

Caritas

Mobiles.Hospiz

Österreichische Post AG P.b.
SP 18Z041452 N, Verlagspostamt Amstetten
Caritas Diözese St. Pölten, Hasnerstr. 4, 3100 St. Pölten



„Wir alle haben unseren eigenen Weg zu finden, mit dem Tod unserer Kinder gut zu leben.“

Rainer Juriatti
Sternkindervater

Lebens*Zeit*

Eine Publikation des
Caritas Mobilen Hospizdienstes

Oktober 2020



Kleine Seelen



Sternenkind. Sternenkinder.

Eine so feinsinnige und bildhafte Bezeichnung für ein vor, während oder bald nach der Geburt verstorbenes Kind, doch begleitet von so viel Traurigkeit, Schmerz und all den Gefühlen des Abschieds und Verlusts. „Zur Welt sterben“, so benennt Rainer Juriatti, einer unserer Gastautoren, die Geburt seiner Sternenkinder. Diese Worte haben mich tief bewegt, so wie auch die anderen Beiträge in dieser Hospizzeitung.

Es steht gerade so viel „in den Sternen“. In einer Zeit, in der wir nur mehr von einem Tag zum nächsten, von einer Woche zur anderen leben und planen können, Monat für Monat, wird es umso wichtiger, auf eine andere Art und Weise „da“ zu sein. Verbindungen, Begegnungen zu erschaffen, die nur mehr selten von einem Händedruck, einer Umarmung begleitet sein können. Berührungen umzuwandeln, die sonst oft den einzigen Trost in unaushaltbaren Situationen darstellen. Lernen zu berühren, ohne anzufassen. Kontakt herstellen:

„Ich glaube daran, dass das größte Geschenk, das ich von jemandem empfangen kann, ist, gesehen, gehört, verstanden und berührt zu werden. Das größte Geschenk, das ich geben kann, ist, den anderen zu sehen, zu hören, zu verstehen und zu berühren. Wenn dies geschieht, entsteht Kontakt.“ (Virginia Satir)

Wir, das gesamte Team des Mobilen Hospizdienstes und der Trauerkompetenzstelle, wünschen Ihnen Mut, Zuversicht und Hoffnung, und werden als Ansprechpartner und Kontaktstelle, als „Begleiter“, weiterhin mit großem und beherztem Einsatz für Sie da sein!

Edda Kaufmann

Edda Kaufmann,
Leitung Mobiler Hospizdienst

Wenn das Leben mit dem Tod beginnt.

Sternenkinder: Abschied im Mutterleib

EIN GASTBEITRAG VON GUDRUN SIMMER

Viel mehr Frauen und Familien als gedacht haben welche, nämlich Sternenkinder. So werden Kinder genannt, die bereits während der Schwangerschaft versterben und tot zur Welt kommen. In der Frühschwangerschaft passiert dies wesentlich öfter als zu einem späteren Zeitpunkt in der Schwangerschaft. Statistisch gesehen verliert etwa jede 6. Frau ihr Baby in der Schwangerschaft. Wesentlich mehr Kinder verabschieden sich am Beginn, noch vor der Wahrnehmung der Schwangerschaft. Im fachlich-medizinischen Diskurs spricht man von Fehlgeburt, wenn ein Kind mit einem Geburtsgewicht unter 500g tot geboren wird. Im Gegensatz dazu bedeutet Totgeburt, dass ein Kind mit zumindest 500g ohne Lebenszeichen zur Welt kommt. Laut Geburtenregister Österreich betrifft das rund 0,3% aller Geburten.

Diese medizinische Diktion hat speziell im Versorgungskontext Bedeutung. Für betroffene Frauen und ihre PartnerInnen bedeutet der so frühe und unerwartete Tod ihres meist ersehnten Kindes eine enorme Erschütterung auf verschiedenen Ebenen. Alle Weichen waren auf Zukunft, neues Leben, Vorfreude, Familiengründung oder -zuwachs gestellt. Das plötzliche Erleben des kindlichen Todes macht all jene Vorstellungen mit großer Wucht zunichte. Zu diesem Bruch auf der Vorstellungsebene gesellen sich emotionale Erschütterungen, die Trauer um das Baby und das gemeinsame Leben, Angst vor weiteren Ereignissen wie Curettage oder Geburt. Auch das körperliche Selbstvertrauen bleibt oft nicht

unberührt und quälende Schuldgefühle tauchen mitunter auf. Den bzw. die PartnerIn beschäftigen neben den erschütterten Vorstellungen und der individuellen Trauer vor allem Sorgen um die Frau und das Bemühen, sie zu entlasten. Frauen und Männer trauern oft unterschiedlich und erleben sich dadurch sehr gefordert, gegenseitiges Verständnis für das andere Empfinden aufzubringen. Dem noch nicht genug, so kann der kindliche Tod in der Schwangerschaft auch sozial zur Herausforderung werden. Trotz positiver gesellschaftlicher Entwicklungen gibt es noch immer wenig offene Erzähl- und Wertschätzungskultur für früh verstorbene Babys. Angehörige sind oft überfordert und manchmal unbeholfen in der Wortwahl ihrer vermeintlichen Tröstungsversuche oder Mitgefühlsbekundungen.

