

# frauenZEIT

SterbeZEITen



\_editoriALIA  
\_RÜCKschau  
\_Frühverstorbene KINDER  
\_Maria JANSa  
\_KinderHOSPIZ  
\_literaturTIPPS  
\_frauenTERMINE  
\_eintauchen&auftauchen

## 2 editoriALIA

## Das „Auf-hören“ neu lernen

Wer sich die Endlichkeit des Lebens vor Augen führt, lebt bewusster.



Wenn die Zeit zum Sterben gekommen ist, dann werden wir mit einer fundamentalen Frage konfrontiert: „War das richtig, wie ich gelebt habe?“, denn die gelebte Zeit kann ich dann nicht mehr zurückholen.

Das macht wohl die Kunst des Sterbens, die „ars moriendi“, aus: nicht in erster Linie die Fähigkeit, die letzte Lebensphase zu gestalten, sondern das Wissen um die Endlichkeit und die Kunst, sich darauf einzustellen. Wer den Tod ins Leben einbezieht, der gelangt eher zu der Einstellung: Meine Zeit ist ein Geschenk und diese Zeit gestalte ich bewusst. Die geschenkte Zeit bewusst zu genießen, ist im Alltagsgetümmel jedoch gar nicht so einfach; entwickelte sich in unserer westlichen Kultur doch eine Haltung, in ein Leben so viel wie möglich unterbringen zu müssen – sogar die freie Zeit gerät unter Effektivitätsdruck.

So müssen wir das „Auf-hören“ im doppelten Sinne neu lernen: Aufhören bedeutet, etwas mal unfertig oder unvollkommen zu lassen. Gleichzeitig bedeutet es, auf etwas zu hören, das mich als Person anspricht, also auf-zuhorchen, hinhören, hören. Im Auf-hören in diesem doppelten Sinn fallen die Kunst zu sterben und die Kunst zu leben zusammen.

Dieses „Auf-hören“ fällt oft schwer, das erlebe ich auch selbst: Das Leben beschleunigt sich stetig. Ich lebe in einer Vielzahl von Systemen: in der Familie, im Job, im Freundeskreis. Es wird immer schwerer, sich Momente der Besinnung, des Innehaltens freizuhalten. Kleines, Unspektakuläres, wie einen Sonnenaufgang anzuschauen, ein gutes Gespräch zu führen oder mit einem Kind zu spielen: Nicht immer alles zu übertünchen mit Krach und Stress, mit Mehr und Besser – das halte ich für die heutige Kunst des Lebens (und des Sterbens).

Und wenn der Tag kommt, an dem man mit dem Blick zurück auf das eigene Leben konfrontiert wird, bin ich allein, hoffentlich nicht einsam, aber allein. Wir ganz allein haben die Verantwortung für unser Leben und für die Art, wie wir es gelebt haben. Die Frage ist: Wie können wir uns darauf vorbereiten, dass wir im Angesicht des Todes allein sein werden? Eine mögliche Antwort: indem wir immer mal wieder auf-hören und auf Worte hören, die Bestand haben und die nicht vergehen. Daraus kann mitten im vergehenden Leben Neues entstehen.

Wir haben uns in dieser frauenZEIT von unterschiedlichen Seiten dem Thema Tod und Sterben genähert und wünschen Ihnen die Kraft, die Ruhe und die großartige Erfahrung von Liebe, sich diesem Thema öffnen zu können.

Ihre

Friederike Winsauer

„Der Gedanke an die Vergänglichkeit aller irdischen Dinge ist ein Quell unendlichen Leids - und ein Quell unendlichen Trostes.“

Marie von Ebner-Eschenbach

### 3 RÜCKschau

## Rückschau ins Leben



**Emma Amann**

lebt in Rankweil.

Seit vielen Jahren

engagiert sie sich im

Sozialkreis der Pfarre.

„Schauen können ist ein Glück“ – so schreibt Altbischof Reinhold Stecher in seinem Buch „Botschaft der Berge“. Die Menschen sehnen sich nach dieser Schau des Ganzen, die immer auch ein Hin-Sehen mit dem Herzen bedeutet.

Ingrid Böhler

**Der Angst das Vertrauen entgegensetzen. Gespräch mit Emma Amann.**

**Der Blick zurück ins Leben ist manchmal nicht leicht. Emma, wenn du zurückschaust, welche Entwicklungen waren für dich wichtig? Worüber bist du heute froh?**

Ich habe mich selbst niemals festgenagelt. „Panta rhei“ – alles ist im Fließen, alles ist im Werden. Ich bin sehr froh, dass ich dies immer wieder erleben durfte und diese Erfahrung in vielen Begegnungen mit den unterschiedlichsten Menschen auch weitergeben darf. Bei allem, was mir passiert ist, bin ich so ruhig als möglich geblieben und habe versucht gelassen zu reagieren. Es ist wichtig, Gefühle zuzulassen, aber sich darin zu verlieren ist nicht zielführend.

Ich glaube, wir alle müssen lernen, mit den Veränderungen in unserem Leben umzugehen, denn Leben ist Veränderung. Für mich bedeutet dies, die Verantwortung für mein eigenes Leben zu übernehmen.

