

Interview

„Leben bis zuletzt!“

Grundhaltung und Philosophie der Hospiz- und Palliativarbeit.

Gestorben wird immer am Ende eines Lebens. Kein sehr tröstender Gedanke und es bleibt die Hoffnung, dass dieser letzte Moment eines Daseins ein friedliches Einschlafen bedeutet. „Ich will einfach umfallen und tot sein“, hört man auch oft zu diesem Thema. Doch diese Wünsche sind nicht Jedem vergönnt. Manche Menschen müssen bis zum letzten Atemzug Schmerzen erleiden, ihren (langsamen) Verfall ertragen oder sind alleine. Und wo Familie nah dabei ist, steht diese ebenfalls vor zahlreichen Herausforderungen, formal wie auch emotional.

„Sie sind wichtig, weil Sie eben Sie sind. Sie sind bis zum letzten Augenblick Ihres Lebens wichtig, und wir werden alles tun, damit Sie nicht nur in Frieden sterben, sondern auch bis zuletzt leben können.“

Dr. Cicely Mary Strode Saunders

Hier setzt die Unterstützung der, in der Regel ehrenamtlich tätigen, Hospiz- und Palliativ-Helfer an. Die moderne Hospizbewegung sei noch jung, ist auf der Seite der hessischen Hospize zu lesen. In England sei sie in den 60er Jahren von Menschen wie Dr. Cicely Mary Strode Saunders, Ärztin und Sozialarbeiterin, entwickelt worden. Der Satz „Es geht nicht darum, dem Leben mehr Tage zu geben, sondern den Tagen mehr Leben“, stammt von ihr. Etwa zehn Jahre später entstand zudem die Palliativmedizin, die mit Medikamenten den Schwerstkranken die Schmerzen oder die

Atemnot „mit einem Mantel umhüllen“ (Anm.: der Begriff kommt von dem lateinischen Wort pallium, der Mantel).

Die Hospizbewegung engagiere sich für ein menschenwürdiges Sterben und eine Erneuerung unserer Kultur im Umgang mit dem Abschiednehmen und der Trauer. Eine schwierige Aufgabe, meist – wie bereits erwähnt – von ehrenamtlich Tätigen mit viel Hingabe ausgeübt.

Stellvertretend beantwortet uns Sabine Becker vom Hospizdienst Wetterau Fragen zur Tätigkeit von Hospiz-Helfern.

Frau Becker, welche Eigenschaften sollte ein Mensch mitbringen, der im Hospiz-Dienst arbeiten möchte?

Wichtig ist natürlich rein praktisch, dass der Begleiter frei verfügbare Zeit von etwa zehn bis 15 Stunden im Monat hat und dabei bereit ist, verbindlich für den zu Begleitenden da zu sein. Und das, was sich im Zusammensein mit den Mitmenschen ohnehin wertvoll, respektvoll und warm anfühlt, kommt in der Hospizarbeit besonders zum Tragen, beispielsweise Zuhören können, was insbesondere auch oft heißt: zwischen den gesagten Worten hören können.

Ein Hospiz-Helfer muss aushalten können und nahe bleiben, wenn medizinisch „nichts mehr zu machen“, aber menschlich noch vieles möglich ist. Er oder sie müssen viel Toleranz mitbringen. Das kann heißen respektieren, dass mein Weg, meine Vorstellungen, meine Werte und Überzeugungen nicht die meines Gegenübers sein müssen.

Für den eigenen persönlichen Bereich ist die Bereitschaft zur persönlichen Auseinandersetzung mit der Endlichkeit des Lebens wichtig sowie eine psychische und körperliche Belastbarkeit.



Sabine Becker, Koordinatorin des Hospizdienst Wetterau.

Kann man den Umgang mit der Trauer lernen?

Den standardisierten Umgang mit der Trauer gibt es nicht. Trauer betrifft uns nicht erst im Abschied beim Tod, sondern auch in Umbrüchen und in Verlustsituationen im Laufe unseres Lebens.

Sie berührt uns auf vielen Ebenen. Trauer braucht Zeit, braucht Gemeinschaft und Verständnis. Und auch hier gilt: hilfreich sind Menschen an der Seite, die mit aushalten, wenn die Zeit stillzustehen scheint und Worte versagen. Darum meine ich: Nein, man kann nicht trauern lernen, aber man kann sich dem Umgang mit der Trauer nähern und sie gestalten.

