dass wir nicht alleine sind mit dieser schweren Aufgabe. Als es Charlotte schlechter ging, haben wir mithilfe der Trauerbegleiter Entscheidungen getroffen und ihren Abschied geplant. Es gab schöne und traurige Momente, wir haben gelacht und geweint. Als Charlotte gestorben ist, durften wir viele Rituale (zum Beispiel Sarg bemalen, Aussegnung) erleben und wurden dabei liebevoll begleitet. Das Trauercafé, die Erinnerungstage und die Begegnungswochenenden waren für uns gute Angebote, um unsere Trauer zu verarbeiten. Die Gespräche und Aktivitäten waren Impulsgeber für meinen Wunsch, mich mit Tod und Trauer zu beschäftigen. Von den Trauerbegleitern erfuhr ich von einer Reha-Maßnahme für verwaiste Familien. Dort waren wir im Mai 2016, und in Tauheim wurde ich auf die Ausbildung zur Trauerbegleiterin aufmerksam gemacht. Die Frage war: Wie nehme ich meine verstorbene Tochter mit in die Zukunft? Die Erfahrungen mit ihr haben mich verändert, ich wollte nicht wieder in meinem alten Beruf als Erzieherin tätig sein. Die Begegnungen mit trauernden Menschen zeigten mir, dass ich in der Lage bin, mich auf die Trauer anderer einzulassen. Besonders die „jungen Menschen“ haben mich stark beeindruckt. Die Ausbildung zur Trauerbegleiterin für Kinder und Jugendliche habe ich beim Institut für Trauerarbeit in Hamburg gemacht. Ich bin ehrenamtlich bei einem ambulanten Hospizdienst tätig. Ich durfte Kindern in ihrer akuten Trauer beiseite stehen, und alle 14 Tage begleite ich eine Kindertrauergruppe. Es bereitet mir große Freude, Menschen in dieser Form Zeit zu schenken.

- Karin Fiedler

In Erinnerung
Juanito
(7 Jahre, 10 Monate)
† 14.09.2022

Lina
(2 Jahre, 1 Monat)
† 23.09.2022

Lukas
(25 Jahre, 1 Monat)
† 02.10.2022

Caiden
(6 Jahre)
† 31.10.2022

Chiara
(16 Jahre, 8 Monate)
† 04.11.2022



Kinder-Hospiz

Sternenbrücke

Aktuell

Dezember 2022

Stiftung

Kinder-Hospiz Sternenbrücke

Vorstand

Peer Gent (Vors.)

Sonja Albers (stellv. Vors.)

Thorben Nerge

Kuratorium

Dr. Ekkehard Nümann (Vors.)

Annegrethe Stoltenberg (stellv. Vors.)

Michael Berndt

Kai Möhrle

Dagmar Reim

Prof. Dr. Michael Schulte-Markwort

Dr. Isabella Vértes-Schütter

Förderverein Kinder-Hospiz Sternenbrücke e. V.

Vorstand

Sonja Albers

Peer Gent

Dr. Raymund Pothmann

Christine Rinke

Christiane Schüddekopf

Spendenkonten der Stiftung

Evangelische Bank

IBAN: DE52 5206 0410 0006 4368 62

BIC: GENODEF1EK1

Hamburger Sparkasse

IBAN: DE69 2005 0550 1001 3007 87

BIC: HASPDEHXXX

Spendenkonten des Fördervereins

Hamburger Volksbank

IBAN: DE54 2019 0003 0002 3333 33

BIC: GENODEF1HH2

Hamburger Sparkasse

IBAN: DE74 2005 0550 1343 5001 10

BIC: HASPDEHXXX

Impressum

Herausgeber:

Stiftung Kinder-Hospiz Sternenbrücke

Sandmoorweg 62, 22559 Hamburg

Telefon: 040 - 81 99 12 0

Fax: 040 - 81 99 12 50

Red.: N. Ischdonat, P. Wahl

Grafik: Lohrengel Mediendesign

www.sternenbruecke.de

HAMBURGER HOSPIZWOCHE 2022



Anlässlich der diesjährigen Hamburger Hospizwoche kamen interessierte Besucherinnen und Besucher am 11. Oktober zu uns in die Sternenbrücke, um einen Einblick in unsere Arbeit, die Angebote sowie Räumlichkeiten zu erhalten.

Der Abend, der unter dem Motto „Ein Blick hinter die Kulissen“ stand, wurde mit einem einfühlsamen Vortrag unserer Hospizreferentin Christiane Schüddekopf eröffnet.

Im Anschluss erhielten die Gäste die Möglichkeit, in kleinen Gruppen, die von hauptamtlich Mitarbeitenden geführt wurden, die Räumlichkeiten sowie das Außengelände des Kinder-Hospizes kennenzulernen. Während der Führungen wurden – zu unserer großen Freude – zahlreiche Fragen gestellt, inspirierende Gespräche geführt und liebevolle Eindrücke geteilt.

Abschließend trafen sich alle Gruppen im Kaminzimmer der Sternenbrücke, um noch einmal ins Gespräch zu kommen und den Abend gemeinsam ausklingen zu lassen.

In einem regen Austausch schilderten die Gäste ihren Besuch als eine sehr bereichernde und erfüllende Erfahrung. Glücklich und dankbar blicken wir auf eine rundum schöne Veranstaltung zurück, die wir gerne wiederholen möchten.

AKADEMIEPROGRAMM 2023

www.sternenbruecke.de/akademie

Auch im kommenden Jahr erwartet Sie wieder ein vielfältiges Angebot an etablierten und neuen Ansätzen zur Begleitung von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit einer lebensverkürzenden Erkrankung.

Auf unserer Homepage unter www.sternenbruecke.de/akademie

finden Sie das komplette Fort- und Weiterbildungsprogramm für 2023 zum Herunterladen sowie eine unkomplizierte Online-Anmeldung für alle Fort- und Weiterbildungen.

Wir freuen uns, wenn Sie sich für unsere angebotenen Kurse interessieren und wir Sie in der Akademie begrüßen dürfen!

Wollen Sie unsere jährlich erscheinende Akademiebrochure sowie aktuelle Infos aus unserer Akademie per E-Mail oder Post erhalten? Dann melden Sie sich für unseren Akademie-Newsletter an unter:

www.sternenbruecke.de/akademie-newsletter



Die Sternenbrücke ist bei LinkedIn und XING!



Seit diesem Jahr berichten wir nun auch in den sozialen Netzwerken LinkedIn und XING über Neuigkeiten aus unserem Haus. Mit vielfältigen Beiträgen möchten wir einen Einblick in die Kinderhospizarbeit geben und diese weiter in die Öffentlichkeit tragen. Wir freuen uns über jede und jeden, die und der unsere Arbeit verfolgen und uns so auf unserem Weg begleiten möchte.

Wenn Sie den Infobrief nicht mehr oder lieber per E-Mail erhalten möchten, können Sie sich hier ab- oder ummelden:

www.sternenbruecke.de/abo-infobrief
oder per E-Mail: info@sternenbruecke.de



Diese Infopost wurde ermöglicht durch:
fix international services, Hamburg,
und Haase-Druck GmbH, Hamburg

Das Kinder-Hospiz Sternenbrücke ist Mitglied im Diakonischen Werk, im Deutschen Hospiz- und Palliativverband e.V. und im Deutschen Kinderhospizverein e.V.