**Was hat dich geprägt und was gibt dir heute Boden für deine Entwicklung?** Der Glaube an mich und der Glaube an Gott - an eine höhere Macht, eine höhere Kraft – sind tragende Säulen in meinem Leben.

Aus diesem Glauben heraus entstand auch mein soziales Engagement – besonders nach meiner Scheidung. Dabei zählt für mich vor allem der partnerschaftliche Umgang der Menschen untereinander.

Der Angst das Vertrauen entgegensetzen – das verleiht Wurzeln.

Ich habe immer wieder erkennen müssen, dass gerade in Familien die Form des Miteinanders zählt, das Einander-in-Augenhöhe-Begegnen. Nur so entsteht ein Klima des Vertrauens und wir fangen an, einander ernst zu nehmen.

Ich habe mein Vertrauen in das Leben, in mich selbst, in Gott nie verloren.

Eine meiner schmerzlichsten Erfahrungen war das Fortgehen aus meiner Familie. Dieser Abschied, dieser Schmerz war der Anfang meiner Entwicklung, der Anfang meines Aufbruchs. Doch ich bin mit sehr viel Kraft auf die Welt gekommen – sie wurde mir geschenkt.

**Was wünschst du dir für dein weiteres Leben? Gibt es etwas, das du noch erleben möchtest?** Was ich mir wirklich wünsche, ist die Anerkennung, dass Menschen, die mir wichtig sind, sehen, was ich geleistet habe. Ich habe es sehr schön empfunden, im letzten Jahr für mein soziales Engagement vom Land Vorarlberg geehrt zu werden. Das tat gut.

Außerdem wünsche ich mir, dass ich mich nicht selbst in meine alten Muster verbanne und offen bleibe für Neues. Wir stülpen den Menschen viel zu oft ein vorgefertigtes Bild oder eine Meinung über. Für jede emotionale Regung oder Rührung haben wir einen Namen, ein Rezept und ein Medikament zur Hand. Das scheint Sicherheit zu geben, so wird die Angst vor der eigenen Geschichte oder den eigenen Gefühlen nicht wahrnehmbar.

Ich versuche immer wieder, meinen Nächsten dort abzuholen, wo er steht, ohne Wertung und Bewertung. Jeder Mensch soll seinen Weg gehen können ohne in einer Schublade zu landen.

„Das Leben ist Veränderung und ein ständiger Entwicklungsprozess. Ein fairer Umgang mit Konflikten ist ein gutes Handwerkszeug auf dem Weg zum Mensch-Sein.“

## 4 RÜCKschau



**Mechthild Frei** hat zwei Töchter und zwei Enkelkinder. Seit 1982 ist sie ehrenamtlich tätig, im Elternverein und im Sozialkreis der Pfarre.

Das Geschenk, „glaubwürdig zu leben“. Gespräch mit Mechthild Frei.

**Wenn du auf dein Leben zurück blickst, worüber bist du froh? Was hat dich geprägt?** Ich bin sehr froh und dankbar für meine Familie, in der ich aufgewachsen bin. Wir waren acht Kinder. Trotz vieler Dinge, auf die wir verzichten mussten, möchte ich diese Zeit nicht missen – ich hatte eine schöne Kindheit, mit viel Geborgenheit und Angenommen-Sein. Meine Jugendzeit war voll mit Idealen in der KAJ und bei den Pfadfindern. Besonders geprägt hat mich in dieser Zeit der Kaplan von Bludenz, Roland Häfele.

Von meinen Eltern habe ich gelernt, was es heißt, glaubwürdig als Christin zu leben. Sie haben es uns Kindern vorgelebt. Meine Mutter hat dazumal schon immer ihre Meinung vertreten, auch gegenüber der Kirche. Für mich war sie diesbezüglich ein Vorbild. Sie hat damals schon gesagt: „Haushalt und Kinder, das ist für mich auch Gottesdienst“.

Geprägt hat mich auch meine Hauptschulzeit, in der es für mich nicht leicht war, weil ich eine Lehrerin hatte, die mich oft sehr ungerecht behandelt hat – heute würden wir dazu sagen – sie hat mich gemobbt. Zum Glück hatte ich auch Mitschülerinnen, die zu mir gestanden sind.

Trotzdem habe ich mich gegen diese Ungerechtigkeiten zur Wehr gesetzt. Solche Erfahrungen machten mich stark und selbstbewusst.

Dies war mit ein Grund dafür, dass ich mich ehrenamtlich für die Schwachen, Kranken und Benachteiligten in unserer Gesellschaft mit Herz eingesetzt habe. So kann aus etwas Negativem im Leben auch etwas Positives entstehen.

„Wenn viele kleine Leute,  
an vielen kleinen Orten,  
viele kleine Dinge tun,  
werden sie das Angesicht der Erde erneuern.“

**Wenn du zurück blickst, was hat dich getragen? Wo ist heute dein Boden?** Mich hat immer wieder mein Glaube getragen – das ist auch heute so.

Ein Leben aus dem Glauben heraus – ein wahrhaftes, glaubwürdiges Leben – darin besteht auch meine Motivation, mich für andere Menschen einzusetzen.

„Die Liebe zu Gott macht den Glauben lebendig – die Liebe zum Nächsten glaubwürdig“.

