



Liebe Freunde,

schon wieder ist ein Jahr fast zu Ende gegangen. Es war voll von Ereignissen, voll Arbeit und, wie nebenstehend beschrieben, voll von dankbaren Frauen und Familien. Auch wir hatten Grund, sehr dankbar zu sein, wie Sie auf Seite 2 und 3 lesen können. Die Firma Rossmann-online hat uns als Ausnahme 5 Kinderbetten gespendet und uns damit in die Lage versetzt, 5 Familien mit einem neuen Kinderbett eine ganz besondere Freude zu machen.

Ein anderer Schwerpunkt des Briefes ist unser VitaL-Seminar, das wir in Celle schon einige Jahre im Frühjahr anbieten. Am Inhalt eines Vortrags möchten wir Sie durch Buchauszüge etwas mehr teilhaben lassen.

Ich möchte an dieser Stelle all unseren treuen und spontanen Spendern herzlich danken, denn durch Ihre Gaben wird unsere Arbeit erst ermöglicht. Dieser Dank gilt natürlich genauso den Kirchengemeinden, die uns immer mal wieder eine Kollekte zukommen lassen.

Ich wünsche Ihnen für das Jahr 2016 alles Gute und Gottes Segen.

Ihre Ruth Kuske

## Eine wahre Geschichte

Das neue Jahr 2015 war gerade 14 Tage alt, da suchte eine junge Frau unseren Verein „Hilfe für Schwangere“ auf. Sie suchte dringend Rat und Hilfe, da sich erneut eine Schwangerschaft herausgestellt hatte.

Eigentlich sollte die Familienplanung abgeschlossen sein, 5 Kinder seien genug!

Das letzte Kind war gerade 2 Jahre alt - und nun das?

Der Familienvater hat vor 4 Jahren seine Arbeit verloren, da die Firma stark Stellen abbaut!

Über 12 Jahre hatte der Mann einen gut bezahlten Job und konnte seiner Familie ein stabiles Zuhause bieten! Ein Haus wurde mit Hilfe der großen Verwandtschaft gebaut, damit die Kinder ihren Freiraum haben konnten.

Doch nun kam alles anders!

Der Mann bekam eine schwere, nicht heilbare Krankheit, die die Familie stark belastet.

Wann immer es die Zeit zuließ, suchte sich die junge Frau einen Job, um etwas zum Unterhalt der Familie beizutragen!

Die junge Frau hatte sich schon mit dem Gedanken geplagt, einen Abbruch vorzunehmen zu lassen, damit sie wenigstens arbeiten gehen könne! Aber glücklich war sie nie mit dem Gedanken!

Bei einer späteren Vorsorgeuntersuchung, wurde per Ultraschall dann auch noch festgestellt: ES SIND ZWILLINGE!



Für die werdende Mutter war es ein Schock!! 7 Kinder sind dann zu versorgen!?

Jetzt kam ein Abbruch schon gar nicht mehr in Frage! Aber die Not blieb und die vielen Fragen ebenfalls!

Wie kann es gehen, wie können wir es schaffen und wo bekommen wir Hilfe her?

Mit all diesen Fragen, saß die junge Frau dann bei uns im Büro!



In dem Gespräch sagte sie, dass ihr Frauenarzt sie zu uns geschickt hatte!

In vielen Gesprächen haben wir gemeinsam nach verschiedenen Hilfestellungen gesucht!

Babywäsche und Ausstattung konnte die werdende Mutter bei uns bekommen.

Bei unseren Mitarbeiterstunden haben wir gemeinsam beschlossen, dieser Familie mit anderen Sachspenden weiter zu helfen! (z.B. Windeln und Babyahrung)

Die Großfamilie hat sich sehr über jede Form von Hilfe dankbar gezeigt und wir haben heute noch einen regen und guten Kontakt zueinander!

Immer wieder können wir hören, wie froh und dankbar Frauen sind, dass es unseren Verein überhaupt gibt!

Auch wir Mitarbeiter freuen uns jedes Mal wieder von Neuem, wenn wir anderen Hilfesuchenden auch Möglichkeiten bieten

können!