Auf der praktischen Erlebensebene stehen teilweise Symptome wie Blutungen und übermäßige Kontraktionen, eine stille Vorahnung und immer der große Schock über die Nachricht des kindlichen Todes am Beginn der Ereigniskette. Den Frauen und Paaren werden von ÄrztInnen die weiteren medizinischen Vorgehensweisen abhängig vom Schwangerschaftsalter erklärt. Im ersten Schwangerschaftsdrittel wird häufig eine rasche Curettage empfohlen und leider selten ein begleitetes abwartendes Verhalten, das der Frau und ihrem Kind die Zeit geben, die kleine Geburt – wie sie auch genannt wird – im eigenen Tempo zu erleben. Ab dem zweiten Schwangerschaftsdrittel wird üblicherweise die Geburt im Krankenhaus medikamentös

eingeleitet, also Wehen künstlich erzeugt, die zur Geburt des Kindes führen. In jedem Fall brauchen die Frau und ihr Partner nach der Nachricht ausreichend Zeit, um aus dem Schockzustand in eine Phase des Realisierens zu gelangen. Erst in dieser Phase können auf Basis valider Informationen nachhaltig gute Entscheidungen in Bezug auf weiteres Vorgehen getroffen werden. Leider mangelt es durchwegs an psychosozialen und geburtshilflichen außerklinischen Beratungs- und Betreuungsangeboten für betroffene Eltern. Die Klinikgeburten begleiten im besten Fall Hebammen, die die Eltern schließlich motivieren, ihr verstorbenes Baby zu begrüßen, zu halten, ihm einen Namen zu geben und ausreichend Zeit mit ihm zu verbringen. Über dieses Kennenlernen hinaus sollten möglichst viele Erinnerungen vom Baby generiert werden, wie Fotos, Fußabdrücke, ein Namensband, eine Erinnerungskarte. So überfordernd das im ersten Moment klingt, so unwiederbringlich einzigartig erweist sich der begleitete Kontakt für die Eltern und wirkt zudem

stets heilsam im Trauerprozess. Dennoch darf der Kontakt zum Baby, trotz klarer Empfehlung, keinem Elternpaar aufgezwungen werden.

Nachgeburtlich befinden sich Frauen auch ohne Baby im Wochenbett. Emotional sind sie und ihre Partner mit Trauer, Erholung und nach einiger Zeit auch mit der Neuorganisation ihres Alltags beschäftigt. In welchem Ausmaß und ob überhaupt getrauert werden kann, ist höchst individuell. Das Alter der Schwangerschaft, persönliche Ressourcen, das soziale Umfeld spielen dafür eine ebenso große Rolle wie die Biographie der betroffenen Personen. Als hilfreich erweist sich stets, dem verstorbenen Baby einen schönen, würdevollen Platz zu geben, häufig ist das ein Grab, ein Plätzchen an einer Gedenkstätte, eine Ecke mit Bildern und Erinnerungsstücken im Haus und der richtige Platz in der Geschwisterreihe. Auch an einem imaginären Ort lässt sich das Kindlein wohlig bergen, für manche ist es der Himmel, für andere ein Stern oder sonst ein Phantasieort. Das Kind, auch wenn es nicht länger

leben konnte, wird so zum Geschenk, und sein Tod, neben aller Trauer, hoffentlich zu einer bereichernden Erfahrung. *



Foto: privat

Dr.ⁱⁿ Gudrun Simmer ist Hebamme und psychosoziale Beraterin im Rahmen von pränataler Diagnostik, Dozentin im Bereich Medizin-/Care- und Organisationsethik sowie perinatalem Kindsverlust und Palliative Care. Sie hat drei Kinder und ein Sternenkind.

Ein Freund
fürs Lesen



Wiener Straße 6, A-3100 St. Pölten, Tel.: 02742/35 31 89, www.buchhandlung-schubert.at

STERN & STERN
Versicherungsmakler KG

Begräbniskostenvorsorge
Mit dieser Vorsorge nehmen Sie Ihren Angehörigen einen großen Teil an Verantwortung und Sorgen ab.

Goldegger Straße 35, 3385 Prinzersdorf | T 02749-2000

Bezahlte Anzeigen

OPG Österreichische PalliativGesellschaft

Neuer Termin
1. bis 3. März 2022
St. Pölten

8. Österreichischer Interprofessioneller Palliativkongress

Grenz-**WERTE**

Das kurze Glück

Anita W. ist mehrfache Sternenmama und weiß aus eigener Erfahrung, wie sich Betroffene in einer solchen Situation fühlen und was helfen kann.

VON GABRIELE VALENTINITSCH UND ANITA W.

Sternenkinder nennt man Babys, die vor, während oder kurz nach der Geburt sterben. Für die betroffenen Eltern ist so ein Ereignis ein traumatisches Erlebnis, das tiefe Spuren hinterlässt. Auf viele Wochen der Vorfreude folgen Trauer, Verzweiflung, Schmerz und nicht selten auch Schuldgefühle. Familienangehörige und Freunde fühlen sich oft hilflos angesichts dieser Flut von Empfindungen. Sie wollen gerne trösten und wissen doch nicht wie. Also schweigen sie lieber, ziehen sich zurück, aus Angst, etwas falsch zu machen.

