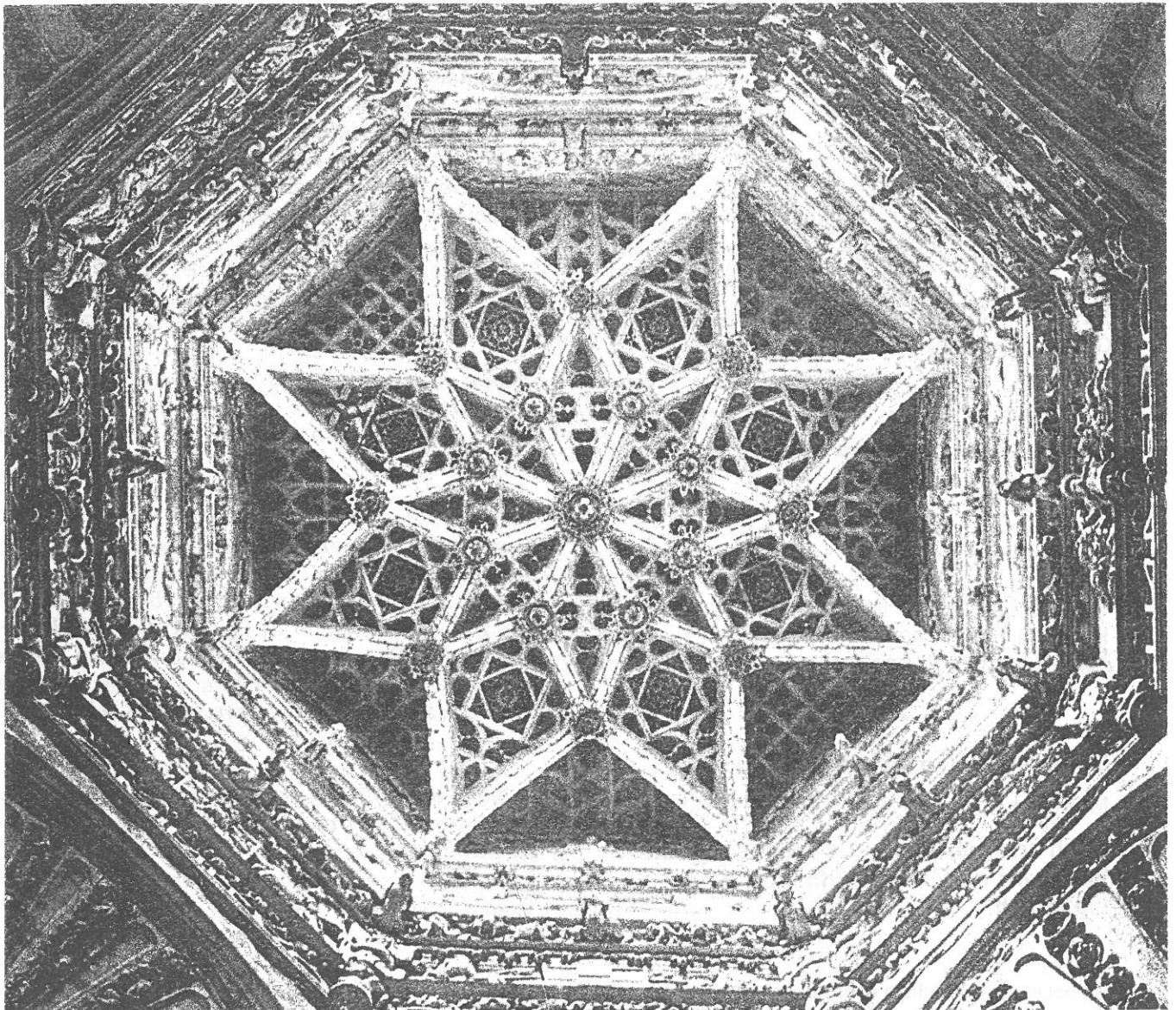


HOSPITZ-GRUPPE ULM

Begleitung Sterbender und ihrer Angehörigen e.V.

Rundbrief 5 - Oktober 1997



Inhaltsverzeichnis

Seite

Editorial, Impressum	2
Vom Unterwegs-Sein	3
Struktur unserer Arbeit	4
<i>Mandala und Legende</i>	
Einführungsseminar	6
<i>Themen und Grundsätze</i>	
Begleitung Sterbender	8
<i>"Strophen"</i> Hans Sahl	9
Einsatzleiterin im Büro	10
Koordinatorin im Büro	11
Supervision	12
Patientenverfügung	13
<i>"Nichts ist zu fürchten"</i>	
Erfahrungen mit Trauernden	14
Männer in der Hospizarbeit	14
Verbreitung der Hospiz-Idee	15
Wir bauen eine Kathedrale	16
<i>Vision</i>	

Impressum

Redaktion: Margret Kopp
Zeichnungen: Monika Guther
Grafik: Elfriede Hempfer
Satz: Doris Sayer,
Roswitha Stegmann,
Layout und Druck:
Gerd Pietzsch, Senden-Aufheim

Herausgeberin:
Hospiz-Gruppe Ulm, Begleitung Sterbender und
ihrer Angehörigen e.V.
Büro: Zeitblomstraße 27, 89073 Ulm
Hospiztelefon: 0731-66622
Fax-Nr.: 0731-66622

Sparkasse Ulm
Konto-Nr.: 286 783
Bankleitzahl: 630 500 00

Unsere Öffnungszeiten im Büro

Montag bis Freitag: 8.30 Uhr - 10.30 Uhr

**Auch an Feiertagen und Wochenenden
hören wir unseren Anrufbeantworter
täglich ab.**

Titelbild:
Kuppel in der Kathedrale von Burgos

Editorial

Einen weiten Weg hat die Ulmer Hospiz-Gruppe zurückgelegt in den vergangenen fünf Jahren. Deutlich ist dabei zu spüren: Wir sind miteinander unterwegs. Was das heißt, zeigen die Erfahrungen bei einer Pilgerreise (siehe S.3).

Nur scheinbar steht dazu im Gegensatz die "Darstellung der Struktur der Hospiz-Gruppe Ulm" (S.4f). Die Grafik wurde als "Mandala" bezeichnet, als wir sie einmal bei einem Interview vorstellten.

Die Begleitung Sterbender (S.8f) und Trauernder (S.14) erfordert eine gute Vorbereitung. Das erfahren die HelferInnen beim Vorbereitungskurs (S.6) durch zwei kompetente Hospizfrauen: die Psychologin Thea Brinker und die Sozialpädagogin und Vereinsvorsitzende Irmgard Ebert. Zu einigen Themen (S.7) werden andere ReferentInnen eingeladen.

Der Verein trägt die finanzielle und organisatorische Verantwortung für die ehrenamtliche Arbeit. Was im Hospiz-Büro zu tun und zu erleben ist, berichten die dafür zuständigen Frauen: Rosemarie Knittlmayer, die stellvertretende Vorsitzende, und Susanne Herz, die Koordinatorin aller Aufgabenbereiche (S.10f)

Supervision (S.12), ist eine wichtige Voraussetzung unserer Arbeit, - bei der gern mehr Männer sein dürften (S.14).