Allen Freunden von „Hilfe für Schwangere e.V.“, möchten wir auch auf diesem Wege noch einmal von Herzen danken!

Birgit Labanowicz

2. Vorsitzende

## Betten, Betten, Betten ....

Was macht man, wenn man im Lager Betten hat und eins nach dem anderen von schwangeren Frauen und Familien, die ihr Baby schon bekommen haben, ausgeliehen wird? Betten kommen nicht, wie Babykleidung nach einigen Wochen wieder zurück, sondern bleiben meistens für die ersten Jahre bei den Familien.

Wir hatten in der letzten Zeit vermehrt Anfragen von Hebammen nach Babyausstattung für Flüchtlingsfamilien, z. B. nach Babybetten. Es kam der Moment, wo wir keine Betten mehr in unserem Lager hatten. In der Not, für eine Familie unbedingt ein Bett zu benötigen, guckte ich während des Telefongesprächs mit der Hebamme in meinen PC.

Ich hatte verschiedene Ideen, z.B. sah ich schöne günstige Betten bei Rossmann online. Als ich mich da durchklickte, waren die Versandkosten sehr hoch, weil so ein Bett natürlich Gewicht hat und sperrig ist. Ich rief bei Rossmann an, schilderte unsere Lage, erklärte, dass wir unsere Hilfe nur mit Spendenmitteln bewältigen und wollte fragen, ob die Betten vielleicht auch an eine Filiale geliefert werden könnten, damit wir sie dort abholen. Nach der Beschreibung unserer Situation, noch bevor ich meine eigentliche Frage stellen konnte, kam vom anderen Ende: „Und jetzt wollen sie fragen, ob sie ein Bett gespendet bekommen können?“ Im ersten Moment war ich sprachlos, fing mich dann schnell wieder und fand die Idee super. Ich rief bei der





Dame an, die mir als Ansprechpartnerin genannt wurde. Sie bat mich, meinen Wunsch schriftlich per Mail zu schicken. Ich überlegte kurz und schrieb gleich los: Nach der Schilderung unseres Hilfsangebotes für Frauen und der Beschreibung der gähnenden Leere in den Bettenregalen kam ich zu meinem Anliegen: Ich würde mich freuen, wenn ich 5 Kinderbetten zu einem günstigen Sonderpreis bekommen könnte, evtl. mit Spendenbescheinigung.

Die Antwort von Rossmann hat mich sehr glücklich und dankbar gemacht. Dort hieß es, dass sie im Moment viele Anfragen haben, dass sie mir aber diese Betten durch einen besonderen Umstand kostenlos zur Verfügung stellen könnten, wenn ich sie abholen würde. Es wäre z.B. die Verpackung defekt oder Ähnliches. Ich schwebte förmlich auf Wolke 7. Die Kartonmaße wurden auch gleich mitgeliefert, sodass ich messen konnte, wo wohl 5 solcher Kartons reinpassen würden. Ich bin es gewohnt, dass mit unserem Auto, einem Seat Alhambra „seeehr“ viel zu transportieren ist. Es wurde also gemessen, Sitze hochgeklappt und noch einmal gemessen und dann meinte ich: Es müsste eigentlich alles reinpassen.

Ich fuhr also nach Burgwedel.

Als ich vor der Tür stand und ersten Kontakt zu der Mitarbeiterin hatte, fragte diese: „Und wo sollen die Betten rein?“ Angesichts der Gitterbox mit den 5 riesigen Kartons wurde mir auch etwas mulmig. Ich sagte: „In mein Auto sollen die Betten.“ Großes Fragezeichen bei den Anwesenden. Wir fingen an einzuladen und ein Bett nach dem anderen fand seinen Platz im Auto. Zum Schluss noch etwas zusammenschieben und das letzte Bett füllte die Restlücke aus. Großes Staunen wegen meiner Messkünste und des großen Stauraumes war auf der Seite der Rossmann-

Mitarbeiter und ich fuhr voller Dankbarkeit mit meiner kostbaren Last wieder nach Celle zurück. Diese Betten sind schon fast alle inzwischen ausgeliehen und wir haben von privaten Spendern jetzt wieder Nachschub bekommen. Wir sind sehr dankbar für die Unterstützung, die uns auf diese Weise immer wieder ganz praktisch erreicht! Vielen Dank auch auf diesem Wege noch einmal an die Firma Rossmann-online in Burgwedel!

