

## Thema Fehlgeburt

Diese Woche wäre unser Sternchen 2 Jahre alt geworden 🥳🥳

Für uns war/ist es ein großer Trost einen Ort zum Beten und Trauern zu haben (Danke [@donumvitaeamberg](#)). Wir haben auch von Anfang an unseren Großen mitgenommen und offen gegenüber ihm und auch nach außen meine Eileiterschwangerschaft kommuniziert.

Letztes Jahr an Allerheiligen wollten wir mit ihm das „Vater unser“ am Grab beten und er wollte lieber was Singen, also trällert er da los und tanzt vorm Grab 🤖 Und anstatt, dass ich mich gefreut habe, habe ich mich erstmal panisch umgesehen, ob wir irgendjemanden „stören“. Das war so ein Moment, wo ich mich über mich selbst sehr geärgert habe. Man schaut viel zu oft darauf was andere von uns wollen oder hat Angst anzuecken. Zumindest geht es mir immer wieder so 🤖

Warum ich das euch schreibe. Mir ist es ein Anliegen allen, die ähnliches erlebt haben und vielleicht noch werden, zu ermutigen, euren Weg der Trauer und der Verarbeitung zu finden.

Ich habe einige kennengelernt, die gemeint haben, sie möchten da nicht darüber sprechen. Mit der Ausschabung ist das Thema bei ihnen abgeschlossen. Das ist vollkommen in Ordnung, wenn es ihnen damit so gut geht.

Und noch viel mehr kenne ich, die gerne jemanden zum Reden gehabt hätten, aber nicht wussten, wen erzähl ich es jetzt? Wie reagieren die Menschen in meinem Umfeld darauf? Wie gehe ich mit blöden Kommentaren um (und ja, die werden kommen).

Mein Appell, traut euch – die Sprüche kommen nämlich egal ob ihr von eurem Verlust erzählt oder nicht. Sucht euch jemanden, dem ihr vertraut und der sich für euch Zeit nimmt und euch unterstützt.

Bei mir waren es neben guten Freundinnen, auch meine Hebamme und meine Heilpraktikerin. Denn manchmal tut gerade so ein Blick von außen gut.

Hört auf euer Herz und geht euren Weg 💖