Der Gottesdienst und die Botschaft Jesu – das ist für mich der Boden aus dem ich wachsen kann. SEINE Botschaft ist für mich aber auch Auftrag und es geht darum, diese umzusetzen und zu leben. Es zu leben, ist mehr als Reden und Worte.

Meine unterschiedlichen ehrenamtlichen Tätigkeiten waren immer eine tragende Säule in meinem Leben. Ich habe das Ehrenamt immer erfüllend erlebt.

In unserer Pfarre haben wir sehr viele soziale Arbeitskreise aufgebaut. Dabei war es mir immer wichtig, die Leitung wieder abzugeben und etwas Neues zu beginnen. Zurückblickend kann ich sagen, dass VIELE Menschen VIEL bewegt haben. Nicht umsonst hieß unser Motto nach einem afrikanischen Sprichwort: „Wenn viele kleine Leute – an vielen kleinen Orten – viele kleine Dinge tun – werden sie das Angesicht der Erde erneuern.“

Bei allem, was ich im Ehrenamt tue und bewege, ist es auch meine Familie, die mich trägt und unterstützt. Ohne meinen Mann wäre das alles nicht möglich gewesen. Dafür bin ich dankbar. Meine Herkunftsfamilie hat den Grund gelegt und heute wächst es weiter – das Leben ist im Fluss.

**Was wünschst du dir für dein weiteres Leben? Gibt es etwas, das du noch erleben möchtest?** Ich bin dankbar und zufrieden mit meinem Leben.

Erleben möchte ich noch, dass das Ehrenamt von der Politik mehr gesehen und geschätzt wird. Die ehrenamtliche Tätigkeit sollte eine Auswirkung auf die Pensionen der Menschen haben.

## 5 Frühverstorbene KINDER

### Ich trage dich in meinem Herzen, Kind!



**Daniela Bohle-Fritz**  
Krankenhausseel-  
sorgerin, Feldkirch

Eine Fehlgeburt geschieht für die meisten Frauen völlig plötzlich und unerwartet. Wenn Eltern sich ihr Kind sehnlich gewünscht haben, wenn eine Frau das erste oder vielleicht das einzig mögliche oder schon das dritte Kind verliert, dann löst dieser Verlust eine große Trauer und tiefen Schmerz aus. „Das ist, wie wenn mir ein Arm oder das Herz ausgerissen worden wäre“, sagen Mütter. Geschwister und Großeltern sind mitbetroffen. Eine länger anhaltende starke Trauer und wiederkehrende Trauer sind normale Reaktionen auf diese Erfahrung. Es ist wichtig, dass sich die Eltern im Krankenhaus genügend Zeit nehmen, ihr Kind im Arm zu halten, wenn dies möglich ist, und ihm einen (Kose-)Namen geben. Das sind schöne, wertvolle Erfahrungen, bleibende Schätze für ihr Leben. Dabei können sie ihre Liebe zum Kind ausdrücken, es liebkosen und Eltern sein. Ich ermutige alle Eltern, nicht schnell über den Verlust hinwegzugehen, sondern sich genügend Zeit zum Trauern zu nehmen. Dies ermöglicht eine unbeschwertere nächste Schwangerschaft. Die Eltern brauchen verständnisvolle Menschen aus Familie und Freundeskreis, die ihre Trauer aushalten und nicht verharmlosen, damit sie nicht allein damit sind.

Es ist wichtig zu wissen, dass die normale Trauerzeit mindestens ein halbes bis ein Jahr dauert und zu bestimmten Zeiten verstärkt wieder kommt, sei das beim Geburtstermin, am Muttertag, ...

Rituale helfen, Schmerz zuzulassen, Abschied zu nehmen und etwas Trost zu finden, sei das ein Abschiedsritual im Krankenhaus oder zu Hause mit dem Partner. Viele Eltern gestalten eine Ecke oder eine Schublade für ihr Kind, in dem sie die Erinnerungsgegenstände aufbewahren und eine Kerze davor entzünden, wenn sie das Bedürfnis haben, an ihr Kind zu denken.

Seit 2000 dürfen alle Kinder unabhängig vom Entwicklungsstand begraben werden.

Zweimal im Jahr - im April und Oktober - gestalten wir auf dem Friedhof des LKH Rankweil ein christliches Begräbnis mit muslimischem Gebetsteil aller frühverstorbenen Kinder landesweit. „Wir möchten Ihnen danken, für den Platz, den Sie unserem Kind gegeben haben. Wir möchten Ihnen danken, für diese Art des gelebten Christentums. Wir möchten Ihnen danken,

für den Trost, den wir durch die christlich-muslimische Gemeinschaft erfahren durften.“ (Aus einem Brief betroffener Eltern)

Zu der jährlichen Gedenkfeier um Allerheiligen in der Kapelle des LKH Rankweil sind alle Frauen/Familien herzlich eingeladen, die vor kurzem oder schon vor langer Zeit ein Kind verloren haben, oder sich nicht trauten, es zur Welt zu bringen. Am Krankenhaus ist man meist das einzige Elternpaar und so wird die Gemeinschaft (meist 80 -100 Eltern) stärkend und tröstend in dieser Verlustsituation erfahren. Die Gedenkfeier ist eine Möglichkeit, die eigene Liebe zum Kind, Geschwister oder Enkelkind auszudrücken und sich von der Buntheit und Fröhlichkeit der Gedenk- und Begräbnisstätte berühren zu lassen.