Ruth Kuske



So sehen die super-schönen Betten aus!





Liebe Freunde und Spender, als Kassiererin arbeite ich normalerweise im Hintergrund und Sorge mit dafür, dass unsere Arbeit reibungslos abläuft. Ab und zu jedoch wage ich mich auch einmal aus der Deckung. So haben wir uns im Spätsommer am Stadtteilstfest Neuenhusen beteiligt und ich war auch mit am Stand. Viele Leute mittleren Alters (also jenseits der 25) waren dort und wurden von uns mit Handzetteln versorgt. Interessant finde ich es, dass sie das zuerst immer mit dem Argument zurückweisen, sie seien mit dem Thema "Schwangerschaft" schon durch. Aber jeder kann in seinem Umfeld bei Bedarf auf

uns aufmerksam machen, da uns leider auch nach 26 Jahren noch nicht jeder kennt. Wir alle - egal wie alt - wünschen uns doch, dass die Welt weiterläuft und wollen auch in Zukunft Kinderlachen hören und junge Familien sehen. Deshalb geht das Thema uns alle etwas an.

Ihnen ein gesegnetes Weihnachtsfest, ein gutes und friedvolles Jahr 2016, gerade in diesen unruhigen Zeiten, wünscht  
Ihre Kerstin Cassier



Vital - Es gibt Alternativen!

Beraterinnen

Abtreibung

Alternativen

Kontakt

Spot



Ungewollt  
schwanger?

0800 36 999 63



### Vital - Was ist das?

Vital(gesprochen Vita L) ist eine Hotline für jedermann/frau die Hilfe bei Fragen rund um die Schwangerschaft sucht. Es sind aktuell 2 Celler Beraterinnen, die bei Vital mit beraten. Vital ist 24 Stunden besetzt und für ganz

Deutschland zuständig. Die Beraterinnen klären zuerst mit der/m Anrufenden deren Situation, um dann zu sehen, welche Hilfsmöglichkeiten es gibt. Es gibt eine Liste mit Beratungsstellen und Organisationen deutschlandweit, die den Frauen

unterstützend zur Seite stehen.

Im Frühjahr haben wir in den letzten Jahren eine Fortbildung in Celle angeboten. 2015 mit den Themen Radiologie in der Schwangerschaft und mögliche Folgen nach einem Schwangerschaftsabbruch. Die Referentinnen waren Ärztinnen.



Eine der Referentinnen, Dr. Angelika Pokropp-Hippen hat ihre Erfahrungen in dem Buch „Wege zum Schattenkind“ dargelegt, aus dem Birgit Labanowicz einiges herausgeschrieben hat:

### Schuld, Scham und Sehnsucht

Eine Abtreibung belastet die Frau psychisch stark und kann zu Folgeerkrankungen führen, zum „Post – Abortion – Syndrom“ (engl. Kurz: PAS).

Unterschiedliche Auslöser (trigger) lassen bisweilen unwillkürlich innere Bilder auftreten und damit verbundene Gefühle wie Angst und Panikattacken. So wurde eine Lehrerin durch die Kinder in ihrer Grundschulklasse ständig an ihr abgetriebenes Kind erinnert, das gleich alt gewesen wäre.

Nach der Abtreibung verminderte sich ihr Selbstwertgefühl derart, dass sie sich das Autofahren nicht mehr zutraute und schließlich berufsunfähig wurde.

Eine Therapie, die nicht auf das Trauma der Abtreibung einging, führte zu einer Symptomverschiebung: Die Patientin konnte zwar wieder Auto fahren, litt nun aber an Angst vor Krebs. Erst eine Psychotherapie, welche die Abtreibung und deren Begleitumstände einbezog, machte die Frau fähig, das Trauma zu verarbeiten und sich wieder dem Leben zuzuwenden. Die persönliche Mitverantwortung an der

Abtreibung erschwert die Überwindung des Traumas.

Oft können sich Frauen (und Männer) nicht verzeihen, wenn sie erkennen, dass sie ein Kind abgetrieben haben.