Die große Freude

Nach jahrelangem Hoffen und unzähligen negativen Tests – endlich schwanger! Ein unbeschreibliches Gefühl, Freude und Glück pur, man kann es nicht fassen! Unendliches Warten bis zum ersten Frauenarzttermin. Dann die erlösenden Worte: „Ja, wir haben einen Herzschlag und soweit ist alles in Ordnung!“ Ein Gefühl, wunderschön und unbeschreiblich, Erleichterung, die Welt steht still. Man fährt heim und freut sich, Woche für Woche, jeden Tag, jede Stunde. Dann wieder ein Termin beim Frauenarzt, man sitzt und wartet, hofft und bangt: Schlägt das Herz noch, ist alles in Ordnung? Angst! Panik! Man schaut auf das Bild am Monitor und die Reaktion der Ärztin. Es ist alles okay, alles passt, das Kind wächst und das Herz schlägt. Ein weiterer Kontrolltermin, ich bin schon fast in der 12. Woche und habe mich total auf das kleine Wesen eingestellt. Wieder im Warteraum, ich



Foto: AdobeStock

freue mich auf die Bilder am Monitor, auf den Herzschlag, auf das Ultraschallfoto. Die Miene der Ärztin verändert sich, mein Blick geht auf den Monitor, dann wieder auf das Gesicht der Ärztin und ich weiß, etwas stimmt jetzt nicht. Es wird still, keiner spricht, die Ärztin versucht genau zu schauen, vergrößert, verkleinert das Ultraschallbild. Stille, diese bedrohliche Stille, die viele Frauen schon kennen. Die Ärztin schaltet den Monitor aus, beendet die Untersuchung, geht näher zu mir und sagt: „So leid es mir jetzt tut, wir haben keinen Herzschlag mehr!“

Die unfassbare Nachricht

Sekunden, in denen die Welt stillsteht.

Ich weiß, es ist vorbei. Kein Herzschlag mehr bedeutet: Mein Kind ist tot und ich kann nichts tun. Das Herz hat einfach aufgehört zu schlagen. Ich ziehe mich an, wir besprechen die weiteren medizinischen Schritte. Aber mein Kind ist gerade gestorben! Versteht hier denn keiner meinen Schmerz, meine Traurigkeit, das Gefühl allein zu sein, allein mit einem toten Kind im Bauch. Draußen geht der Alltag weiter, nur bei einer Sternenmama bleibt die Zeit stehen.

Jetzt braucht man jemanden, der den Weg mit einem geht. Einfach jemanden, der nur da ist, einen in den Arm nimmt und festhält. Allein zu sein ist das Schlimmste!

Manchen Müttern und auch mir ist das sogar mehrere Male passiert! Es ist die Hölle, dieses Gefühl, dass du nichts tun konntest, um dieses Lebewesen, dein Kind, zu retten. Die Machtlosigkeit, die Hilflosigkeit, die Verzweiflung und das nicht ernst genommen werden in dieser Situation sind das Schlimmste. Es ist sehr wichtig, dass es Menschen gibt, die den Schmerz mittragen und aushalten, die da sind, um dich zu halten oder einfach nur, um die Geschichte immer und immer wieder zu hören. Es gibt nichts Schlimmeres als wenn jemand sagt: „Es war ja eh noch so klein, du hast ja schon ein gesundes Kind, sei froh, dass es jetzt passiert ist und nicht später. Es wäre eh behindert gewesen, es ist besser so, es sollte halt nicht sein.“ Würde man das zu einem Angehörigen sagen, wenn jemand gerade verstorben ist: Du hast ja eh noch genug Angehörige? Niemand würde sich das trauen!

Aber zu einer Sternenmama darf man das sagen?! Ich habe das erlebt, mehrmals, im engsten Umfeld.

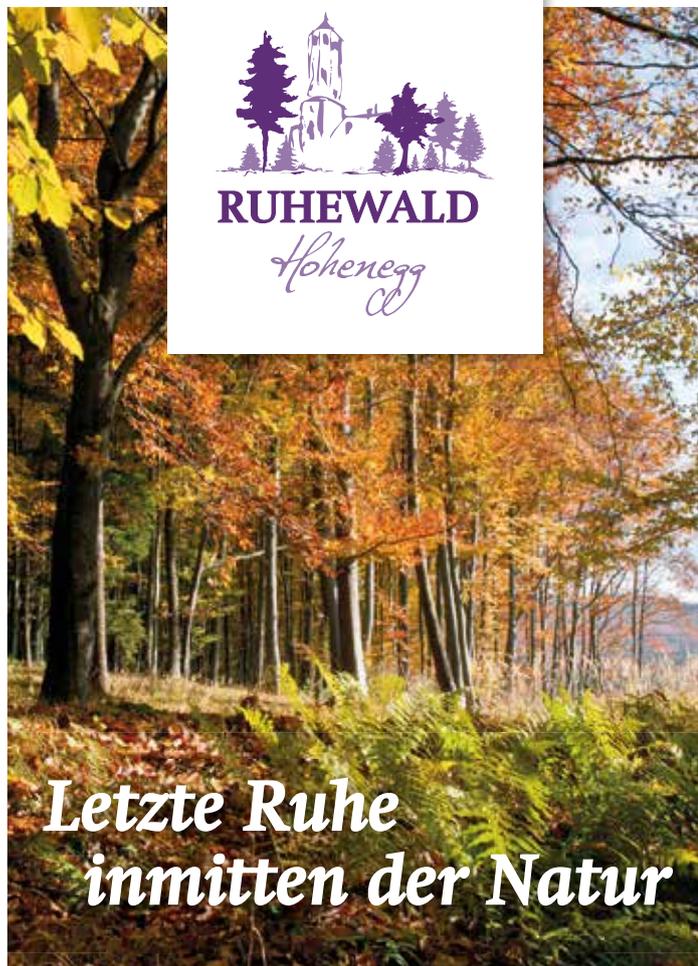
Schweigen ist der falsche Weg

In dieser Zeit braucht man Menschen um sich, um zu reden! Leider wird von Sternenmüttern immer wieder verlangt, dass sie schweigen und das Erlebte für sich behalten. Das habe ich auch getan, die ersten zwei, dreimal. Aber beim vierten, fünften Mal habe ich angefangen darüber zu reden und offen mit dem Thema umzugehen. Seitdem geht es mir besser! Ja, ich bin Mama von 6 Kindern. 5 Sternenkinder wohnen im Himmel, eines lebt bei mir auf dieser Erde – dafür bin ich sehr dankbar.