Auch bei Fehlgeburten ist Verständnis für die tiefe Trauer wichtig, so wie man beim Verlust eines erwachsenen nahen Angehörigen Anteilnahme zeigt. Verständnis auch dafür, dass die Eltern in der ersten Zeit Schutz brauchen und Distanz zu schwangeren Angehörigen und Freundinnen. Verständnis dafür, dass die Trauer lange andauern kann und immer wieder kommt. Es ist auch wichtig zu respektieren, dass Frauen und Männer oft in unterschiedlicher Weise trauern.

Für viele Eltern wird ihr früh verlorenes Kind zu einem großen Schatz für ihre Familie, ein (Schutz)engel, den sie persönlich gekannt haben.

#### Gedenkfeier für frühverstorbene Kinder:

- Mag. Daniela Bohle-Fritz, T 05522 303 4062,  
E daniela.bohle-fritz@lkhf.at;

#### Literaturhinweise:

- Hannah Lothrop: Gute Hoffnung - jähes Ende. Kösel-Verlag, München 1991.  
- Fritsch/Sherokee: Unendlich ist der Schmerz... Kösel-Verlag, München 1995.

#### Für Kinder:

- Marit Kaldhol: Abschied von Rune, Ellermann Verlag.  
- Susan Varley: Leb wohl, lieber Dachs. Anette Betz Verlag 2009.

„Jedes Leben ist in der Tat ein Geschenk, egal wie kurz, egal wie zerbrechlich. Jedes Leben ist ein Geschenk, welches für immer in unseren Herzen weiterleben wird.“ (Geburts- und Todesanzeige)

## Memento mori Übergänge

Das letzte Gefäß, die aus Tonerde geformte Urne als Behältnis für Zurückgelassene, rein mineralische Essenz, reicht in die Ursprünge unserer Kulturen. Im Umgang mit dem Tod und entsprechenden Ritualen lassen sich Weltanschauung und Lebensart ablesen. So ist auch heute der letzte Abschied allgegenwärtig. Immer seltener ausgeblendet oder tabuisiert integriert sich der Tod in das Leben als Ganzes.

Maria Jansa

Heute suchen die Menschen auch für Abschiedszeremonien individuelle Wege. Ob religiös oder von einem aufgeklärten Humanismus geprägt, der Übergang in neue Räume erfordert neues Bewusstsein.

Erde ist in zahlreichen Mythen als Ursprung und Ende der menschlichen Existenz genannt, Inbegriff des

Naturzyklus, Werden und Vergehen großer Gegensätze. Feuer wiederum steht für Verwandlung schlechthin, sowohl für das Aufglühen des Lebens wie für dessen Veraschen. Alle Objekte aus Ton geformt müssen zweimal durch das Feuer. Immer risikoverbunden!

In der Beschäftigung mit dieser Abschiedsthematik arbeite ich an zeitlosen Grundformen, vermeide aufdringliche Symbolik. Ich entwickle im Prozess aus Kugel, Würfel, Zylinder auch Aschenhäuser, geschwungene Schreine oder Barken. Die Geborgenheit im Seelischen wird Ausdruck durch die Reduktion der Form als ein innerliches intensives Erlebnis.

Die Reduktion auf das Wesentliche durchzieht alle Themen in ihrem künstlerischen Schaffen. Grundformen, die Poesie und Sinnlichkeit ausstrahlen, spiegeln sich auch in den letzten Gefäßen, den Urnen.



Ein künstlerischer Prozess lebt von den Übergängen. Würde ich nur in der Idee und dem daraus resultierenden Konzept verhaftet bleiben, bekäme die Gestaltung wohl einen sterilen, toten Ausdruck. Würde ich hingegen mit der sinnlichen Wahrnehmung am Werkstoff und seiner Bearbeitung festhalten, so könnte daraus ein banales Ereignis entstehen. Wenn ich aber zwischen diesen extremen Polen pendle, alt vertrautes Terrain verlasse und den Spagat über dem „Nichts“ aushalte, kann ein neues Werk entstehen.

Während des Arbeitsprozesses folgen dann natürlich weniger dramatische, leise, fast unbemerkte Übergänge. Der weite Bogen fordert den ganzen Menschen. Gelingt es, lange in in offener Unbefangenheit zu bleiben, während das Werk sich findet? Die fragende Haltung in reiner Gegenwart schenkt Zwischenräume, in denen Wesentliches passieren kann.



**Maria Jansa**, Künstlerin; lebt und arbeitet als freischaffende Künstlerin in Fraxern; studierte von 1972 – 1977 an der Kunstuniversität Linz „Plastische Konzeptionen und Keramik“; Mitglied der Berufsvereinigung Bildender KünstlerInnen Vorarlberg; 2012 „Artist in

Residence“, Berlin; zahlreiche Einzel- und Gruppenausstellungen im In- und Ausland; setzt sich immer wieder mit dem Thema Tod und Sterben auseinander, z.B. „minimal housing“ oder „Künstlersärge“ und gestaltet u.a. Urnen - „Das letzte Gefäß“; Vorbilder sind archaische Keramik aus Japan, minoische Kunst; archaisch, schlichte, reduzierte Formen.