Immer häufiger werden wir darum gebeten, über unsere Arbeit zu berichten (S.15), dabei wird oft nach "Patientenverfügung" gefragt (S.13).

Aus der Beschreibung der vielerlei Bereiche unserer Aufgaben geht klar hervor, daß im Ulmer Hospiz außerordentlich viel freiwillige Arbeit geleistet wird. Es ist uns wichtig, in der täglichen Mühe die Freude und Begeisterung nicht zu verlieren. Deshalb brauchen wir unsere Vision (S.16) "Wir bauen eine Kathedrale".

Allen Leserinnen und Lesern wünsche ich Freude und Anregung beim Lesen dieses Rundbriefs.

Ulm, im Oktober 1997

Margret Kopp

VOM UNTERWEGS - SEIN

Einmal den Jakobsweg zu wandern,
wie die Pilger im Mittelalter, auf uralten Wegen
über die Pyrenäen durch Nordspanien
in Richtung Santiago di Compostela -
das war schon lange mein Wunsch.
Diesen Sommer habe ich ihn mir teilweise erfüllt
und bin mit guten Freunden
eine erste Etappe von 270 km gewandert.
Drei Wochen in Bewegung,
drei Wochen voller Begegnungen
mit Menschen, Geschichte, Geschichten,
Landschaft, Kultur ...
und mit Hospizen.
Noch (und teilweise wieder) gibt es diese
im ursprünglichen Sinn: Herbergen für Pilger
auf ihrer (Lebens)reise.

Es ist eine besondere Lehre,
die Wanderer an diesen Orten erfahren können:

zum Beispiel:

"Sei willkommen!
Was du nötig hast, findest du hier:
Wasser zum Waschen,
eine Matratze zum Schlafen.
Laß es dir genug sein!"

oder:

"Du darfst nicht bleiben.
Eine Nacht, mehr nicht.
Geh gesegnet, aber geh!"

und:

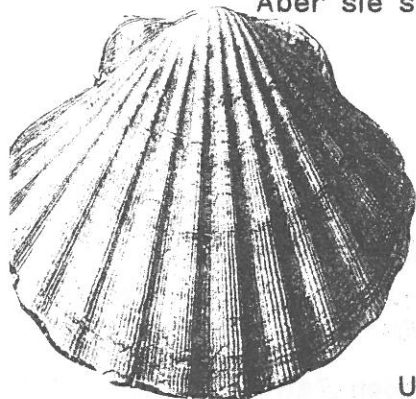
"Je leichter dein Gepäck,
desto leichter dein Weg.
Lerne Dinge loszulassen!"

und auch dies:

"Du bist nicht allein.
Andere sind mit dir unterwegs.
Übe Weggenossenschaft, und wisse dabei:
jeden Schritt mußt du selber gehen!"

Es sind strenge Lehren, gewiß.

Aber sie sind voller Schönheit, und sie verheißen Wunder.

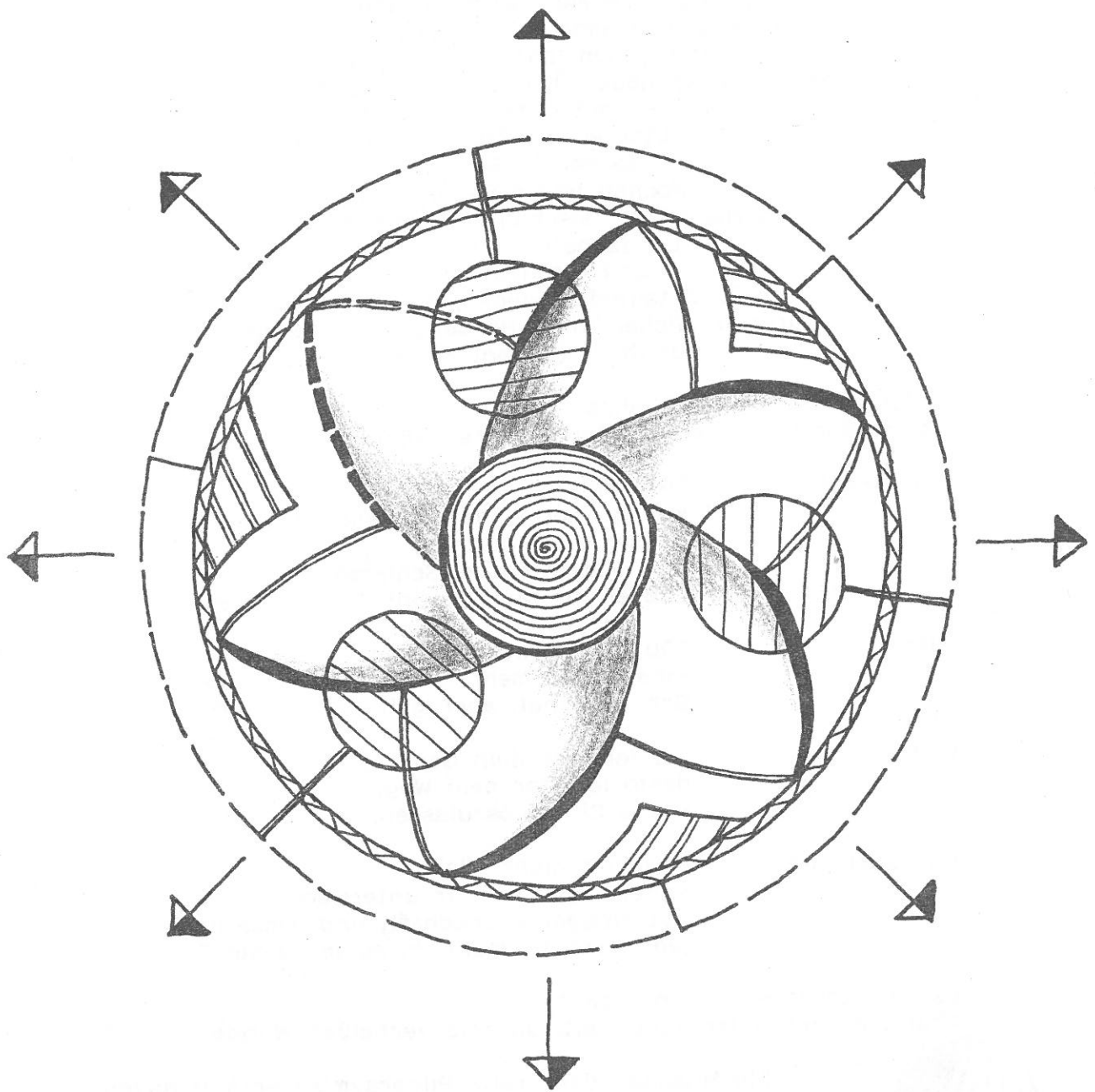


Die Muschel, das uralte Pilgersymbol erzählt davon.
Sie ist leer. Dem Wasserstrahl am Brunnen hingehalten,
ist sie die schönste aller Trinkschalen.
Sie erinnert an den Schutz, den das empfindliche
Muscheltier in der harten Schale genießt.
Sie gemahnt auch an das Geheimnis der Perle,
die in der Tiefe, in der Enge, im Dunkel entsteht;
und sie ist mit ihrer Strahlenform ein Zeichen für das
Licht der aufgehenden Sonne.