Ich wünsche mir, dass mehr Sternenmamas offener mit dem Thema umgehen und den Mut haben zu sagen: „Ja, ich bin eine Sternenmama und bin stolz drauf!“

Nicht jeder will so offen damit umgehen. Aber die, die es wollen, sollten die Möglichkeit haben es zu tun. Sternenmamas sollten das Recht haben, von ihren Kindern würdevoll Abschied zu nehmen und sie loslassen zu können. Es sollte in jedem Friedhof eine Gedenktafel geben, einen Ort der Erinnerung und der Trauer, wo Sternenmamas die Möglichkeit haben, eine Kerze anzuzünden! Es sollte immer die Möglichkeit geben, mit jemandem zu sprechen, eine Begleitung zu haben! Mehr Aufklärung in den Krankenhäusern! Mehr Informationen über die Möglichkeiten, die man hat! Ich wünsche mir, dass sich mehr Menschen dieses Themas annehmen und mithelfen, dass auch Sternenmamas in der Gesellschaft einen Platz finden. *

Der Bericht ist in „DaSein – Magazin des Hospizvereins Steiermark 04/2019“ erschienen.



Individuelle Urnenbestattungen im Dunkelsteinerwald

Langfristige, würdevolle Grabstätte ohne Verpflichtungen für die Hinterbliebenen!

Auf unserer Sterneninsel ist die Beisetzung von Sternenkindern kostenlos.

Termine für Führungen und Infos auf www.ruhewaldhohenegg.at

Persönliche Beratungsgespräche und Führungen können ebenso unter 0664 969 73 41 vereinbart werden.

Burg Hohenegg, 3386 Hafnerbach

Gedenkfeier für Menschen, die durch Suizid verstorben sind

Im September veranstaltete die Kompetenzstelle Trauer der Pastoralen Dienste und der Caritas der Diözese St. Pölten im Bildungshaus St. Hippolyt in St. Pölten erstmals eine Gedenkfeier für alle, denen das Leben zu schwer geworden ist.

Mit gemeinsamen Erinnerungsritualen, Texten, Musik und der Möglichkeit zum Gespräch konnten Angehörige von Suizidopfern bei der Veranstaltung ihrer Trauer Raum gegeben.

„Trauernde Menschen brauchen Zeit und viele fühlen sich in ihrer Trauer alleingelassen und wissen in diesem

Fall nicht, wohin sie sich wenden können. Hier wollen wir helfen“, so Gerti Ziselsberger, Leiterin der Kompetenzstelle Trauer. Ziel der Kompetenzstelle Trauer war es, mit dieser Initiative ein Zeichen gegen Stigmatisierung und Tabuisierung am Welttag der Suizidprävention zu setzen. Weiterführend bietet der Mobile Hospizdienst der Caritas eine begleitete Gruppe für Hinterbliebene an, die einen Menschen durch Suizid verloren haben. Die Kompetenzstelle Trauer ist ein gemeinsames Projekt der Pastoralen Dienste und der Caritas der Diözese St. Pölten. *

Gruppe für Trauernde nach dem Suizid eines nahestehenden Menschen.

Ort: Caritas Beratungszentrum Schulgasse 10, 3100 St. Pölten

Die nächsten Termine:

3.11.2020, 1.12.2020, 12.1.2021, 9.2.2021, 2.3.2021, 6.4.2021, 4.5.2021, 8.6.2021
18:00 – 19:30 Uhr

Voranmeldung /Erstgespräch:

Barbara Kögl und Wolfgang Weinzierl
M 0676 83 844 632



Foto: Bildungshaus St. Hippolyt

Gedenkfeier für Menschen, die durch Suizid verstorben sind, v.l.: Petra Schadenhofer (Leitung Telefonseelsorge), Veronika Prüller-Jagenteufel (Geistliche Assistentin Caritas St. Pölten), Franz Moser (Bildungshaus St. Hippolyt), Gertrude Ziselsberger (Leitung Kompetenzstelle Trauer), Teresa Nachförg, Judith Pfeiffer, Doris Sturmer (musikalische Begleitung), Barbara Kögl (Mobiler Hospizdienst).

Darf ich mein Kind beerdigen?

Rechtliche Bestimmungen zum Thema Fehl- und Totgeburt

VON MANUELA SCHWABE

Von einer Fehlgeburt (Abort) spricht man, wenn der Fetus vor der 24. Schwangerschaftswoche (SSW) verstirbt. Eine Fehlgeburt bis zur 12. SSW gilt als Frühabort. Ab der 20. SSW als Spätabort. Ab der 24. SSW oder wenn das Kind mindestens 500g wiegt, gilt es als Totgeburt bzw. „Stille Geburt“. Gerade bei einem Frühabort, bei dem die Eltern oft nicht die Möglichkeit haben sich zu verabschieden, ist es schwer mit der Verarbeitung des Verlustes zu beginnen. Aussagen, wie „Ihr könnt ja noch ein anderes Kind bekommen!“ oder „Es war ja sowieso noch kein richtiger Mensch!“ machen es nicht leichter, sondern bewirken oft das Gegenteil.