**Kontakt:**

Maria Jansa, Atelier Morgengab  
T 05523 64077, [www.mariajansa.at](http://www.mariajansa.at)

„Ein künstlerischer Prozess lebt von den Übergängen.“  
*Maria Jansa*

Federkleid  
Tod  
Schmiege mich  
An deine  
Haut  
Aus Sternenlicht  
Sanft  
Neigt  
Aus hoher  
Nacht  
Sich  
Meines Ursprungs  
Name

*Dorothea Deimann*



## Sterben fragt nicht nach dem Alter



**Ingrid Böhler**  
Leiterin Pfarrcaritas  
Sozialpaten  
Seniorenarbeit  
Wichnergasse 22  
6800 Feldkirch  
T: 05522-200 1016  
E: ingrid.boehler@  
caritas.at

Wenn Kinder oder Jugendliche lebensbedrohlich erkranken, ist dies für die Familie ein großer Schmerz und eine extreme Belastung. Es ist tröstlich, jemanden zu haben, der diesen schwierigen Weg mit den betroffenen Kindern, den Eltern und Geschwistern sensibel mitgeht. Viel Verständnis und Halt brauchen auch Kinder, deren Angehörige oder Freunde lebensbedrohlich erkrankt sind. Mit angemessener Offenheit und respektvollem Schutz begleiten und beraten die speziell geschulten MitarbeiterInnen des HOKI-Teams alle Betroffenen.

Wir sprachen mit Annelies Bleil, der Koordinatorin des Kinderhospiz-Teams (kurz - HOKI) von Hospiz Vorarlberg:

Ingrid Böhler

**Wie begleitet ihr vom HOKI-Team die Kinder in Zeiten des Abschied-Nehmens und des Sterbens?**

Für uns ist Kinder-Begleitung immer Familien-Begleitung, in diesen schwierigen Zeiten braucht das Familiensystem gesamt Unterstützung.

Eine wichtige Frage ist: "Wie bringt man einem Kind bei, dass sein Vater, seine Mutter, eine Oma, ein Opa oder eine andere wichtige Bezugsperson stirbt?" Dabei klären wir mit den nächsten Angehörigen ab, was das Kind zum Thema Sterben und Tod schon weiß und wie aufgeklärt es bereits ist.

Viele Menschen wissen nicht, mit welchen Worten sie ihrem Kind erklären sollen, dass ein Familienangehöriger sterben wird. Unsere Arbeit besteht in diesen Fällen darin, die Eltern zu beraten, wie sie diese Wahrheit ihrem Kind sagen können. Gerade auf solchen Gesprächen wurzelt das Vertrauen, das ein Kind in seine Eltern jetzt und in Zukunft hat. Unwahrheiten – oftmals aus einer Schonhaltung heraus - ergeben oft lebenslanges Misstrauen gegenüber den engsten Mitmenschen.

Wir unterstützen die Eltern darin, dass sie selbst die traurigen Wahrheiten ihren Kindern mitteilen können, mit ihren Worten, in ihrem Stil.

Wenn sich Eltern früh genug an uns wenden, dann können wir – gemeinsam mit den Eltern - die Kinder in Gesprächen, mit Literatur, Spiel und Ritualen auf das Unvermeidliche gut vorbereiten.

Man kann einem Kind durchaus sagen: „Jetzt muss die Mama zur Chemotherapie ins Spital. Du darfst trotzdem

auf den Kindergeburtstag und du kannst dir aber sicher sein, wenn es etwas Neues gibt, erhältst du gleich die Info.“ Kinder brauchen Wahrheit und Verlässlichkeit, dann können sie auch wieder unbeschwert spielen und ihren Dingen nachgehen.

Es gibt die These, dass man Kinder nur dann informieren soll, wenn sie fragen. Diese Meinung vertreten wir nicht. Erfahrungen zeigen, dass es gut ist, Kinder auch aktiv zu informieren. Kinder spüren sehr oft die Not ihrer Eltern. Sie neigen dann dazu, sich mit ihren Fragen und Anliegen zurückzuziehen und lieber zu schweigen, um ihre Eltern nicht noch mehr zu belasten.

**„Kindern trauern anders“ – stimmt das oder haben sie nur andere Ausdrucksformen ihrer Trauer?**

Jeder Mensch lernt das Trauern in seiner Gegenwartsfamilie. Lebt diese ihre Trauer eher introvertiert, so passt sich das Kind dem an. Ist ein offensiver Umgang mit Trauer (wie auch mit anderen Gefühlen) üblich, so wird sich das Kind erlauben, offen zu trauern.

Hier geht es nicht um richtig oder falsch, es gibt vielmehr: passend oder unpassend. Das Kind empfindet seine Gefühle passend, wenn diese familienkonform sind. Auch im Leid ist die Zugehörigkeit zum System ein Grundbedürfnis des Menschen. So passen sich die Kinder den Angehörigen an und nehmen diese Erfahrung ins Erwachsenenalter mit.

Was Kinder in ihrer Trauer unterscheidet, ist die Tatsache, dass sie viel schneller zwischen ihren Gefühlen switchen können. Weil Kinder sehr im Jetzt sind, können sie tief traurig sein und innerhalb von wenigen Minuten wieder ihrem Spiel nachgehen und dabei fröhlich lachen. Erwachsene können dies nicht, weil sie meist in ihren Emotionen gefangen sind.