Drei Faktoren sind es, welche die Heilung beeinträchtigen: Schuld, Scham und Sehnsucht nach dem Kind<sup>1</sup>.

Ein Ehepaar war lange verheiratet, als die Frau schwanger wurde. Zwei „ergebnisoffene“ Beratungsgespräche machten der Frau nicht jenen Mut zum Leben mit dem Kind, den sie suchte.

Der Ehemann wollte wieder eine Frau, die frei von Konflikten wegen der Schwangerschaft war, und drang auf Abtreibung.

Nach dem Eingriff erwachte sie mit dem Gefühl einer großen inneren Leere und dem Gedanken:

„Ich habe mein Leben abgeschnitten!“ Sie wurde schwer depressiv. Beide Partner dachten an Selbstmord. Die Ehe geriet in eine große Krise. Der Mann erkannte, dass er, statt Frau und Kind zu schützen, egoistisch gehandelt hatte. Ein Ersatzkind sollte helfen, die Sehnsucht nach dem verlorenen Kind zu mildern. Die Geburt verlief kompliziert und das Baby

musste für einige Tage in die Kinderklinik. Die Mutter entwickelte sofort Verlustängste. Diese sind oft Ausdruck unbewusster Bestrafungsfantasien. Die Eltern lebten mit dem Kind in einer Atmosphäre ständigen Streites und dem inneren Auftrag, aneinander zu leiden.

Das Leben durfte nicht mehr schön sein, weil das erste Kind nicht leben durfte.

Die Psychotherapie machte diese Zusammenhänge bewusst.

Das Bild (siehe unten), in dem die Frau ihre Gefühle malte, zeigt sie in einem Käfig. Sie ist ohne Hände und Füße, handlungsunfähig, ohne Bodenhaftung. Ihr Mund ist traurig. Sie sieht sich im Blut des Kindes im Käfig ihrer Scham und Schuld gefangen. Andere Frauen, so sagt sie, litten auch so: „**Wir müssen endlich diese Käfigtüren des Verschweigens öffnen und davon sprechen, wie sehr man nach einer Abtreibung leiden kann!**“



<sup>1</sup>Zitat Dr. Susanne Mann



## VitaL-Seminar in Celle

Bei dieser schweren Kost war der Austausch in den Pausen und das Gesprächsangebot der Referentin sehr wichtig.



Die sehr aufmerksame Zuhörerschaft wollte nach der Problembeschreibung natürlich auch wissen, ob es Möglichkeiten der Hilfe für diese Frauen gibt. Auch dieser Teil wurde hier aus dem Buch „Wege zum Schattenkind“ entnommen:

### „Wege zur Heilung“

Heilung ist ein Geschehen, das Körper, Geist und Seele einbezieht. Sie führt durch Verarbeiten der Verletzungen zu einer reiferen Persönlichkeit. Bei einer Abtreibung kommt es zu einer vielschichtigen Verletzung. Die betroffene Frau beginnt zu trauern, wenn sie entdeckt, dass sie nicht „etwas“, sondern „jemand“ verloren hat. Die Trauerarbeit wird erschwert durch das Einwilligen in die Tötung des ungeborenen Kindes und die Verantwortung dafür, die oft als Schuld empfunden wird. Die Betroffenheit kann so groß sein, dass die natürlichen Phasen

der Trauerbearbeitung nicht stattfinden können. Auf dem Weg zur Heilung sind dann erst die emotionalen Blockaden zu bearbeiten. Abtreibungsfolgen müssen auch in einem größeren Zusammenhang zur Sprache kommen. So sollen die Rollen des Partners und Kindsvaters im Schwangerschaftskonflikt und bei der Abtreibung sowie die verletzten Gefühle der Frau besprochen werden. Empfindungen wie Enttäuschung, Wut und Verzweiflung spielen eine Rolle. Die Schuld gegenüber dem nicht geborenen Kind sowie sein Fehlen in der Familie sollten bedacht werden.