Dem Kind trotzdem einen Namen zu geben und ihn eintragen zu lassen, ist wichtig. Seit 1.4.2017 besteht die Möglichkeit, die Daten einer Fehlgeburt und einen Namen für das Kind standesamtlich beurkunden zu lassen. Das Standesamt stellt dann eine Bescheinigung für das fehlgeborene Kind und auch eine Urkunde mit dem Namen aus.

Die Eintragung ist bis 2 Jahre nach der Geburt gratis und erfolgt am Standesamt. Es kann auch noch Jahre nach der Fehlgeburt eine Beurkundung erfolgen. Es verjährt nicht.

Ein totgeborenes Kind mit dem Geburtsgewicht von über 500g bekommt immer einen offiziellen Vornamen und wird im Sterbebuch eingetragen und beurkundet. Es braucht erfahrenes Fachpersonal in den Kliniken, das die Eltern in dieser schweren Zeit begleitet. Ihnen genügend Zeit lässt, damit sich Mutter und Vater gebührend von ihrem Kind verabschieden können. Das Kind wenn möglich, mehrmals sehen und berühren zu können. Es zu „begreifen“, dass das Kind wirklich tot ist. Auch Fotos machen zu können ist für die Eltern in der späteren Trauerbewältigung ganz wichtig. Auch anderen Familienmitgliedern Zeit und Raum zu geben, um sich von dem Kind zu verabschieden. Die Eltern müssen auch entscheiden, wie sie ihr Kind bestatten wollen. In NÖ, Wien, Salzburg, Steiermark

und Vorarlberg gibt es für fehl- und totgeborene Kinder eine Bestattungspflicht. In den anderen Bundesländern für Totgeburten eine Bestattungspflicht und für Fehlgeburten ein Bestattungsrecht.

Beerdigung in einem Sammelgrab

Bei einer Bestattung in einem Sammelgrab gibt es oft nicht die Möglichkeit, bei der Bestattung anwesend zu sein. Später kann jedoch jeder Blumen oder Erinnerungsstücke an die Grabstätte bringen. Solche Sammelgräber gibt es z.B. in Amstetten /Stadtfriedhof, St. Pölten/ Hauptfriedhof, in Wien am Friedhof in Hütteldorf, Penzing und in Lutzmannsburg am Parkfriedhof.

Beerdigung im Familien- bzw. Kindergrab

Es ist auch möglich, das fehl- oder totgeborene Kind in einem Familien- oder Kindergrab beizusetzen. Das Einfühlungsvermögen des zuständigen Bestatters hilft den Eltern, das Passende für sie und ihr Kind zu finden. *

Hier gibt es Hilfe!

Websites & Social Media

- www.gesundheit.gv.at/leben/eltern/geburt/geburtsvorbereitung/fehlgeburt
- www.oesterreich.gv.at/themen/familie_und_partnerschaft/geburt/4/1/Seite.080460.html
- www.hopesangel.com/netzwerk/oesterreich
- <https://www.facebook.com/Sternenkinder.austria/>

Sternenkinderfotografie

- www.dein-sternenkind.eu/
- karinkalandra.com/sternenkinder/

Selbsthilfegruppe Windrad Tulln

Jeden 1. Donnerstag im Monat
Kontakt: 059144 50550
windrad-tulln@n.rotekreuz.at
www.rotekreuz.at/noe



Infobox

Verein Regenbogen

Selbsthilfegruppen für Eltern
www.shg-regenbogen.at/

Verein Pustebblume

Beratung und Begleitung
info@verein-pustebblume.at
www.verein-pustebblume.at/

Wie ein Panzer, der allein spazieren geht

Immer wieder ist Sprache entglitten. So dauerte die innere wie äußere Reise auf der Suche nach Trost und Schmerzlinderung – schließlich auch nach Sinn und Glück – mehr als 20 Jahre an. Am Ende stand die Geschichte von fünf Sternenkindern.

GASTBEITRAG VON RAINER JURIATTI

Eigenschaftsworte des Vornehmen: eloquent, zurückhaltend, zuvorkommend. Allerdings, Verzeihung, weiß ich es nicht mehr ganz genau. Ich kann mich nicht exakt daran erinnern, mit welchen Eigenschaftsworten ich den jungen Mann während unserer Begegnung tatsächlich ausstattete. Im Nachhinein erst blieb vielleicht das Eloquente. Kerzengerade nämlich saß er vor uns. Den ganzen Abend hindurch war er sehr zurückhaltend geblieben, hatte das Wort anderen überlassen, nur ab und an berührte er zärtlich die Hand seiner Frau. Immer dann, wenn sie von Tränenwellen erfasst wurde. Manchmal zitterten seine Wangen, aber man musste ihn sehr aufmerksam betrachten, um es zu bemerken.

Und irgendwann begann er von jenem Morgen zu erzählen, an dem er seinen Vater angerufen hatte, im Wissen, dass dieser nun erwartete, Geburtsgewicht und Größe zu erfahren. Um die üblichen Freudsätze loszuwerden vielleicht. Anstelle dessen war das Kind tot gewesen. Den Abend zuvor hatten die Wehen eingesetzt, auf den errechneten Tag genau. Im Krankenhaus dann, während der üblichen Routineuntersuchungen, da hatte die alles erschütternde, die Welt aus

den Fugen katapultierende Nachricht das junge Paar getroffen: Es sei kein Herzschlag mehr zu hören.

Geburtstag ist gleich Sterbetag

„Er stirbt zur Welt“, so schrieb ich während der Arbeit an „Die Abwesenheit des Glücks“. „Zur Welt sterben“ markiert den totalen Einsturz aller Denkgebäude, das Erdbeben ungeahnten Ausmaßes.