Uns Hospiz-Leuten ist es heilsam, denke ich,
wenn wir uns an unsere Wurzeln in der Pilgerbewegung erinnern.
Mögen uns solche Erinnerungen und Erfahrungen offen machen,
leicht, aufmerksam, lebendig, wach und zugewandt -
dem Leben in allen seinen Gestalten.

Irmgard Ebert

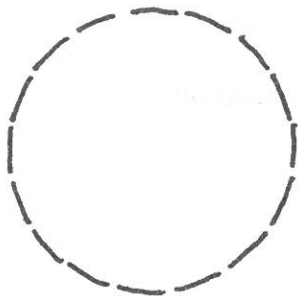
Wie die Hospiz-Gruppe arbeitet (unser "Mandala")



Die **Fortbildung** ist ein Angebot des Vereins an alle aktiv Mitarbeitenden. Einmal im Jahr organisieren wir für uns ein Wochenende, von dem die Teilnehmenden lang zehren können. Es gibt auch finanzielle Zuschüsse zu geeigneten Seminaren von anderen Veranstaltern.



Öffentlichkeitsarbeit ist zu einem großen Tätigkeitsfeld geworden. Vergl. S. 14

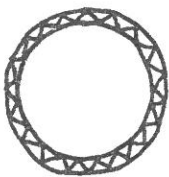


Der Verein: seit Oktober 1992, inzwischen knapp 130 Mitglieder, gemeinnützig, finanziert mit Spenden und Beiträgen die Hospizarbeit.

Die Mitgliederversammlung findet jedes Jahr um die Zeit des Totensonntags statt. Der Vorstand trifft sich alle sechs bis acht Wochen zur Beratung. Das "Organ" ist der jährliche Rundbrief



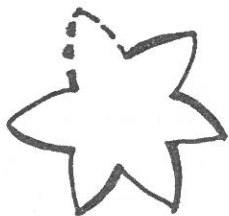
Die Begleitungen sind das Zentrum unserer Hospizarbeit. Vergl. S. 8 und 9.



Büro und Einsatzleitung organisieren die Begleitungen, sie sind gewissermaßen der Motor, der unsere Arbeit ermöglicht. Vergl. S. 10 und 11



Die sechs Kursgruppen sind bei den Vorbereitungskursen entstanden, und ihre Zusammenkünfte haben so unterschiedliche Formen wie sie auch aus unterschiedlich vielen Mitarbeitenden bestehen.



Beim **Hospiz-Treff** versammeln sich einmal im Monat alle aktiven MitarbeiterInnen zum Austausch von Erfahrungen. Und so läuft ein Abend ab:

die **Mitte** des Stuhlkreises wird von einer Frau gestaltet mit Blumen, einem Tuch, Steinen ...

den **Anfang** bereitet eine andere vor, um uns einzustimmen aufeinander durch Musik, eine Körperübung oder einen kurzen Text ...

Organisatorisches: Termine, Informationen von Büro, Einsatzleitung und Vorstand

Verabschiedung der Verstorbenen: wer eine Begleitung abgeschlossen hat, bekommt eine Rose und erzählt den anderen, wie es war.

Die "**Aufräumzeit**" von 30 Minuten bietet allen eine gute Gelegenheit, Ärgernisse, Belastendes, Mißverständnisse aufzuräumen.

Das **Hauptthema** beschäftigt uns etwa eine Stunde.

Der **Schluß** wird ebenfalls schön gestaltet mit Tanz oder Musik, einer Körperübung oder einem Text - wie es sich die Frau ausgedacht hat, die "dran" ist.

Ein ausführliches **Protokoll** wird an alle verschickt.

Im Lauf des Jahres gibt es zwei **Feste:**

die Aufnahme der "Neuen" und das Gedenken an die Verstorbenen des vergangenen Jahres.



Supervision: vergl. S. 13

Einführungsseminar für den Hospizdienst

Wochenende I

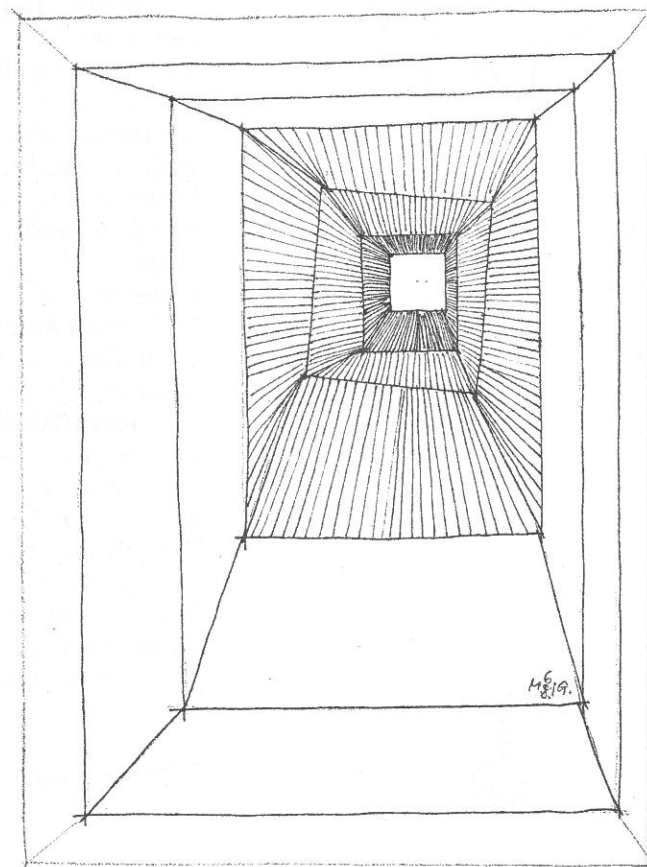
Auseinandersetzung mit Verlust, Abschied und Loslassen in der eigenen Lebensgeschichte
Lebens - Sterbemeditation
Kennenlernen der eigenen Motivation zur Mitarbeit in der Hospiz-Gruppe

Seminarabende

1. Kennenlernen, Kontakt aufnehmen, das erste Wochenende vorbereiten
2. Gefühle, die Menschen beim Sterben erleben können
3. Wahr - nehmen I, Zuhören und Verstehen
4. Wahr - nehmen II, Gespräche mit Sterbenden
5. Quellen meiner Kraft
6. Was geschieht, wenn wir sterben? Sterben und Tod aus medizinischer Sicht
7. Schmerzen lindern - Schmerztherapie bei Sterbenden
8. Sterbende pflegen und sorgsam mit sich selbst umgehen
9. Angehörige Schwerkranker und Sterbender begleiten
10. Was kommt nach dem Tod? Sehnsüchte, Hoffnungen, Ängste Sterbender und ihrer Begleiter/innen
11. Ethische Fragen, denen Sterbebegleiter/innen begegnen
12. Tote begraben. Die Bestattung, organisatorische und rechtliche Fragen
13. „Hospiz konkret“ im Hospiz-Büro, Zeitblomstr. 27

Wochenende II

Kunsttherapie in der Sterbebegleitung
Trauern, Trauerphasen begleiten, Trauer gestalten
Rückblick
Abschied nehmen



Zum Einführungsseminar für den Hospizdienst

Die Begleitung Sterbender und ihrer Angehörigen ist die Begegnung von Menschen in einer wichtigen Phase ihres Lebens.