**Wie wird man BegleiterIn im HOKI-Team und welche Fähigkeiten braucht man?**

Zum Schutze unserer Kinder und Freiwilligen durchlaufen InteressentInnen ein mehrstufiges Procedere: Ausgangspunkt ist ein persönliches Bewerbungsgespräch, in dem über die Aufnahme in den Befähigungskurs entschieden wird. Der Befähigungskurs und das 40-stündige Praktikum dienen der Einübung und Entscheidungsbildung. Nach erfolgreichem Abschluss von Kurs und Praktikum kommt es zur offiziellen Aufnahme ins Kinder-Hospiz-Team.

Unsere BegleiterInnen müssen psychisch und physisch stabil sein. Neben der Liebe zu Kindern müssen sie auch die Bereitschaft zu längeren Beziehungen zu den Familien mitbringen. Wir begleiten ja nicht nur Sterbende sondern oftmals auch chronisch kranke Kinder, die eine intensive Pflege brauchen und immer wieder lange Krankenhausaufenthalte durchstehen müssen. Kleine Patienten mit einer Krebsdiagnose sind Gott sei Dank zu ca. 80 Prozent heilbar. Doch bis dahin ist oft ein langer und leidvoller Weg zurückzulegen. Unsere BegleiterInnen stehen diesen Kindern in ihrem Leid und in ihren Krisen zur Seite. Krankheit, Sterben und Trauer sind oftmals langwierige Prozesse. Auch Trauerprozesse verlaufen in Schüben. So kann ein Kind den Tod eines Geschwisters gut bewältigen, in der Pubertät können ihn dieser Tod und die Trauer wieder einholen und neue Wege aus der Trauer müssen gefunden werden. Angesichts all dieser Aufgaben ist es uns wichtig, unsere Freiwilligen intensiv zu begleiten, außerdem erhalten sie die Möglichkeit zur regelmäßigen Reflexion und zur Supervision.

**„Philosophieren mit Kindern“ heißt ein Angebot, das du machst? Was dürfen wir uns darunter vorstellen?**

„Dafür sind wir nicht zu klein“ lautet der Titel dieses Projektes. Kernelemente dabei sind die Erfahrungswelten der Kinder. Wir gehen in die Schulen und sprechen über Krankheit, Tod und Sterben. Es ist uns wichtig, dass nicht wir den Kindern die Welt erklären, sondern dass wir ihre Vorstellungen von Welt erfragen und erfahren. Dies ist immer sehr tief gehend, manchmal traurig, kann aber auch mitunter sehr heiter sein. Die Kinder lehren uns auch hier das Staunen.

Wie stellen sich Kinder den Himmel vor? Ein Jugendlicher konnte nicht verstehen, dass der Himmel oben ist, wo die Erde doch rund ist. Ein kleineres Kind meinte: „Im Himmel kommen die zusammen, die zusammen passen.“



**Annelies, als Koordinatorin des HOKI-Teams, bist du ganz nahe bei den Menschen – was erlebst du als bereichernd?**

Zu erleben, dass man doch mehr bewirken kann als man glaubt, sind die Wurzeln für meine sinnstiftende Arbeit. Die Dankbarkeit der Eltern und Kinder, wenn man wahrhaftig miteinander umgeht, berührt mich immer wieder.

**Was fordert dich?**

Auch heute noch – nach all den Jahren – macht es mich sprachlos und traurig, wenn Eltern ihre Kinder zurücklassen müssen. Die Schockzustände der Betroffenen und die unendliche Traurigkeit in ihren Gesichtern, ja manchmal sogar in den Wänden – sind manchmal schwer auszuhalten. Trotz aller Professionalität und Supervisionsmöglichkeiten hadere auch ich mit so manchem Schicksal.

**Gibt es ein positives Erlebnis, an das du dich ganz besonders gerne erinnerst?**

Stellvertretend für viele gute Erfahrungen hier ein Zitat aus einem Dankesbrief: „Ihr von der Kinder-Hospiz könnt unsere Leiden zwar nicht wegzaubern, aber ihr könnt Tränen trocknen.“



**Annelies Bleil**

Leitung Kinderhospiz Vorarlberg  
Koordinatorin Hospiz Region Bregenz

**Kontakt HOKI**

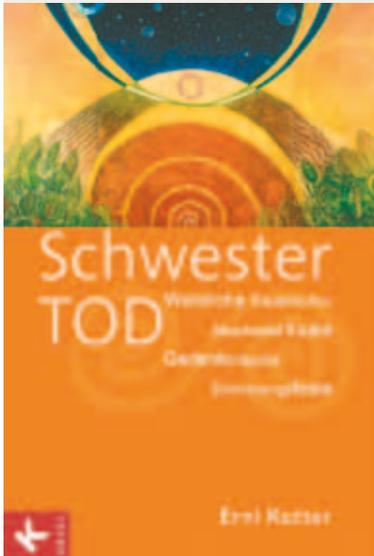
Kolumbanstraße 9, 6900 Bregenz,  
T 0664-8240020 Mo-Fr 9-12 Uhr  
und täglich auch an Sonn- und  
Feiertagen von 17-18 Uhr.  
E [hospiz.kinder@caritas.at](mailto:hospiz.kinder@caritas.at).

