

Aktuell – Aktuell – Aktuell – Aktuell – Aktuell

Interventionsstudie zur Begleitung von Frauen nach perinatalem Verlust

Sternenkinder



Begleitung von Müttern nach Fehlgeburten

Mit dem Verein Himmelskind, Schweiz und dem Weiterbildungsinstitut
Psychotraumatologie / AstridSaragosa-Geburtsnachsorge

Aktuell – Aktuell – Aktuell – Aktuell – Aktuell

Interventionsstudie zur Begleitung von Frauen nach perinatalem Verlust

Worum geht es?

Wenn ein Kind während der Schwangerschaft, bei der Geburt oder kurz danach stirbt, hinterlässt das bei betroffenen Müttern tiefe Spuren. Solche perinatalen Verluste sind eine seelische Erschütterung – sie stellen nicht nur einen Trauerprozess dar, sondern können auch traumatisch erlebt werden.

Zahlreiche Studien zeigen, dass Frauen nach einem solchen Erlebnis deutlich erhöhte Raten an Depressionen, Ängsten und Symptomen einer posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) aufweisen können (Cacciatore et al., 2017; Koert & Daniluk, 2010). Dennoch fehlt es in der Versorgung an speziell zugeschnittenen Angeboten – insbesondere für die erste Zeit nach dem Verlust.

Diese Studie möchte genau hier ansetzen: mit dem **AS-Geburtsnachsorgegespräch** – und einer wissenschaftlichen Untersuchung seiner Wirksamkeit.

Was ist das AS-Geburtsnachsorgegespräch?

Das AS-Geburtsnachsorgegespräch ist ein speziell entwickeltes, bis zu dreistündiges Einzelgespräch, das Betroffenen hilft, das Erlebte zu verarbeiten, einzuordnen und erste emotionale Entlastung zu erfahren. Es wurde von **Astrid Saragosa (MSc Psychotraumatologie)** entwickelt und basiert auf traumatherapeutischen und psychosozialen Prinzipien.

Inhaltlich ist es an den Belastungen der Betroffenen selbst ausgerichtet, es kann dabei gehen um:

- **Einfühlsame Aufarbeitung** des Geburts- und Verlusterlebnisses
 - **Verständnis für körperliche und seelische Reaktionen, wie Scham, Schuld oder Wut**
 - **Stärkung von Ressourcen** und der inneren Wahrhaftigkeit
 - **Themen über Bindung und Beziehung, dem Alltag und zukünftigen Schwangerschaften**
-

Ziel der Studie

In dieser Interventionsstudie soll wissenschaftlich überprüft werden:

- ob das AS-Geburtsnachsorgegespräch psychische Belastung reduziert,
- ob es Trauerprozesse erleichtert und tragbarer macht,
- ob es posttraumatisches Wachstum (z. B. das Gefühl persönlicher Stärke) fördert.

Die Ergebnisse sollen dazu beitragen, dieses Gesprächsformat langfristig als festen Bestandteil der Versorgung nach perinatalem Verlust zu etablieren.

Wie läuft die Studie ab?

Die Studie ist eine sogenannte **Prä-Post-Interventionsstudie** mit zwei Gruppen zu je 10 Teilnehmerinnen. Es wird zu drei Zeitpunkten gemessen. Gruppe A erhält die Intervention zwischen den Messzeitpunkten t0 und t1, Gruppe zwei zwischen den Messzeitpunkten t1 und t2:

Teilnahme am ausführlichen Online-Fragebogen

Es werden sehr viele Aspekte des Erlebten angesprochen. Dies ist bereits ihre erste Selbstreflektion – völlig vertraulich und in ihrem Tempo. Belastungswerte werden gemessen und Ihnen per Email zugesendet.

1. Termin für das Nachsorgegespräch

Wenn Sie für die Teilnahme in Frage kommen, wird Ihnen ein Email gesendet, mit weiteren Informationen und einem Video zur Vorbereitung (Psychoedukation) auf das Gespräch. Wenn Sie dann der Teilnahme zustimmen, vereinbaren wir einen Online Termin, für den Sie sich ein ungestörtes Zeitfenster für 3h schaffen. Sie brauchen einen stabilen Internetzugang für ein Online Videogespräch.

2. AS-Geburtsnachsorgegespräch

Das Angebot: Wir beenden das Gespräch nicht, ohne dass eine Besserung Ihrer Befindlichkeit stattgefunden hat.