Wir sind der Meinung, daß solche Begegnungen und die daraus erwachsenden Beziehungen vorbereitet werden sollten. Hierzu bieten wir einen Kurs an, der sich über 14 Abende und zwei Wochenenden erstreckt. In diesem Jahr trafen wir uns erstmals am 02. Juli, und ein gemeinsames Wochenende fand vom 04. - 06. Juli in Dornstadt statt. Abschließen wird der Kurs mit einem Wochenende vom 21. - 23. November in Esslingen und einem Nachtreffen am 26. November im Hospiz-Büro.

Die Inhalte unseres Vorbereitungskurses gliedern sich in vier Schwerpunkte.

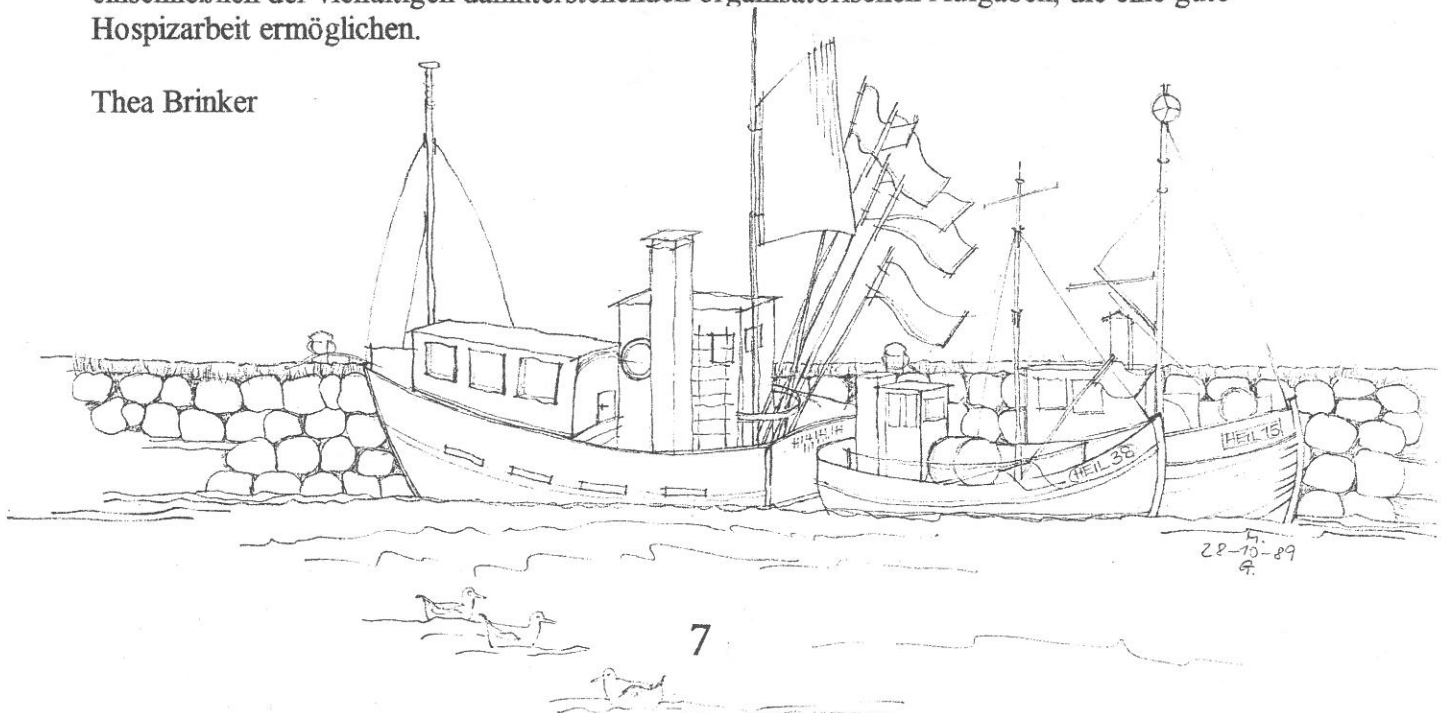
Vorrangig geht es um das **Verstehen eines Menschen** in dieser besonderen Lebenssituation. Hier sind zwischenmenschliche Verhaltensweisen bedeutsam, wie sorgfältiges Wahrnehmen der Wünsche und Bedürfnisse der Betroffenen, die Gestaltung der Begegnung im Gespräch und im Tun.

Ebenso hilfreich sind **klare Informationen** zur letzten Lebensphase. Auftauchende Gefühle und Veränderungen beim Sterbenden, Möglichkeiten der Schmerzbehandlung, Erfordernisse nach Eintreten des Todes und Hilfen für die Angehörigen. Zu einzelnen Themen laden wir kompetente Fachleute ein, z. B. Ärzte, Krankenschwestern, Friedhofsbeamte, Seelsorger.

Da wir als Mensch einen Menschen begleiten, sind wir immer wesentlich selber beteiligt. Wir verhalten uns entsprechend unserer inneren Einstellung und so ist es gut, sich vorher mit dieser zu befassen, sie näher kennen zu lernen. Der Kurs enthält deshalb auch **Selbsterfahrungsanteile**. Uns beschäftigt, welche Haltung habe ich gegenüber dem Leben, Sterben und darüber hinaus.

Hospizarbeit ist eine ehrenamtliche, freiwillig übernommene Aufgabe. Eine gute Zusammenarbeit ist sehr bedeutsam, denn die Begleitung eines sterbenden Menschen ist von einer einzelnen Person in der Regel nicht leistbar. Jeder bringt sein Können, sein ganz Eigenes für diese gemeinsame Tätigkeit ein. Der Vorbereitungskurs soll wesentlich dazu beitragen, das erforderliche **Gruppengefühl** zu stärken und sich untereinander näher kennenzulernen, einschließlich der vielfältigen dahinterstehenden organisatorischen Aufgaben, die eine gute Hospizarbeit ermöglichen.

Thea Brinker



Tandembegleitung

Wir, d.h., „Sie“ und „Ich“, begleiten „tandem“. Eigentlich ist es mehr „katamaran“, denn einer trampelt nicht hintereinandersitzend hinter dem anderen her, sondern wir bilden - jeder für sich und doch zusammen - einen Rumpf, einen Schwimm-Körper, der eine Richtung nimmt.

Ich habe intensive Stunden mit dem Todkranken erlebt und manches von seiner ihn pflegenden Ehefrau erfahren. Gedankenbilder entstehen - doch wer schaut sie an? Außer mir: Sie. Und da gibt es so manches, was ihr nicht gefällt oder sie nicht versteht. Ich muß aus meinem narzisstischen Glashaus heraus deutlicher werden, meine seelischen Eigengewächse kritischer betrachten. Grenzen werden deutlich. Und so spüre ich, daß ich in meinem (Gedanken-)Bild so manche Farbe deutlicher hervorheben, aber hier und dort einen überdicken Strich auch weicher ziehen könnte ...