**Hinweis und Einladung**

1. Vorarlberger Kinderhospiztagung  
am 28.11.2014 von 14-17 Uhr im  
Vorarlbergmuseum. Anmeldung bis  
spätestens 24. Nov. 2014 unter  
T 05522-200 1100;  
Email [hospiz@caritas.at](mailto:hospiz@caritas.at),  
Näheres siehe Homepage  
[www.hospiz-vorarlberg.at](http://www.hospiz-vorarlberg.at)

## 10 literaturTIPPS

Erni Kutter  
Schwester Tod



Erni Kutter  
**Schwester Tod**

Weibliche Trauerkultur - Abschiedsrituale - Gedenkbräuche - Erinnerungsfeste  
Kösel Verlag 2010, 207 Seiten, broschürt, € 18,50

Das Buch Schwester Tod ist eines der interessantesten, das ich in letzter Zeit gelesen habe. Es beschäftigt sich mit den verschiedensten Formen weiblichen Umgangs mit dem Tod im Laufe der Jahrhunderte. Ursprünglich war die Figur des Todes eine weibliche, was in so mancher Sage oder Legende noch heute angesprochen wird. Auch die Begleitung hinaus aus dem Leben (die Seelenamme im Gegensatz zur Hebamme) war ursprünglich eine weibliche Domäne und sie wird es immer mehr, da gerade in der Hospiz tätige Menschen vornehmlich Frauen sind. Erni Kutter schafft mit diesem Buch ein Standardwerk für Menschen, die in der Sterbebegleitung tätig sind. Abschiedsrituale und Gedenkbräuche, Erinnerungsfeste und das bewusste Hinschauen auf die eigenen Erfahrungen des Hinfälligseins und des Todes bilden einen wichtigen Bestandteil der im Buch dargelegten Reflexionen und Betrachtungen.

Es ist ein Buch, das die Bedeutung der mittelalterlichen ars moriendi (der Kunst des Sterbens) endlich wieder in Zusammenhang bringt mit der ars vivendi, der Kunst des ‚erfüllten‘ Lebens.

*Buchhandlung Die Quelle, Dr. Christine Bertl-Anker*

Gian Domenico Borasio  
Selbst bestimmt sterben



Gian Domenico Borasio  
**Selbst bestimmt sterben**

Was es bedeutet – Was uns daran hindert – Wie wir es erreichen können  
C. H. Beck Verlag 2014, 206 Seiten, gebunden, € 18,50

Gian Domenico Borasio ist Inhaber des Lehrstuhls für Palliativmedizin an der Universität Lausanne. Er gilt als einer der profunden Palliativmediziner im europäischen Raum. Sein wichtigstes Anliegen ist es, auch schon in der medizinischen Grundausbildung die Begleitung Sterbender und deren Angehörigen zum Thema der Lehre zu machen. In seinem neuesten Buch spricht er sich zunächst für eine Eindeutigkeit in der palliativen Begrifflichkeit aus. Das Hauptthema – gewachsen an der langjährigen Erfahrung als Palliativmediziner – ist der Umgang der Medizin mit mündigen und gut aufgeklärten Patienten und deren Angehörigen im Zusammenhang mit dem selbstbestimmten Sterben. „Es gibt so viele verschiedene Formen der Selbstbestimmung und des ‚Sterbens in Würde‘, wie es Menschen gibt – und jede davon hat ihre ganz eigene Berechtigung.“ (186) Seiner Ansicht nach wird die Medizin der Zukunft eine hörende sein müssen. Borasios Buch zeigt, dass in diesem sehr wichtigen Bereich unseres Lebens, viel Bewegung und Neuorientierung angesagt ist um den Wünschen und Bedürfnissen der Menschen gerecht zu werden.

Ein sehr wichtiger und äußerst interessanter Beitrag zu diesem schwierigen Thema!

*Buchhandlung Die Quelle, Dr. Christine Bertl-Anker*

## 11 frauenTERMINE

### November

20./22./23./27./28./29.11., jeweils um 20 Uhr. **Trash me pu before you gogo.** Tanz-Theater nach einem Stück von Irina Orlovskaya, in dem eine Gruppe versucht, aus dem allgemeinen Optimierungswahn auszu-steigen. Aufführungsort: Altes Hallenbad, Feldkirch. [www.walktanztheater.com](http://www.walktanztheater.com)

24. 11., 9.15 Uhr bis 17 Uhr. **Das innere Licht tanzen lassen.** Tanztage für Frauen mit Lioba Hesse. Kursbeitrag: € 35,-; Mittagessen: € 13,80.

Info und Anmeldung: Bildungshaus St. Arbogast, T 05523 62501 828, [www.arbogast.at](http://www.arbogast.at)

### Dezember

13. 12., 9.30 bis 17 Uhr. **Zünd ein Licht an am Luzia-Tanztag!** Tanztage mit Hildegard Elsensohn. Kursbeitrag: € 28,-; Mittagessen/Jause: € 17,50.

Info und Anmeldung: T 05522 44290, [www.bildungshaus-batschuns.at](http://www.bildungshaus-batschuns.at)

### Jänner

9. 1., 14 bis 17.30 Uhr. **Weltgebetstag - Vorbereitungstreffen.** Liturgieimpulse von Frauen aus den Bahamas sind dieses Jahr Grundlage für den Weltgebetstag. Interessierte Frauen treffen sich im Bildungshaus St. Arbogast.