Eine Patientin suchte mich wegen einer depressiven Erkrankung mit Angstsymptomen und körperlichen Beschwerden auf. Sie hatte nach einer Fehlgeburt und zwei Geburten drei Abtreibungen. Nach jeder Abtreibung verstärkten sich ihre Schmerzen im Unterleib und ihre Ängste. Dreißig Jahre wurde der Bezug zu den Abtreibungen nicht erkannt. Die Frau wurde vollständig von den Symptomen befreit, nachdem sie ihre verdrängten Gefühle in der Therapie bearbeiten und mit einem Seelsorger Gott um Vergebung bitten konnte. Auch die fehlende Verantwortung des egoistischen Ehemannes, der sie nicht unterstützte und die Abtreibung durch einen Freund organisierte, wurde benannt. Trauerarbeit fällt oft leichter, wenn ein Ort der Erinnerung an das ungeborene Kind eingerichtet oder aufgesucht

wird. Die Namensgebung für das Ungeborene ist ein wichtiger Schritt, um dem Kind seine personale Würde zurückzugeben. Trauerrituale führen das Kind, welches durch Abtreibung „entsorgt“ wurde, wieder der umsorgenden Liebe seiner Mutter zu.

Das Sprechen zur Überwindung von Gefühlsbarrieren kann durch Selbsthilfegruppen gefördert werden. Bei depressiven Erkrankungen sollte professionelle Hilfe möglich sein. Nach meiner Erfahrung ist der Weg zum Glauben an einen vergebenden Gott die wichtigste Hilfe, um Schritt für Schritt den Verlust des Kindes zu akzeptieren. Die Hoffnung dem Kind in der Ewigkeit in Liebe zu begegnen, hilft, die schmerzlichen Schritte von der Trauer hin zum Leben mit dem Verlust zu gehen.

Therapeutische und seelsorgerliche Begleitung von unter PAS leidenden Frauen muss dringend angeboten werden!



Beim Seminar war durch Tabea Kapelle (einer Mitarbeiterin) für das leibliche Wohl ausreichend gesorgt: dies war der Mottokuchen von VitaL und Hilfe für Schwangere

*Wir danken Fr. Dr. Pokropp-Hippen für die freundliche Abdruckerlaubnis*





## Liebesbrief an das Leben

Das Kind wurde adoptiert. Die Adoptiveltern waren sehr dankbar, dass die Mutter nicht abgetrieben hatte!

*Mein liebes Kind, ich weiß jene Sekunde unserer ersten Begegnung noch ganz genau. Es kommt mir vor, als sei es erst gestern gewesen. Du warst erst ein paar Stunden alt. Als ich in dein Zimmer auf der Geburtenstation trat, hast du tief geschlafen. Mit klopfendem Herzen stand ich an deinem Bettchen. Ich sah zum ersten Mal dein hübsches Gesicht und dein winziges Händchen. Du hast dann deinen kleinen Mund bewegt, als ob du mir zulächeln möchtest – auch die Krankenschwester, die dabei stand, bemerkte es und war zutiefst gerührt. In mir drin hörte ich dich deutlich sagen: „Hallo, Mama, da bin ich endlich.“ In diesem Augenblick hast du mein Herz für immer gewonnen. Ich hatte das tiefe Gefühl, dich schon ewig zu kennen, verband uns doch eine ganz besondere Geschichte miteinander.*

*Mittlerweile sind beinahe 3 Jahre vergangen. Aus dir ist ein überaus liebenswürdiger Junge geworden. Unzählige wunderschöne Begebenheiten durften wir miteinander erleben und dabei kostbare Erfahrungen machen. Staunend darf ich deine Lebensfreude und deinen kreativen Entdeckergeist hautnah spüren. Deine Begeisterung ist wunderschön mitzuerleben, wenn Verwandte und Freunde zu Besuch kommen. Ich freue mich an deinen Talenten und höre gerne zu, wenn du singst. Mit deinen unzähligen Fragen bringst du mich zuweilen in Erklärungsnot. Immerzu möchtest du wissen, warum und weshalb etwas so und nicht anders ist. Dadurch beginne auch ich über manches nachzudenken. Unser Haus ist, seit du auf Entdeckungstour unterwegs bist, richtig*