Allmählich fängt sie ebenfalls zu malen an, entwirft ein eigenes Bild. Jetzt ist es an mir, meine Empfindungen dazu mitzuteilen. Und das Besondere geschieht: Diese werden von ihr nicht abwehrend oder rechthaberisch aufgenommen, sondern fließen - nachdenklich geprüft - in ihr Eigenes ein.

Eigenes verbindet sich mit Eigenem über den Austausch.

Die Begleitung ist zum Katamaran geworden.

Henning Jonas

Strophen

*Ich gehe langsam aus der Welt heraus
in eine Landschaft jenseits aller Ferne,
und was ich war und bin und was ich bleibe
geht mit mir ohne Ungeduld und Eile
in ein bisher noch nicht betretnes Land.*

*Ich gehe langsam aus der Zeit heraus
in eine Zukunft jenseits aller Sterne,
und was ich war und bin und immer bleiben werde
geht mit mir ohne Ungeduld und Eile,
als wär ich nie gewesen oder kaum.*

Hans Sahl



Ich wollte den Tandemstil, die übliche Begleitungsweise bei einem Schwerkranken oder Sterbenden kennenlernen.

Zugeordnet wurde ich einem erfahrenen Hospiz-Kollegen, welchen ich persönlich wenig kannte. Tandem? Wer lenkt, ergreift die Initiative, oder? Nein.

Bei der Tandem-Begleitung sind von Anfang an beide gefragt, der mehr und die weniger Erfahrene. Beide kennen ihr eigenes Wollen, ihre Einstellung zu dem Menschen, den sie betreuen. Wichtig ist dann der Dialog des Tandem-Teams und die daraus entstehenden Besuche als Tandem, oder im Alleingang, nach dem wir unsere Erfahrungen austauschen.

Der Frust, den ich anfangs empfand, weil der Einstieg in die Begleitung so zögerlich vonstatten ging, schlug später ins Gegenteil um. Ohne selbst zu wissen „wie“, gelang der Austausch in besonders guter Weise. Wir hörten uns gegenseitig mitdenkend zu, machten uns Mut, widersprachen auch oder stellten klärende Fragen. Das geschah letztendlich um des Menschen willen, den wir zu begleiten hatten.

Unsere derzeitige Begleitung ist nur im Tandem zu bewältigen; denn sie fordert, belastet, beansprucht unsere Kräfte. Ich wüßte nicht, wie ich allein eine solche Begleitung durchstehen könnte. Da ist es hilfreich und wohltuend, den Tandem-Partner zu haben. Die vorbehaltlose, offene, ehrliche Art meines Tandem-Partners weiß ich sehr zu schätzen. Ich weiß, wir sind sehr verschiedene Menschen, ziehen aber an einem Strang um der Sache willen. Wolte ich wissen, was Tandem-Begleitung ist? Es ist so etwas wie ein geglückter Staffettenlauf.

Marianne Vogelsang



Die Einsatzleiterin im Hospiz-Büro

Der Arbeitstag beginnt mit dem Abhören des Anrufbeantworters:

- Eine Ärztin wünscht Rückruf, sie hat uns einer Patientin empfohlen.
- Eine Begleiterin entschuldigt sich für die nächsten Tage, sie ist krank geworden.
- Eine Frau bittet dringend um Hilfe, ihr Mann ist schwer krank.
- Ein junger Mann hat von uns gehört, er möchte am nächsten Vorbereitungskurs für Hospizhelfer teilnehmen.

Susanne, die Koordinatorin, ruft die Frau des Schwerkranken an, um genauere Informationen zu bekommen, damit ein Erstgespräch geplant werden kann.

Am gleichen Nachmittag sind zwei Hospizfrauen des Einsatzleitungs-Teams unterwegs zu Frau M. Sie bereiten die Begleitung vor, nachdem sie erfahren haben, daß Frau M. schon einige Nächte kaum geschlafen hat und auch tagsüber immer für ihren sterbenden Mann da ist. Der Sterbende braucht auch während der Nacht Pflege. Wir organisieren über einen Pflegedienst eine bezahlte Kraft. Sie muß noch in derselben Nacht wachen und pflegen. Am nächsten Tag kommt eine Hospizbegleiterin für zwei Stunden zu Frau M., damit diese über ihre Sorgen sprechen kann. Tags darauf ist die Begleiterin wieder da, damit Frau M. einen Spaziergang machen kann. In dieser Zeit sitzt die Begleiterin beim Sterbenden. Sie gibt Frau M. auch ihre Telefonnummer, denn sie ist nun Ansprechpartnerin für das Ehepaar, bei dem sie jetzt regelmäßig Besuche macht. Frau M. geht es gesundheitlich wieder besser, sie ist gefaßt, kann auch selbst in den Nachtstunden wieder für ihren Mann da sein. Er stirbt nach zwei Wochen.

Nun ruft Susanne die Ärztin an, die für ihre Patientin eine Begleitung durch unser Hospiz wünscht. Sie klärt zunächst die für uns so wichtige Frage, ob die Patientin damit einverstanden ist. Die Ärztin kann dies bejahen, sie kennt unsere Hospizarbeit genau und hat schon alles mit der Sterbenden und den Angehörigen besprochen.

Am nächsten Vormittag gehen zwei Frauen des Teams zum Erstgespräch: Eine Freundin sitzt gerade bei der Sterbenden; die Tochter und zwei Söhne wohnen am Ort und werden sich nachts beim Wachen abwechseln. Nun braucht aber der Mann der Sterbenden unsere Hilfe: Er weiß, daß seine Frau sterben muß, er will sich jedoch mit diesem Gedanken nicht auseinandersetzen. Damit macht er seiner geliebten Frau das Sterben sehr schwer. Die Frauen vermitteln einen unserer Männer als Begleiter. Nun wird der Mann ruhiger und kann sich mit dem Sterben seiner Frau befassen.

Einige Wochen später ruft eine Frau während der Bürozeit bei uns an. Sie hat soeben von ihrem Arzt erfahren, sie sei unheilbar krank und werde wohl bald sterben müssen. Sie hat von der Hospizbewegung gehört und möchte uns einfach kennenlernen. Sie wirkt sehr gefaßt; wir vereinbaren ein Erstgespräch.

Zwei Frauen besuchen sie und erfahren von ihr, daß sie vom Hospiz begleitet werden möchte „wenn es dann so weit ist“. Bis dahin bleiben sie mit ihr in telefonischer Verbindung. Für die zwei Begleiterinnen waren die letzten schweren Lebenswochen bis zum Tod eine sehr intensive Zeit.