3. Folgefragebogen (t1, ca. 2–4 Wochen später)

Um Veränderungen und Entlastung sichtbar zu machen erhalten Sie 2 Wochen nach dem Gespräch erneut einen Fragebogen. Sie erhalten eine Auswertungsemail mit Vergleichsdaten

4. Telefonat

Im Anschluss werden wir kurz telefonieren, um nachzufragen, ob Sie noch weitere Unterstützung benötigen.

5. **Folgefragebogen** (t2, nochmal 2 Monate später)

Um die Nachhaltigkeit von Veränderungen und Entlastung sichtbar zu machen erhalten Sie 2 Monate später erneut einen Fragebogen. Sie erhalten eine Auswertungsemail mit Vergleichsdaten.

Die Hälfte der Studienteilnehmer geht durch den Zeitraum in einer etwas anderen Reihenfolge, die bei Teilnahme bekannt gegeben wird. Sie beginnen auf alle Fälle immer mit dem [Fragebogen](#).

Die Gesprächsinhalte sind dabei **individualisiert**, die Methode jedoch strukturiert.

Was wird gemessen?

Verwendet werden **international validierte psychologische Skalen**:

- **IES-R** (Impact of Event Scale – Revised): misst posttraumatische Symptome
- **HADS** (Hospital Anxiety and Depression Scale): misst Angst und Depression
- **MTS** (Münchner Trauerskala): erfasst Trauer nach Schwangerschaftsverlust
- **PPR** (Posttraumatische Veränderungen): misst persönliches Wachstum
- **PEH-Index** (neu entwickelt): misst Entlastung, Präsenz und Bindung

Diese Kombination erlaubt eine **vielschichtige und differenzierte Auswertung** des seelischen Erlebens vor und nach der Intervention.

Wer kann teilnehmen?

Einschlusskriterien:

- Frauen die erstmalig schwanger waren, mit einer Fehlgeburt oder einem Schwangerschaftsabbruch
- Perinataler Verlust innerhalb der letzten 18 Monate, keine weitere Schwangerschaft
- Bereitschaft zur Teilnahme am Gespräch und an drei Fragebogen-Erhebungen
- Gute Deutschkenntnisse, Frauen mit Wohnsitz in der Schweiz werden bevorzugt für die Intervention ausgewählt

Ausschlusskriterien:

- Aktuelle schwere psychische Krise oder akute Suizidalität
 - Psychiatrische Diagnosen in der Lebensgeschichte
 - Andere traumatische Ereignisse, Gewalt oder schwerer Verlust in der Lebensgeschichte
 - Fehlende Online-Erreichbarkeit
 - Fehlgeburt ereignete sich im Zeitraum einer Pandemie
 - Andere gravierende Belastungen in derselben Zeit
-

Warum ist diese Studie wichtig?

Trotz zunehmender gesellschaftlicher Aufmerksamkeit bleiben traumatische Aspekte rund um den perinatalen Verlust häufig unbeachtet. Betroffene fühlen sich allein, hilflos, übersehen.

Das AS-Geburtsnachsorgegespräch bietet einen neuen, **nicht-pathologisierenden** Weg, Frauen in dieser sensiblen Lebensphase zu unterstützen – mit Raum für alle Emotionen, mit fachlicher Begleitung und in dem Wissen, dass jede Mutter auch nach einem Verlust ihre Geschichte würdevoll erzählen darf.

Die Studie hilft, dieses Angebot auf eine solide wissenschaftliche Basis zu stellen – und kann dazu beitragen, dass **belastungsreduzierende Nachsorge ein selbstverständlicher Teil guter Geburtshilfe** wird.

Weitere Informationen & Teilnahme

Die Teilnahme ist **kostenlos**, vertraulich und wissenschaftlich begleitet. Alle Teilnehmerinnen erhalten eine individuelle Rückmeldung und können optional weiter begleitet werden. **Bitte schauen Sie für Trauerbegleitung und weitere Angebote auch auf die Webseite von Himmelskind: www.himmelskind.ch**

Kontakt & Informationen:

 www.geburtstrauma.de

 as@geburtsnachsorge.de

Sie möchten teilnehmen oder einfach mehr erfahren? Besuchen Sie unsere Projektseite:

 www.nachergeburt.com/verlust-verarbeiten-studie