*belebt worden. Sämtliche Möbel und die Fußböden tragen Zeichen deiner schöpferischen Gaben. Durch dich habe ich Gelassenheit lernen dürfen. Mein Leben hat sich, seit du da bist, völlig geändert. Zu wissen, dass mein Einsatz und Schaffen einem anderen Menschen dient, gibt meinem Leben tiefen Sinn und Kraft. Jeder Tag mit dir ist spannend, und oft frage ich mich, wie du deinen Weg weitergehen wirst. Ja, das mit dem Gehen, meine ich in deiner Situation im wahrsten Sinn des Wortes. Du wurdest als ein „besonderes Kind“ geboren. Diese Tatsache wird uns ein Leben lang begleiten. Du wirst in deiner Mobilität ständig auf Hilfsmittel angewiesen sein. Im Alltag aber fällt mir das eigentlich gar nicht mehr auf. Wir dürfen immer wieder staunen, welch großes Potenzial in dir steckt. An die vielen Blicke, wenn wir miteinander unterwegs sind, habe ich mich längst gewöhnt. Manchmal kann ich mich sogar daran amüsieren. Du bist es,*



*der mir in vielen großen und kleinen Momenten immer wieder zeigt, wie unwesentlich es ist, ob man auf zwei Beinen durchs Leben geht oder einfach anders. Wie viele Möglichkeiten des „Gehens“ es gibt, habe ich erst durch dich kennen gelernt.*

*Und dennoch, es verging kaum ein Tag, an dem ich wegen dir nicht geweint habe. Wenn du abends in deinem Bett schläfst, streckst du manchmal dein Händchen von dir. Ich darf dann deine warme Hand halten und spüren, dass es keine Selbstverständlichkeit ist, dass du da bist. Ich möchte dir sagen, dass es immer Tränen der tiefen Verbundenheit und Dankbarkeit sind. Papa und ich freuen uns riesig, dass du da bist. Unser Leben ist durch dich kostbar und wunderschön geworden.*

*Wir lieben dich sehr,  
deine  
Mama*

Auch dieser Text wurde von Birgit Labanowicz aus dem Buch „Wege zum Schattenkind“ von Dr. Angelika Pokropp-Hippen ausgesucht.



Dr. Angelika Pokropp-Hippen, Ärztin und Psychotherapeutin, u.a. mit Schwerpunkt Traumatherapie, hat mit diesem Buch das totgeschwiegene Thema Abtreibungsfolgen aufgegriffen und bietet Frauen, die darunter leiden, Hilfen an.

Wenn eine Frau nach einer Abtreibung um ihr ungeborenes Kind trauert, ist sie oft mit ihren Gefühlen sehr allein. Im Falle der Erkrankung sucht die Betroffene häufig vergebens nach professioneller Hilfe.

Dieses Buch möchte Information und Hilfe bieten. Die Ärztin und Psychotherapeutin Dr. Angelika Pokropp-Hippen verdeutlicht die möglichen psychischen Erkrankungen

nach einem Schwangerschaftsabbruch und die typischen Symptome. Frauen berichten über ihre Geschichte vor und nach der Abtreibung. Die Hintergründe der Entscheidung werden beleuchtet. Es kommen Fachfrauen zu verschiedenen Aspekten der Thematik zu Wort. Durch Bilder, welche in der psychotherapeutischen Arbeit entstanden, sowie Fotos, Prosatexte und Gedichte wird die Thematik ergänzt. Es werden Wege zu einer gelingenden Trauerarbeit und zur Heilung beschrieben. Seelische Kraftquellen zur Überwindung von Isolation und depressivem Rückzug machen Mut, versöhnt das Leben anzunehmen.

Angelika Pokropp-Hippen  
Wege zum Schattenkind  
FE-Medienverlag  
312 Seiten, illustriert,  
Format A5, Pb.,

#### Impressum

##### Herausgeber

Hilfe für Schwangere e.V.  
Hannoversche Straße 59  
29221 Celle  
Tel.: (05141)217141

Redaktion B. Labanowicz, U. Hehlke,  
K. Kloke, R. Kuske

Spendenkonto Volksbank Celle

BLZ: 251 900 01

Kontonummer 825 210 600

Iban: DE 11 2519 0001 0825 2106 00

BIC: VOHADE2HXXX