Eines, bei dem kein Stein auf dem anderen bleibt. Eines im Erschütterungsgrad Zwölf von Zehn. Die zentrale Frage, die zurückbleibt, ist jene, was darauf aufgebaut werden kann: Flickwerk oder etwas gänzlich Neues? Akut betroffene Eltern haben keine Antwort darauf. Bei uns liegt diese Zeit zwischen 23 und 28 Jahre zurück. Und erst in den vergangenen zwei Jahren wurde ich manch-



Vera und Rainer Juriatti als Sternenkindfotografen auf der Kinderintensivstation der Universitätsklinik..

Foto: privat

mal gefragt, ob ich einen Artikel schreiben könne. Aus Anlass des Buches „Die Abwesenheit des Glücks“. Niemand sonst könne besser darüber schreiben, wird behauptet.

Alles Täuschung

Doch einen Artikel kann ich nicht schreiben. Was ich an Wesentlichem darüber zu sagen habe, das ist in der Buchpublikation nachzulesen. Natürlich kann ich die vielen Geschichten jener Menschen wiedergeben, deren tote Kinder ich portraitiere. Als „Sternenkindfotograf“. Jede Woche geschieht es im Raum Graz, das zeigt meine Alarm-App. Im deutschsprachigen Raum dutzendfach. Stets fern der Wahrnehmung unseres Alltags. In einem Artikel kann auch ich gerne Männer wie den eingangs beschriebenen portraitiere, der eloquent erschien. Um zu untermauern, dass keine der vorgegaukelten Eigenschaften wahr ist. Denn jeder Bericht über uns Männer muss zentral zeigen, dass uns oftmals doppelte Last aufgebürdet wird: Wenn uns gesagt wird, wir müssten nun stark sein für unsere Frau. Woher aber sollen wir Kraft schöpfen als selbst Ertrinkende? Eloquenz. Pure Täuschung, hinter der sich ausschließlich das Eine verbirgt: Leere. Ausgehöhlt es Dasein. Verbrannte Gedanken. Wie ein Käfer, dessen Panzer allein spazieren geht.

Sachlichkeit unmöglich

Ich bleibe dabei: Über Väter zu früh verstorbener Kinder einen vernünftigen Artikel zu schreiben, bleibt mir unmöglich. Darin vielleicht liegt auch der Grund, weshalb es zwanzig Jahre gedauert hat, um eine Erzählung zu verfassen, die nicht vor Gefühlsduselei strotzt. Da es nur um das Erzählen selbst geht, um den einen Satz vielleicht, der alles sagt. In unserem Fall: Pablo starb zur Welt. Und vier seiner Geschwister auch.



Foto: Martin Weisler

Nach Erscheinen des Buches habe ich gelernt, dass wir – Autoren und Schriftsteller – uns Gefühle aneignen, um darüber schreiben zu können. Wir müssen uns einem fremden Gefühl annähern und dürfen dennoch nicht zu nahe kommen. In meinem Fall verhält es sich umgekehrt: Ich musste mich davon entfernen, um erzählen zu können.

In den Alltag gepackt

Eines bleibt gewiss: Nach unseren Lesereisen, dem Vorlesen aus dem Buch, dem Zuhören und Reden, kehren meine Frau und ich immer wieder zurück in unsere Stille. Wie alle anderen auch. Wir bleiben Gefangene unserer Biografien. Wir alle haben unseren eigenen Weg zu finden, mit dem Tod unserer Kinder gut zu leben. Es gibt keinen klugen Rat, schon gar keine Strategie: Meine Frau und ich haben alles Erlebte ganz schlicht in unseren Alltag gepackt.

Unsere Sternenkinder dürfen Teil von uns sein. Inklusive Foto auf dem Schrank gehören sie zur Familie, das lernten auch ihre lebenden Geschwister nicht anders kennen. So haben wir sieben Kinder und leben sehr glücklich damit. *

Vera und Rainer Juriatti leben in Graz und sind Eltern von zwei erwachsenen Kindern und fünf Sternenkindern.

Im Buch „**Die Abwesenheit des Glücks**“ erzählt Rainer Juriatti die Geschichte seiner Sternenkinder, besonders die seines „zur Welt gestorbenen“ Sohnes Pablo.



Im Oktober 2020 erscheint das Kinderbuch „**Leon & Louis**“ oder: Die Reise zu den Sternen“.

Vera Juriatti erzählt die Geschichte des kleinen Leon, der sich auf die Geburt seines Bruders freut. Doch Louis stirbt im Bauch seiner Mutter. Ein Buch über Sternenkindgeschwister.

Alle Bücher des Autorenpaars sowie illustrierte Trauerkarten sind unter www.juriatti.net/shop erhältlich.

„Zeit haben und den Menschen hören können.“

Ein Gespräch mit Dietmar Weixler



Foto: privat

Dietmar Weixler 58, ist Facharzt für Anästhesie und Intensivmedizin mit Spezialisierung auf Palliativmedizin. Er ist Leiter des Palliativ Support Teams am Landeskrankenhaus Horn und Vorstandsmitglied der Österreichischen Palliativgesellschaft.

Wie entstand Ihre Verbindung mit der Palliativ- bzw. Hospizarbeit und wie kam es dazu? Auf welcher Motivation beruht diese?