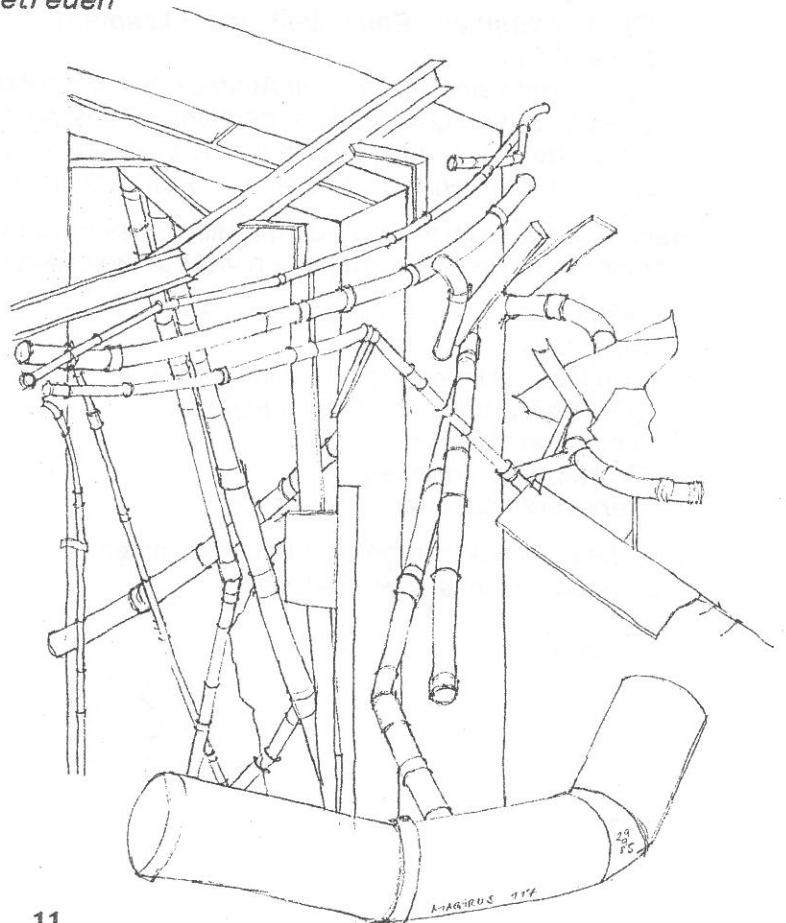
Wir sind wir zu fünft im Einsatzleitungs-Team. In der Regel führen wir die Erstgespräche zu zweit. Wenn wir beim ersten telefonischen Kontakt merken, daß sofort eine Begleiterin mit Gesprächen und Besuchen beginnen sollte, geht diese schon zum Erstgespräch mit. Wir Fünf teilen uns auch die Aufgabe der Fernabfrage des Anrufbeantworters an Wochenenden und Feiertagen. Da kann es schon vorkommen, daß eine allein ist beim Erstgespräch. So ging es mir zum Beispiel am Vorabend des Ostersonntags; ich konnte niemand zum Mitgehen erreichen. Aber das gehört zu unserem ehrenamtlichen Dienst, zu dem ich mich verpflichtet habe.

Rosemarie Knittlmayer

Die Koordinatorin im Hospiz-Büro
Aufgaben

- I Koordination von vielerlei Interessen und Terminen
- aller aktiven MitarbeiterInnen
 - der Vorstandsmitglieder
 - des Teams, das Erstgespräche führt
 - der Ökumenischen Arbeitsgemeinschaft Sitzwachen
 - Kontakt zur Presse
- II Organisation der Begleitungen
(meist außerhalb der öffentlichen Bürostunden)
- erste Telefonate mit den Betroffenen, die sich über den Anrufbeantworter gemeldet haben
 - Informationen ans Team
 - Termine klären
 - Anfragen bei Arzt, Pflegedienst, Sitzwachen etc.
 - Dokumentation der Begleitungen archivieren
- III Beratungen
- Informationen an Institutionen, andere Hospizgruppen und beim Hospiz-Treff
 - Gespräche mit Betroffenen oder mit deren Angehörigen
 - Gespräche mit MitarbeiterInnen
- IV Verwaltungsarbeit
- Bürobedarf besorgen
 - Aktualisieren der Arbeitsunterlagen
 - Schriftverkehr
 - Versenden von Einladungen, Protokollen etc.
 - Bar-Kasse führen
 - Hospiz-Bücherei betreuen

Susanne Herz



Supervision

„Was ist das, und was macht man da?“ werde ich oft gefragt, wenn ich erzähle, daß ich zur Supervisionsgruppe gehe. Klar ist, es muß etwas mit Psychologie zu tun haben. Aber was?

- *Werden wir überprüft oder gar kontrolliert?*
- *Müssen wir Rechenschaft über unser Fühlen und Handeln ablegen?*
- *Müssen wir uns an einem gesetzten „Mittelwert“ messen lassen?*

Supervision sei eine Möglichkeit von Prüfung, war immer meine Vorstellung. Aber seitdem ich selber in einer Supervisionsgruppe bin, weiß ich, daß ich selber diejenige bin, die fragt und sich prüft.

Mit der Arbeit in der Hospiz-Gruppe wurde es „Pflicht“, an den Supervisionsstunden teilzunehmen. Diese Gesprächsstunden beeindruckten mich. Inzwischen verstehe ich, warum es „verpflichtend“ ist, dort mitzuwirken, wenn wir Hospiz-Begleitungen annehmen und leben. Wir brauchen einen geschützten Raum für uns und für die Menschen, mit denen wir umgehen. In Begleitungen stehe ich mit meiner Persönlichkeit dem anderen Menschen gegenüber und wirke mit meiner Ausstrahlung als Mensch, aber auch mit den Strukturen, die mir unbewußt sind. Ich glaube, daß leidende oder sterbende Menschen sehr sensibel auf Ehrlichkeit oder ein angeleitetes Rollenverhalten reagieren. Und je klarer ich mit meiner Person einem Menschen gegenüberstehen kann, eine um so schönere Beziehung kann entstehen.

Supervision hilft mir, klarer zu werden.

Wie ich mit einem Satz „Supervision“ erklären könnte, habe ich nicht gefunden, und so kann ich das, was Supervision ist, auch nur mit verschiedenen Worten umschreiben:

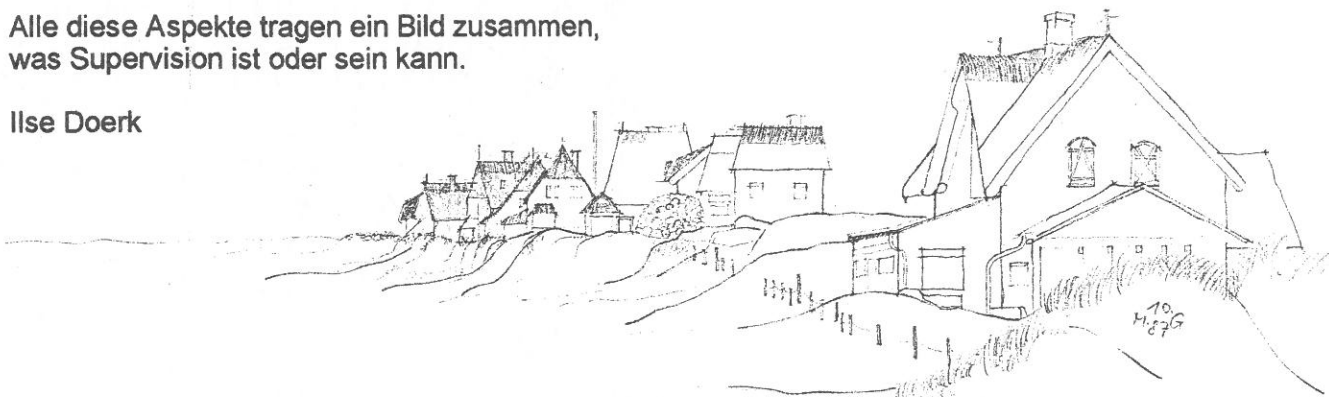
- *Es ist kein Programm, an dem man zu lernen hat. Es ist kein Dogma, das eine „Richtigkeit“ vorgibt. Es ist keine Kontrolle mit Verurteilung oder Anerkennung. Aber es ist ein Hinterfragen von Situationen und Reaktionen und ein Erweitern von Sichtweisen. Jede Sichtweise hat natürlich ihren persönlichen Wert und Hintergrund.*
- *Es tut gut, neue Sichtweisen auszuprobieren oder anzuregen. In der Supervision kann ich darüber reden; und Begegnungen aus der Distanz betrachten und mir Rat holen in der Gruppe.*
- *Es ist Offenheit, Ehrlichkeit und Akzeptanz in der Runde und darüber „wacht“ die Supervisorin.*
- *Es besteht keine Pflicht zum Austausch von Erlebtem, aber es gibt das Angebot, meine Erlebnisse und Denkweisen gemeinsam anschauen zu lassen.*
- *Es werden auch ganz allgemeine Themen aufgegriffen, die im Zusammenhang mit Hospizarbeit von Interesse sind, z.B. „Machtstrukturen“ oder „hilflose Helfer.“*