Beschreiben Sie doch bitte die Tätigkeit eines Hospiz-Helfers.

Wenn eine Familie, ein einzelner Betroffener oder ein Mitarbeiter im Altenpflegeheim den Wunsch hat, dass die letzte Lebensphase durch uns begleitet werden soll, dann wendet er sich an unser Hospizbüro. Die Koordinatorinnen suchen eine/n passende/n Ehrenamtliche/n, der Zeit mitbringt, um sich

mit dem Betroffenen den letzten Dingen zuzuwenden. Wie viel Zeit dann geschenkt werden kann und wie sie gefüllt ist, das entscheidet sich gemeinsam vor Ort. Manchmal geht es noch um die Erfüllung kleiner Wünsche am Lebensende. Manchmal um Betreuungszeit, um die Angehörigen zu entlasten oder um einfach da zu sein. Auch wird der Begleiter dann beim eigentlichen Übergang manches Mal dabei sein und vielleicht sogar darüber hinaus den Angehörigen noch einige Zeit als Ansprechpartner zur Verfügung sein.

Welche persönliche Empfehlung geben Sie, mit der durch den Verlust eines nahen Menschen auftretenden Leere im eigenen Leben umzugehen?

Ich möchte es gerne an dieser Stelle schlicht mit den Worten von Elisabeth Kübler-Ross ausdrücken, der Wegbereiterin der Sterbebegleitung: „Es mag befremdlich klingen, aber einer der produktivsten Wege, um zur Reife zu gelangen, liegt in der Beschäftigung mit der Erfahrung des Todes.“ Und rein praktisch können wir auf vielfältige und gute Literatur und Ratgeber verweisen.

Was, wenn der Tod eines geliebten Mitmenschen ganz plötzlich und unerwartet kommt? Wenn keine Zeit zum Abschied bleibt?

Es kann helfen, sich zuzugestehen, dass alles, was jetzt im Moment gefühlt wird, genau richtig ist und gefühlt werden muss: Ob Wut, Rückzug, Antriebslosigkeit, Schuld, Ohnmacht oder auch Ablenkung. Alles ist richtig. Es gibt kein falsch. Das gilt auch für die Todesfälle, die nicht unerwartet eingetreten sind.

Gut ist es, sich darauf zu besinnen, dass unser Leben nur begrenzt ist und viele andere diese Erfahrung mit uns teilen. Unter den vielen anderen ist vielleicht der Mensch, der uns durch seine gleiche Erfahrung wieder nach vorne blick-

ken hilft. In unserem Trauercafé der Hospizhilfe beispielsweise treffen sich die Trauernden, und so Jemand könnte dann dabei sein.

Ihr Schlusswort an dieser Stelle?

In der Sterbebegleitung braucht es Menschen, die sich voll dem Leben zuwenden. Die, die wissen, wie nah lachen und weinen beieinander liegen. Die, die eine Ahnung haben von dem, was sie durch ihr Leben trägt. Diese Menschen suchen wir für unsere jährlich neu beginnenden Qualifizierungskurse und für unsere intensive, fröhliche Hospizgruppe.

Vielen Dank! ■

LINKS

- www.bundesverband-kinderhospiz.de
- www.charta-zur-betreuung-sterbender.de
- www.hospizdienst-lauterbach-schlitz.de
- www.hospizdienst-mittelhessen.de
- www.hospizdienst-wetterau.de
- www.hospize-hessen.de
- www.trauerinstitut.de

AUTOR/IN



Iris Jakob-Diedolph
E-Mail: jakob@giessen-friedberg.ihk.de

BUCHTIPP

Hab keine Angst

Der Band "...ein Engel nimmt Dich an die Hand" versammelt Gedichte zu den Themen Trauer, Abschied, Trennung, Rückblick und Neubeginn, Liebe und Glück aus der Feder von Frauke Ahlers. Die Friedberger Fotografin Nicole Merz hat die poetischen Gedankenwelten einfühlsam mit der Kamera nachempfunden.

Lotte-Verlag,
ISBN 978-3981608403,
Preis 9,95 Euro

...ein Engel nimmt Dich an die Hand

Gedichte von Frauke Ahlers / Fotografien von Nicole Merz



*Hab keine Angst
ein Engel nimmt Dich an die Hand
führt Dich in ein andres Land
Kein Fragen mehr
Kein Sehnen
Du stehst staunend still
Was ich Dir sagen will:
Hab keine Angst
ein Engel nimmt Dich an die Hand.*