Eine sehr geschätzte Kollegin berichtete mir 2002 von ihrer Teilnahme am Interprofessionellen Palliativlehrgang in Wien unter der Leitung von Hildegard Teuschl und Peter Fässler-Weibel. Ihre Begeisterung war ansteckend. Hildegard förderte mich mit sanftem Druck. Die Motivation dahinter steckt sicher in dem Erlebnis, das ich mit 18 Jahren hatte, als meine Oma im Badezimmer einer Chirurgischen Abteilung auf ihr Sterben wartete und ich nachts ihr Sterbebett aufsuchte. Der andere Teil der Motivation ist komplexer, dazu gibt es einen Buchbeitrag (F. Derschmidt: Sag Du es Deinem Kinde. Nationalsozialismus in der eigenen Familie. Löcker-Verlag.)

Welche Funktion üben Sie aus und welche Tätigkeiten umfasst diese Funktion? Was ist eines Ihrer wichtigsten Anliegen in Ihrer Funktion?

Ich bin Palliativmediziner am Land, in einem großartigen Team. Wir denken und arbeiten über die Fachlichkeit hinaus. „Team“ ist ein starkes Motiv, Zeit haben und den Menschen hören zu können, am besten dort, wo er sein Leben lebt. Die Idee von Hildegard, dass die Praxis in die Theorie eindringt und die Theorie der Praxis dient und nicht nur ein Erkenntnisprozess im Sinne des *l'art pour l'art* bleibt.

Was war das schönste und das traurigste Erlebnis in den letzten Jahren im Umgang mit Leben und Sterben?

Was ist für Sie in besonders berührender Erinnerung?
Traurig war das Sterben eines etwa gleich alten Mannes, der mir zum Freund geworden war. Vielleicht wurden da Grenzen überschritten. Die Reflexion der Grenzen ist stets ein Teil unserer Tätigkeit. Dass man an einem so intimen Erlebnis wie dem Sterben präsent sein darf, ist immer wieder als Privileg wahrzunehmen. Schön ist das Leben, ich will jeden Tag als einzigartig erfahren.

Wie stärken Sie sich im Alltag, wo waren und sind Ihre persönlichen Ressourcen?

Hahahaha, das verrate ich nicht! Eine Ressource ist etwas, was mich die Zeit vergessen lässt, das einen Zustand der Selbstvergessenheit und der Einheit mit der Tat erkennen

lässt: Bildhauen, pflichtentbunden ins Meer oder in die Ferne schauen, irgendetwas suchen, ziellos im Garten herumwerkeln, einen Bubenraum leben (z.B. Eishockey spielen). Unsinn ist für mich eine Ressource, das findet dann am besten virtuell statt (Facebook).

Was haben Sie aus der Begleitung von schwerstkranken Menschen und deren Angehörigen für Ihr Leben mitgenommen? Wie haben Sie den Tod in Ihr Leben „integriert“?

Wenn es eines sein soll: immer wieder zu dem Bewusstsein kommen, dass jeder Augenblick einzigartig ist und sich weder wiederholt noch aufgeschoben werden kann. Im Jetzt sein, wie Kinder.

Den Tod habe ich nicht integriert, ist schlicht unvorstellbar. Vielleicht habe ich zu viel gelesen dazu. Auf dem Grabstein von Kurt Schwitters ist zu lesen: „Man kann ja nie wissen“.

Was würden Sie sich für Ihre letzten Tage und Stunden wünschen, gibt es hierzu schon Gedanken und Gefühle?

Das habe ich einmal mit Lukas Radbruch reflektiert. Es ist ein Bild: ganz alleine auf einer Wiese im Freien liegen, den Wind spüren, in die Ferne schauen, denken, (ver)gehen. Lukas hatte auch so ein Bild vom „im Freien liegen“. Spätestens wenn es zu regnen beginnt, wird das eine Krankenschwester nicht mehr aushalten und uns wieder ins Haus holen, sagten wir und lachten sehr. *

„Im Sterben nicht einsam sein“

Sandra Mellek ist neue Hospizkoordinatorin für Amstetten Land

Seit Jahresbeginn ist Sandra Mellek als Koordinatorin des Mobilen Hospizdienstes für Amstetten Land zuständig. Sie folgt in dieser Funktion Andrea Koch nach und ist nun gemeinsam mit Manuela Schwabe, der Koordinatorin für Amstetten Stadt, Ansprechpartnerin für die Region Amstetten. Sandra Mellek war viele Jahre bei einer Fluglinie unter anderem als Trainerin tätig. Sie ist ausgebildete Psychologin und Case Managerin und wurde im familiären Umfeld schon früh mit den Themen Tod und Trauer konfrontiert. „Als Hospizkoordinatorin

in Amstetten ist es mir ein großes Anliegen, die Wichtigkeit der Begleitung, Liebe und Zuwendung am Lebensende in die Welt hinauszutragen. Als Mensch ist man, wie auch bei der Geburt, im Sterben alleine. Man muss aber dabei nicht einsam sein. Ich wünsche mir, dass sich auch in dieser Lebensphase in Zukunft viel zum Positiven im Umgang mit Sterbenden verändern wird. Und ich bin stolz, vielleicht einen kleinen Teil dazu beitragen zu dürfen.“ Sandra Mellek ist Mutter von zwei Kindern und lebt mit ihrer Familie in Blindenmarkt. *



Sandra Mellek ist die neue Hospizkoordinatorin für Amstetten Land.

Foto: Caritas

Die Kraft der Gemeinschaft.



Raiffeisenbank
Region St. Pölten



Was dem Einzelnen nicht
möglich ist, das vermögen viele.

www.rbstp.at

Medieninhaber: Raiffeisen-Landeswerbung Niederösterreich Wien, F. W. Raiffeisen Platz 1, 1020 Wien.