Beim letzten Hospiztreff wurde mit Hilfe eines Spieles erfragt, was für jeden einzelne „Supervision“ bedeutet. Es kamen viele unterschiedliche Vorstellungen zusammen:

- *Wege suchen, Erfahrungen machen*
- *Austausch, Aussprache*
- *sich lösen können von Eingefahrenem*
- *Offenheit, Abbau von Spannungen*
- *miteinander fühlen*
- *Probleme „aufräumen“*
- *Sehnsucht nach mehr Erfahrung.*

Alle diese Aspekte tragen ein Bild zusammen, was Supervision ist oder sein kann.

Ilse Doerk



Patientenverfügung

Über das Sterben reden

„Nichts im Leben ist so sicher wie der Tod“.

Obwohl diese Weisheit so alt ist, wie das Leben selber, sind sich die wenigsten ihres eigenen Endes bewußt, sie verdrängen die Gedanken an Tod und Sterben.

Als nach dem Zweiten Weltkrieg die erste Beatmungsmaschine erfunden wurde, war ein großer Schritt in eine Richtung geglückt, deren Ziel es ist, den Tod aufzuhalten - vor allem bei Unfällen und schweren Krankheiten. Die immer weitergehende Technisierung der Medizin macht jedoch Angst und beschwört das Bild eines einsamen, von Schläuchen umgebenen Schwerkranken herauf, der nicht sterben kann, weil Apparate seine Organe am Leben halten. Andererseits ist es für einen Arzt oft schwer abzuschätzen, wie der Wille des Patienten erfüllt werden könnte, wenn dieser sich nicht mehr äußern kann.

Schon in den siebziger Jahren hat der Jurist Uhlenbruck für solche Situationen die „Patientenverfügung“ propagiert. Darunter versteht man ein Dokument, in dem jemand darlegt, auf welche Therapiemaßnahmen verzichtet werden soll, wenn er lebensbedrohlich erkrankt ist und nicht mehr für sich selbst sprechen kann. In den letzten zwanzig Jahren wurde diese Form der Willenserklärung in der Form einer Patientenverfügung immer populärer.

Daß sich nun auch von offizieller Seite etwas tut, drückt sich im neuesten Entwurf der Bundesärztekammer zu „Richtlinien der ärztlichen Sterbebegleitung und Grenzen zumutbarer Behandlung“ vom 25.04.1997 aus. Darin heißt es ausdrücklich, daß bei der Ermittlung des Patientenwillens eine vorhandene Patientenverfügung zu berücksichtigen sei.

Einmal im Monat biete ich im Hospiz-Büro eine Informationsveranstaltung an, bei der ich die Patientenverfügung des „Christophorus-Hospizvereins München“ vorstelle. Sie eignet sich in erster Linie für kranke oder alte Menschen, die vom Arzt über ihren gesundheitlichen Zustand genau aufgeklärt worden sind. Von ihm erfahren sie auch, welche technischen Möglichkeiten im Einzelfall angewendet werden können. Dann beraten sie gemeinsam, was der Betroffene - aus gegenwärtiger Sicht - für sich will bzw. ablehnt. Danach bestimmt er einen oder zwei Bevollmächtigte, die seinen Willen genau kennen. - (Eine Aufforderung zur aktiven Tötung darf die Patientenverfügung nicht enthalten. „Tötung auf Verlangen“ ist in Deutschland nach §216 strafbar.) Von Zeit zu Zeit sollte die Patientenverfügung neu beraten und neu unterschrieben werden.

An dieser Informationsveranstaltung besteht großes Interesse, dabei habe ich eine wesentliche Erfahrung gemacht: Die Fragen nach einer Patientenverfügung bieten die Möglichkeit der Auseinandersetzung mit dem eigenen Sterben und der eigenen Endlichkeit. Sich frühzeitig darüber Gedanken zu machen, wie ich diese Erde verlassen möchte bzw. wie ich es auf keinen Fall möchte, kostet zweifellos einige Überwindung. Darüber mit den Nahestehenden beizeiten zu sprechen, kann jedoch für beide Seiten eine große Erleichterung und Entlastung darstellen.

Wir müssen wieder lernen, über das Sterben zu reden.

Das große Engagement - auch von öffentlicher Seite - an Fragen, die das Ende des Lebens betreffen und auch die Bereiche „Sterbehilfe“ und „Organtransplantation“ mit einbeziehen, deutet darauf hin, daß hier in naher Zukunft noch einiges bewegt werden wird.

Für uns als SterbebegleiterInnen ist es deshalb unumgänglich, hierbei in der öffentlichen Diskussion mitzuwirken und Stellung zu beziehen.

Stephanie Waibel

Nichts ist zu fürchten

*Du fragst,
ich aber weiß nichts über den Tod.
Ich habe nur das Leben kennengelernt.
Ich kann nur sagen, was ich glaube;
entweder ist der Tod das Ende des Lebens,
oder er ist der Übergang in eine andere Lebensform.
In keinem Fall ist da irgendetwas zu fürchten.*

Eskimo-Schamanin

Erfahrungen bei der Arbeit mit Trauernden

Jeden zweiten Mittwoch im Monat treffen wir uns für eineinhalb Stunden in den Räumen von KORN mit einer kleinen Gruppe von Frauen, die in den letzten Monaten oder auch Jahren einen oder mehrere nahestehende Menschen verloren haben, den Ehepartner oder Eltern ...

Wir bemühen uns, den Raum anheimelnd zu gestalten, stellen die Stühle im Kreis um die Mitte - eine brennende Kerze, Blumen oder Zweige, je nach Jahreszeit.

Für das gute Ankommen sorgt eine Zeit der Stille oder auch einige Körperübungen, die Margaretha Zipplies den Frauen vorsichtig anbietet. Wir haben gelernt, bereits an der Körperhaltung der Trauernden zu erkennen, wie ihre momentane Stimmung ist. Die Atemübungen führen oft zu Entspannung und Erleichterung.