Info und Anmeldung: T 05522 34 85-212 oder [E\\_kfb@kath-kirche-vorarlberg.at](mailto:E_kfb@kath-kirche-vorarlberg.at)

24. 1., 9 bis 17 Uhr. **„Sei echt, sei nicht nett“.** Seminar für Frauen nach der Methode der Gewaltfreien Kommunikation. Referentin: Marina Linder. Kursbeitrag: € 32,00 (€ 16,00 für Alleinerziehende), zuzüglich Verpflegungskosten. Kursort: Bildungshaus St. Arbogast.

Info und Anmeldung: T 05522 74139 oder [efz@kath-kirche-vorarlberg.at](mailto:efz@kath-kirche-vorarlberg.at)

### Februar

13. 2., 16 Uhr bis 14. 2., 16 Uhr und 17. 4., 16 Uhr bis 18. 4., 16 Uhr.

**Neue Wege. Auf dem Weg zur Lebensvision.** Begleitung in zwei Schritten. Referentin: Helga Gumpmaier. Kursbeitrag: € 240,- / Solidarbeitrag € 190,- bis € 290,-.

Info und Anmeldung: Bildungshaus St. Arbogast, T 05523 62501 828, [www.arbogast.at](http://www.arbogast.at)

### März

6. 3., 9.15 bis 17 Uhr. **„Auf zu neuen Ufern“ - Lebensübergänge kreativ gestalten.** Referentin: Elisabeth Neimeke. Kursbeitrag € 35,-; Mittagessen € 13,80.

Info und Anmeldung: Bildungshaus St. Arbogast, T 05523 62501 828, [www.arbogast.at](http://www.arbogast.at)

16. 3., 9.15 bis 17 Uhr. **Stets neu beginnen.** Tanztage für Frauen mit Lioba Hesse. Kursbeitrag: € 35,-; Mittagessen: € 13,80.

Info und Anmeldung: Bildungshaus St. Arbogast, T 05523 62501 828, [www.arbogast.at](http://www.arbogast.at)

16. 3., 9.15 Uhr bis 17. 3., 18 Uhr.

**Familien stellen. Kraft schöpfen aus der eigenen Familiengeschichte.** Referentin: Ulrike Tschofen. Kursbeitrag: € 240,-.

Info und Anmeldung: Bildungshaus St. Arbogast, T 05523 62501 828, [www.arbogast.at](http://www.arbogast.at)

20. 3., 9 bis 17 Uhr. **Eine Reise in die Welt der weiblichen Sexualität.** In diesem Workshop geht es darum, im Kreis von Frauen dem ganz individuellen Frau-Sein liebevoll näher zu kommen. Leitung: Heidi Hagen. Kursbeitrag: € 55,-; Mittagessen: € 12,50.

Info und Anmeldung: T 05522 44290, [www.bildungshaus-batschuns.at](http://www.bildungshaus-batschuns.at)

25.3. oder 26. 3., 9.30 bis 17 Uhr. **Ein Tag für mich.** Freizeittage für Frauen mit Friederike Winsauer zum Thema „Konflikt – ich komme! Gelassener und kreativer Umgang mit Konflikten“. Nachmittagsprogramm: Workshop mit Friederike Winsauer oder Floristin Marianne Ritter. Kosten: € 40,- (inkl. Verpflegung). Kursort: Bildungshaus St. Arbogast.

Info und Anmeldung: T 05522 3485-212 oder [E\\_kfb@kath-kirche-vorarlberg.at](mailto:E_kfb@kath-kirche-vorarlberg.at)

**Hinweis: Die nächste Ausgabe der frauenZEIT erscheint am 26. März 2015**

#### Impressum

frauenZEIT. Sonderseiten im Vorarlberger Kirchenblatt  
 Redaktion: Mag.a (FH) Friederike Winsauer, Frauenreferat Katholische Kirche Vorarlberg  
 in Kooperation mit Ingrid Böhler, Caritas Vorarlberg und Edith Burger  
 Bahnhofstr. 13, 6800 Feldkich, T 05522 3485-201  
 @mail: [friederike.winsauer@kath-kirche-vorarlberg.at](mailto:friederike.winsauer@kath-kirche-vorarlberg.at)  
 Internet: [www.kath-kirche-vorarlberg.at](http://www.kath-kirche-vorarlberg.at)  
 Fotos: S.1 Michael Ansorena / flickr.com, S.6+7 Georg Alfare, Gabriele Ulmer,  
 S.10 Caritas Vorarlberg, S.12 Carola Burger / flickr.com

## 12 eintauchen & auftauchen



### An der Schwelle

Berauschest mich  
du brombeerblaue  
Nacht  
mit Glockenspiel  
das schlummermüde  
macht  
nimmst alle Schwere  
aus den Gliedern  
fort

Doch bin ich wach  
in meinem tiefsten  
Kerne  
und unversiegelt  
vor dem Bild der  
Sterne  
steigt aus der Seele  
jedes klare  
Wort

**Ursula Riklin** (St. Gallen, 1936 – 2013);  
Veröffentlicht in „miromente 34“ (Dezember 2013)