Bezahlte Anzeige

Lehrgang Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung

Lehrgang in Seitenstetten 10.9.2021

BildungsZentrum St. Benedikt
3353 Seitenstetten

Informationsabend:

Di 8.6.2021 19:00 Uhr

BildungsZentrum St. Benedikt

Lehrgang in St. Pölten

18.3.2022 (2021 ausgebucht)

Bildungshaus St. Hippolyt
3100 St. Pölten

Informationsabend:

Di 16.11.2021 19:00 Uhr

Bildungshaus St. Hippolyt

Anmeldung:

Christine Umgeher

0676 83 844 635

Trauerangebote

Trauerstationen

An mobilen Trauerstationen können Trauernde innehalten und ihrem Schmerz und ihrer Trauer Ausdruck verleihen. Die Stationen können unter 0676 83 844 635 bzw. hospiz@caritas-stpoelten.at angefordert werden.

TrauerCAFÉ

nächster Termin 25.11.2020

Zeit: jeden letzten Mi im

Monat von 16:00 – 18:00 Uhr

Ort: Café des Bildungshauses

St. Hippolyt, Eybnerstraße 5,
3100 St. Pölten

Begleitung: TrauerbegleiterIn
des Mobilen Hospizdienstes

Trauertelefon

Unter 0676 83 844 299 ist
Di – Do von 18:00 – 20:00 Uhr
eine Trauerbegleiterin für
(anonyme) Gespräche
erreichbar.

Region Amstetten Waidhofen/Ybbs

Trauerspaziergang in der Region

Sa 24.4.2021

Dauer: ca. 1,5 Stunde Gehzeit

Trauerwandern in der Region

Sa 25.9.2021

Dauer: ca. 2,5 Stunden Gehzeit

Begleitung und Anmeldung:

Hospizkoordinatorin und
Trauerbegleiterin Andrea
Hürner, 0676 83 844 633

Region Lilienfeld

„Weiterleben ohne dich“ Begleitete Trauergruppe

Beginn: Di 19.10.2021

Wann: 6 Abende jeweils von

16:00 – 18:00 Uhr

einmal im Monat bis

März 2022

Wo: Mobiler Hospizdienst,

Liese Prokop Straße 14,

3180 Lilienfeld

Begleitung und Anmeldung:

Hospizkoordinatorin und

Trauerbegleiterin Marina

Schmidt-Schmidberger,

0676 83 844 636

Region Krems

Trauerspaziergang in der Region Krems

Fr 11.6.2021

Fr 29.10.2021

Dauer: ca. 2 Stunden Gehzeit

Begleitung und Anmeldung:

Hospizkoordinatorin Claudia

Psota 0676 83 844 629

Ingrid Walzer, Bestattung

Krems 02732 801 630

Region St. Pölten

Trauergruppe für Eltern, die um ihr Kind trauern

nächster Termin Mo 2.11.2020

Wann: jeden ersten Montag im

Monat von 17:30 – 19:30 Uhr

Wo: Caritas Beratungszentrum

Schulgasse 10, St. Pölten

Anmeldung:

Hospizkoordinatorin Elisabeth

Riegler, 0676 83 844 631

Begleitung: TrauerbegleiterIn

des Mobilen Hospizdienstes

Trauergruppe in Traismauer

nächster Termin Fr 6.11.2020

Wann: jeden ersten Freitag im

Monat von 16:00 – 17:30 Uhr

Wo: Hauptpl. 11, Traismauer

Anmeldung:

Hospizkoordinatorin Elisabeth

Riegler, 0676 83 844 631

Begleitung: TrauerbegleiterIn

des Mobilen Hospizdienstes

Trauer-Spaziergang im Stadtgebiet St. Pölten

Fr 30.04.2021

Fr 17.09.2021

Wann: 14:00 Uhr

Treffpunkt: Bahnhof St. Pölten

Dauer: ca. 2 Stunden

Begleitung und Anmeldung:

Hospizkoordinatorinnen

Elisabeth Riegler 0676 83 844

631 und Barbara Kögl

0676 83 844 632

Trauer nach Suizid

nächste Termine 3.11.2020,

1.12.2020, 12.1.2021

Wann: 1x im Monat von 18:00

bis 19:30 Uhr

Wo: Caritas Beratungszentrum

Schulgasse 10, St. Pölten

Begleitung und Anmeldung:

Hospizkoordinatorin und

Trauerbegleiterin Barbara Kögl

und Trauerbegleiter Wolfgang

Weinzierl 0676 83 844 632

Landesverband Hospiz NÖ

www.hospiz-noe.at

Sa 21.11.2020

10:00 – 17:00 Uhr

FreiSchreiben – Ventil zum
Selbst- & Fremdverständnis

Veranstaltungsort:

Bildungshaus St. Hippolyt

Eybnerstraße 5

3100 St. Pölten

Hospizförderverein Amstetten

www.hospizfoerderverein.at

Sa 28.11.2020

09:00 – 13:00 Uhr

„Wie lange dauert traurig
sein?“

Workshop mit Elke Kohl

Für alle Veranstaltungen
gelten die am jeweiligen
Tag vor Ort gültigen
Covid-19-Sicherheits-
bestimmungen.

Impressum

Medieninhaber und Herausgeber:

Caritas Diözese St. Pölten,

3100 St. Pölten, Hasnerstraße 4

Mobiler Hospizdienst,

3100 St. Pölten, Schulgasse 10

Tel.: 02742 841 682

www.caritas-stpoelten.at/hospiz

Redaktion: Anita Thür, Edda

Kaufmann

Layout: Sigrid Brandl

Druck: Gradwohl Melk

P.b.b. Erscheinungsort:

Verlagspostamt Amstetten