Danach machen kurze Berichte über das Befinden jeder einzelnen die Runde. Die Frauen können von ihren Gefühlsreaktionen bei und nach dem letzten Treffen berichten, aber auch von besonderen Erlebnissen und Eindrücken in den zurückliegenden Wochen erzählen. Sehr häufig ergibt sich ein Austausch von Erfahrungen aus dem Umfeld der Trauernden. Das Sprechen über Erlebnisse, die häufig sehr ergreifend sind, schafft eine deutlich spürbare Intimität.

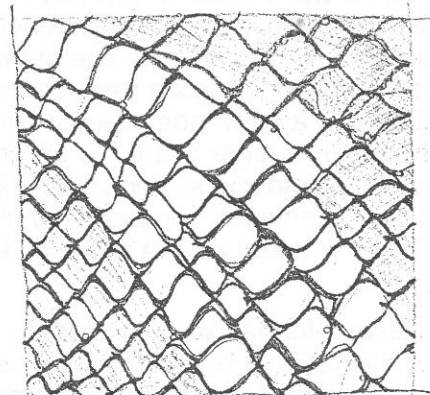
Unser Anliegen ist es, den Trauernden die Möglichkeit zu geben, daß sie in einem geschützten Raum sich untereinander wichtig und hilfreich werden, daß sie die eigenen Gefühle kennenlernen, sich darüber äußern können und sich über Ängste und Wünsche klar werden; auch Schuldgefühle, Ärger und Wut gehören dazu und bekommen Raum.

In der Zeit der Trauerbegleitung habe ich erfahren, daß Trauern bei jedem Menschen anders aussieht und jeder Mensch seine eigene Art hat, sich zu äußern. Nicht immer ist die Bereitschaft vorhanden, die häufig sehr schmerzliche Trauer zuzulassen. Um den Alltag bewältigen zu können, ist Verdrängen manchmal lebensnotwendig. So könnte sich auch erklären, daß es Trauernden schwerfällt, regelmäßig zu den gemeinsamen Treffen zu kommen.

Mit Betroffenheit habe ich mich von den Äußerungen der trauernden Frauen anrühren lassen; ich bin dankbar für das Vertrauen, das ich erfahren durfte und hoffe, ein Stück Wegbegleiterin gewesen zu sein.

Ingeborg Brauchle

Anmerkung: Diese Gruppe beendete ihre Treffen im Frühsommer.



Männer in der Hospizarbeit

Im vergangenen Jahr schrieben wir zehn Baden-Württemberger Hospizgruppen an und bateten sie um ihre Erfahrungen in der Mitarbeit von Männern und zu ihrer Meinung über Männerarbeit im Hospiz überhaupt. Die Auswertung der Fragebögen - sieben Gruppen hatten geantwortet - bestätigte unsere Ansicht:

- *Durchweg halten die Gruppen die Mitarbeit von Männern für erwünscht und hilfreich, gerade wenn auch Männer begleitet werden sollen.*
- *Überall sind Männer - wie bei uns - zahlenmäßig weit unterrepräsentiert. Der Grund dafür liegt - so wird vermutet - darin, daß Männer glauben, für tiefe Gefühle nicht zuständig zu sein - sei es nun erziehungsbedingt oder nicht - vor allem wenn diese Gefühle mit dem Sterben zu tun hätten. Auch seien sie eher im Beruf engagiert und hielten sich von sozialen Diensten traditionell fern.*
- *Man könne Männer allenfalls für die Hospizarbeit gewinnen, wenn man sie für begleitungsferne Bereiche werbe. Insgesamt aber macht man sich wenig Hoffnungen. Die Göppinger Gruppe schreibt: „Wir haben vor, im nächsten Jahr einmal einen Kurs nur für Männer auszuschreiben“.*

Soweit die Antworten.

Die Meinung unseres Auswertungs-Teams ist, daß wir zunächst jede Gelegenheit nutzen sollten, in der Öffentlichkeit zu betonen, daß wir für die Hospiz-Arbeit natürlich auch Männer brauchen. Aber auch, daß Männern damit die Gelegenheit geboten wird, bei der Begleitung Sterbender und den damit zusammenhängenden Fragen, neue Bereiche für sich selbst zu entdecken.

Henning Jonas

Anmerkung: An unserem Hospiz-Kurs 1997 nehmen drei Männer und acht Frauen teil.

DIE VERBREITUNG DER HOSPIZ-IDEE

ist in unserer Satzung als eine Aufgabe innerhalb der Hospizarbeit genannt. Wir nehmen das ernst: bei einem Studientag haben sich zwölf von uns eigens auf die Öffentlichkeitsarbeit vorbereitet - und wir sind voll ausgebucht! Seit Januar dieses Jahres waren wir 52 mal - in Worten zweiundfünfzigmal - angefragt, also war jede Woche mindestens einmal jemand von uns unterwegs:



in Schulen, um z.B.
im Religionsunterricht
die Hospizarbeit
vorzustellen,



bei Pflegediensten
im ambulanten oder
stationären Bereich,
wenn es um Fortbildung zum
Thema Sterbebegleitung geht,



in Gemeindekreisen,
Frauengruppen,
Seniorenclubs,
die sich Gesprächspartner
für dieses Thema wünschen,



bei TeilnehmerInnen des
Freiwilligen Sozialen Jahres
oder bei MedizinstudentInnen,
die ihre ersten Begegnungen
mit dem Tod erleben,



immer wieder auch in der
weiteren Umgebung von Ulm,
wenn unser Rat gefragt ist,
um eine eigene Hospizgruppe
zu gründen ...

Wir sind gern unterwegs, denn es geht uns darum, Menschen zu ermutigen, den Gedanken an den Tod nicht wegzuschieben, sondern das Sterben als eine besondere und kostbare Zeit des Lebens ansehen zu lernen.

Irmgard Ebert

V I S I O N

Wir bauen ein Haus, in dem Menschen sorgsam miteinander umgehen, besonders in Phasen des oft schmerzlichen Loslassens.

Wir bauen Wände, in deren Schutz Menschen einander achten in ihrer menschlichen Würde, besonders in Zeiten der Hinfälligkeit und Hilflosigkeit.

Wir öffnen Portale, um Menschen lernen zu lassen, einander nicht im Wege zu stehen, einander gehen zu lassen, wenn es dran ist.

Wir bauen Stühle und Bänke, in denen Menschen miteinander traurig sein dürfen, wenn es dran ist, und miteinander froh sein dürfen, wenn es dran ist.

Wir bauen Räume, in denen Menschen einander nicht allein lassen, wenn sie Nähe brauchen, in denen Menschen einander begleiten, bis sie den Weg allein weitergehen können.

Wir bauen Türen und Fenster, die Menschen achtsam machen, damit sie in der Zuwendung zum Nächsten ihre eigenen Grenzen beachten und die der anderen respektieren.

WIR BAUEN EINE KATHEDRALE

Rottraud Schäfle

(aus der Laudatio 1996
für die scheidenden Hospizfrauen
Rottraud Kerner und Susanne Roller)

