Mit ganzem Herzen für Sie da

Mein Name ist Beatrix Buchinger, bin verheiratet und Mutter von drei Kindern:
Isabel & Julia an der Hand und Oliver fest im Herzen.

Ich arbeite bei Herzkinder Österreich und begleite und unterstütze unter anderem verwaiste Eltern mit einem Sternen-Herzkind.
Denn niemand versteht so gut, als jemand, der selbst in der gleichen Situation ist.

Ich bin selbst Mutter eines Sternenkindes und weiß genau was es heißt, eine lange Zeit im Krankenhaus zu sein und sich große Sorgen um sein Kind zu machen.
Auch wenn unser Oliver kein Herzkind war, musste er dennoch wieder viel zu früh zu den Sternen reisen.

Wir sind jedoch sehr froh, Oliver 14 Monate bei uns gehabt zu haben und wir ihn ein Stück seines Weges begleiten durften!
Jeder Augenblick und jeder Moment mit ihm war ein großes Geschenk.

Aus eigener Erfahrung weiß ich, wie gut es tut, mit Gleichgesinnten zu sprechen und man seine eigene Geschichte erzählen kann, ohne dass jemand beurteilt wie es einem geht.

Wenn das Sterben absehbar ist oder ein Todesfall eingetreten ist, dann bin ich gerne für dich/euch da!

Beatrix Buchinger

Tel.: +43 (0)664 | 884 32 806
E-Mail: b.buchinger@herzkinder.at

Herzkinder Österreich
Grünauerstraße 10 | 4020 Linz
office@herzkinder.at | www.herzkinder.at

Wenn das Sterben absehbar ist oder ein Todesfall eingetreten ist, dann bin ich gerne für dich/euch da!

- in der Begleitung der Verabschiedung
- nach Eintreten des Todesfalls in der Mithilfe bei Bestatter & Überstellung
- in der Begleitung beim Ablauf der Verabschiedung
- Gesprächsmöglichkeit – Wie geht es weiter?
- Organisation eines Wochenendes für verwaiste Eltern (1x/Jahr)
- Finanzielle Unterstützung (Begräbnis, Überstellung, …)

Diese Fragen werden immer wieder auftauchen!

Mein Kind ist gestorben – wie kann ich weiterleben?

- An wen kann ich mich wenden?
- Mit wem kann ich sprechen?
- Wo finde ich jemanden, der eine vergleichbare Erfahrung gemacht und überlebt hat?
- Wer sagt mir, ob meine Gedanken und Gefühle überhaupt noch normal sind?
- Wie gehe ich mit Freunden um, die sich zurückziehen?
- Wie komme ich zurecht mit aufbrechenden Problemen in meiner Partnerschaft?
- Wie finde ich Zugang zu der Trauer der hinterbliebenen Geschwister?
- Wie kann ich „lernen", mit dem schmerzlichen Verlust zu leben und ihn als Teil meiner Lebensgeschichte zu begreifen?

Die Trauer um ein Kind lässt einen nie ganz los. Sie kann stärker oder schwächer präsent sein, aber sie geht nie ganz weg und selbst nach vielen Jahren kann der Verlust noch sehr schmerzen.
Es braucht viel Mut unsere Trauer zu durchleben, uns ganz auf sie einzulassen, durch den Regenbogen hindurch zu tauchen, uns berühren zu lassen, um zu begreifen, erst dann werden wir wieder frei sein, um zu leben, um zu lieben, werden die Sonne hinter dem Regenbogen aufgehen sehen und verstehen.

„Verkraftet" was heißt eigentlich dieses Wort, das man auf seinem Weg immer wieder zu hören bekommt?
In der Lage sein, etwas zu bewältigen. „man verkraftet die hohe Belastung nicht"
Ja, es ist sehr wohl eine hohe Belastung, wenn man sein Kind die letzte Reise antreten lassen muss und die Eltern diesen Weg der Trauer bewältigen müssen.
Es zieht einem den Boden unter den Füßen weg und die Freunde und Familie wissen oft auch nicht wie sie damit umgehen sollen.

Herzkinder Österreich

Hand auf's Herz...

Und wenn ihr mich auch sehr vermisst
und weint, weil ich nicht mehr bei Euch bin,
so denkt daran: Im Himmel, wo es mich nun gibt
erzähle ich stolz: **Ich werde geliebt!**

Wenn ein Trauerfall eintritt

Tod eines Kindes

Es widerspricht dem normalen Lebenszyklus. Es überfordert unsere Vorstellung.
Wenn ein Kind stirbt, bricht für viele Eltern die Welt zusammen. Unabhängig davon wie alt das Kind war oder unter welchen Umständen es gestorben ist, wirst du dich möglicherweise hilflos fühlen.

> Es ist das Schlimmste, was Eltern passieren kann:
> Das eigene Kind stirbt.

Eine Dramatik, die sowohl Vater und Mutter, aber auch die Geschwister betrifft und alles, was bisher normal und lebenswert war außer Kraft setzt. Unendliche Trauer gilt es zu bewältigen, manchmal auch die schwer wiegende Schuldfrage zu überwinden. Eine eindeutige Antwort nach dem Warum gibt es meistens nicht. Der Tod des Kindes ist kaum überwindbar und trotzdem muss das Leben weitergehen. Das Wie ist allerdings nicht vorstellbar.

„WAS MAN TIEF IN SEINEM HERZEN BESITZT, KANN MAN NICHT DURCH DEN TOD VERLIEREN."
Johann Wolfgang von Goethe

Wenn ein Kind stirbt, überzieht tiefe Trauer das Leben der Eltern. Die große Frage nach dem Warum beherrscht die Gedanken, jeder Schritt des Alltags wird unendlich schwer. Viele verwaiste Eltern wünschen sich nach dem Verlust ihres Kindes sogar, selbst zu sterben.
In dieser furchtbar schweren Zeit brauchen die betroffenen Eltern und/oder auch die Geschwister des Kindes dringend Hilfe und Beistand. Von Freunden und der Familie natürlich, aber auch von Außenstehenden, denn oftmals wissen die Menschen, die den Trauernden am nächsten stehen, nicht, wie sie der großen Trauer gerecht werden können.

Hand aufs Herz

Wenn das Sterben absehbar ist...

- sich genug Zeit zum Verabschieden nehmen
- Geschwisterkinder mit einbeziehen
- weitere Familienangehörige informieren (z.B. Großeltern, Tante, Onkel,...)
- Trauerbegleiter/Seelsorger/Pfarrer kontaktieren
- Nottaufe, Krankensalbung
- Hand- und Fußabdruck machen
- Haarlocke abschneiden
- Baden und anziehen
- Fotos machen

Nach Eintreten des Todesfalls...

Bestatter kontaktieren
- Abholung & Sterbeurkunde

Unterlagen für Bestatter
- Geburtsurkunde
- Staatsbürgerschaftsnachweis
- Heiratsurkunde
- Scheidungsurteil
- Nachweis des akademischen Grades
- Grabdaten (falls bereits vorhanden)
- Foto für Parte und Aufbahrung

Besuch beim Bestatter
- Auswahl des Sarges / Urne (evtl. selber anmalen oder gestalten)
- Art der Bestattung (Erde, Feuer)
- Art der Verabschiedung (freie Verabschiedung mit Trauerredner, kirchliche Verabschiedung)
- Kleidung für das geliebte Kind
- Was möchte man dem geliebten Kind noch mitgeben? (Zeichnungen, persönlicher Brief, Lieblingskuscheltier, ...)
- Parte
- Gedenkbilder

Besuch beim Pfarramt
- Grabstelle / Urnenplatz aussuchen
- Tag der Verabschiedung / Beisetzung / Totenwache
- Art der Verabschiedung (freie oder kirchliche Verabschiedung)
- Aufbahrung
- Bei kirchlicher Verabschiedung: Ablauf mit Texten & Musik

Information (Kind verstorben) an
- Kinderarzt
- Krankenhaus
- Kindergarten, Schule
- Mobile Kinderkrankenschwester
- Therapeuten, ...

Organisation Verabschiedung
- Blumenschmuck
- Eigene Kleidung
- Überlegung über Ablauf der Verabschiedung, Totenwache
- Texte, Lieder, Power Point Präsentation, persönliche Dinge
- Gasthaus reservieren: Essen und Getränke nach Verabschiedung

Nach der Verabschiedung
- Verlassenschaft regeln (kommt per Post vom Notar)
- Grabpflege
- Bank (Sparbuch, ...)
- Meldung Finanzamt (Familienbeihilfe, Pflegegeld)
- Krankenkassa (Karenzgeld)
- Dienstgeber (Karenzende)
- Versicherungen

Sich Hilfe suchen
- Zum Reden und Weinen – darüber reden ist wichtig!
- Trauergruppen/Gesprächsrunden mit Gleichbetroffenen
- Psychologe / Therapeut
- Unterstützung für Geschwisterkinder (Kinder trauern anders)

Geschwisterkinder trauern

Stirbt ein Kind, stirbt auch ein Teil der Familie. Und jedes Mitglied leidet. Auch die Geschwisterkinder.

Daher, Kinder und Jugendlichen direkt nach einem Todesfall bereits Miteinbeziehen!
- möchten sie nochmal den Verstorbenen sehen, ein Kreuzzeichen auf die Stirn machen, streicheln, die Hand halten, einen Kuss geben (die Kinder entscheiden selbst ob und wann sie in das Zimmer gehen möchten)
- wie soll die Trauerfeier sein
- den Sarg bemalen
- welche Kleidung ziehen wir dem Verstorbenen an
- Kerze verzieren
- Blumen aussuchen
- welche Musik wird gespielt
- werden Luftballons fliegen
- möchten wir etwas mit auf die Reise geben
  Zeichnung machen | Kuscheltier | Kettchen | einen Brief | Fotos

Kinder brauchen in dieser Zeit
- vertraute Bezugspersonen
- die Situation altersgerecht erklären
- feste Rituale (zu Bett gehen)
- viel Zuwendung
- ehrliche Gefühle
- darüber sprechen dürfen
- keine Geheimnisse
- alle Gedanken und Reaktionen der Kinder zulassen
- etwas Basteln und zum Grab bringen (vielleicht eine Schatzkiste platzieren, in die jeder etwas reinlegen kann)

Jugendliche brauchen in dieser Zeit
- in alles miteinbezogen werden
- Gesprächspartner (Erwachsene und Gleichaltrige)
- neutralen Raum wo sie sich Gedanken machen dürfen über Gefühle | Tod | Trauer | Abschied | Suizidgedanken (hier Kontakt mit einer Beratungsstelle aufnehmen)