

HOSPITZ UND SITZWACHE ULM

Begleitung Sterbender und ihrer Angehörigen e.V.

Rundbrief 11 · Mai 2003



Inhaltsverzeichnis	Seite	Editorial
Editorial	2	Der diesjährige Rundbrief ist geprägt von Abschied und Neubeginn und von der Erinnerung an die Jubiläumsfeiern zum 10-jährigen Bestehen unseres Vereins.
Die neue Vorsitzende stellt sich vor	3	Wie bunt und vielfältig wir unser Jubiläum begangen haben, zeigen zwei Foto-Seiten in der Mitte des Rundbriefes.
Der neue Vorstand	4	Abschied mussten wir nehmen von unserer langjährigen Vorsitzenden Irmgard Ebert. Für uns alle ging damit ein Stück „Heimat“ verloren bei HOSPIZ UND SITZWACHE ULM, aber uns zum Trost hat sie sich nicht völlig von der Hospizarbeit zurückgezogen.
Zum Abschied von Irmgard Ebert	5	Einen endgültigen Schnitt dagegen hat Margret Kopp gemacht und damit eine grosse Lücke in den Köpfen und Herzen hinterlassen, nicht zuletzt als Redakteurin des Rundbriefes. Ein Vierer-Team führt nun diese Arbeit fort, womit wir beim Neubeginn wären.
Eine Ära geht zu Ende	6	Mit Elan und Herz ging unsere neue Vereinsvorsitzende Anette Schwämmle an die Arbeit bei ihren zwei grossen Neuanfängen im Hospizverein und im Beruf, wozu wir ihr Glück und Segen wünschen. Auch der Vorstand hat sich zum Teil neu formiert und stellt sich vor auf Seite 4.
Eine Hospiz-Biografie	8	Was der Rundbrief 11 sonst noch alles beinhaltet, empfehlen wir ebenfalls einer geeigneten Leserschaft.
10 Jahre HOSPIZ UND SITZWACHE ULM	10	Herzliche Grüsse
Krankenschwester im Hospiz	12	Renate Pursche
Ehrenamtlich im Hospiz	13	im Namen des Rundbrief-Teams
Einführungskurs 10	15	
Das Monochord	16	
Impressum	17	
Zeitdokumentation	18	
Todesnähe als Wandlung und letzte Reifung	19	
Ein Segen	19	
Abschied	20	

Titelbild

Steinlabyrinth,
auf der Insel Blå Jungfrun („Blaue Jungfrau“), Schweden

Liebe Mitglieder,

ich freue mich, mich Ihnen im Rundbrief persönlich vorzustellen.

Neben dem Wandern und Tanzen ist das Lesen eine meiner Leidenschaften. Zu meinen Lieblingsbüchern zählen die von Paulo Coelho, z.B. „Der Alchimist“. Gemeinsam ist ihnen, dass sie von Suchenden erzählen, von Menschen, die finden, wenn sie ihrem Herzen folgen.

So war es eine Herzensentscheidung, die ich während einer Indienreise traf, evangelische Theologie zu studieren. Auch wenn ich immer mit dem Herzen dabei war, ist das Theologiestudium in erster Linie ein wissenschaftliches Studium, das den „Kopf“ beschäftigt. Deswegen bewegten mich besonders die Ansätze, die Theorie und Praxis zusammenbringen, wie z.B. die unterschiedlichsten Befreiungstheologien.

Als ich mich entschloss, nach fünf Jahren aufzuhören als Pfarrerin zu arbeiten, war mir klar, dass für ein Arbeitsfeld aus dem Gemeindepfarramt weiterhin mein Herz schlagen wird: Für die Seelsorge, die Begleitung von Trauernden und Sterbenden, den Umgang mit dem Tod und dem, was er an Fragen für unser Leben aufwirft und die Begeisterung für das Leben.

Auf diesem Weg begreife ich mich als Suchende wie Findende. Ich erlebe eine grosse Erweiterung und Freiheit durch die Traditionen fernöstlicher Religionsphilosophien und sehe, dass es einen gemeinsamen mystischen Schatz in allen Religionen gibt.

Hierbei unterstützt mich seit vier Jahren eine spirituelle Weiterbildung, deren Hauptziel es ist, heilsame Energien bei mir selbst und anderen zu stärken. Zeitgleich entschied ich mich für ein ehrenamtliches Engagement im Hospizbereich.

Die Vorstandsarbeit habe ich dort 1 1/2 Jahre als Schriftführerin kennengelernt. Als meine Vorgängerin Irmgard Ebert mich fragte, ob ich mir vorstellen könne, als neue Vorsitzende zu kandidieren, beschloss ich, mich dieser Herausforderung zu stellen, weil ich sie reizvoll fand.



Zu dieser Herausforderung kommt noch eine berufliche hinzu. Im November habe ich nach einer Umschulungsphase begonnen, als Ergotherapeutin zu arbeiten.

Dankbar bin ich für die grosse Unterstützung durch die HospizmitarbeiterInnen, insbesondere durch meine Stellvertreterin Margaretha Zipplies und durch das „Büroteam“ Claudia Schumann, Andrea Müller-Götz und Marianne Rogotzki.

Wichtig für unsere Arbeit im Hospizverein und die Begleitung von Sterbenden und ihren Angehörigen sind mir Geduld und Gelassenheit, Liebe und ein gnädiger Umgang mit sich selbst und anderen. Ich will gerne meinen klaren Verstand, meine Begeisterungsfähigkeit und Präsenz, meine Herzensenergie in die Arbeit als Vorsitzende einbringen. Dabei bin ich mit allen Sinnen offen für das Erleben neuer Eindrücke, neugierig auf Erfahrungen und stets bereit zu lernen.

Herzliche Grüsse

Ihre neue Vorsitzende Anette Schwämmle

A. Schwämmle

Seit Juni 2002 im neuen Vorstand



2. Vorsitzende

Margaretha Zippies, 54 Jahre, verheiratet, zwei erw. Töchter. Als Personalsachbearbeiterin seit über 30 Jahren tätig, arbeite ich seit 14 Jahren im Betriebsrat mit, davon 8 Jahre als Vorsitzende. Von 1992 bis 1997 liess ich mich nebenberuflich zur Atempädagogin nach Prof. I. Middendorf ausbilden, danach zur Tanzleiterin für Meditativen Tanz. Seit 1994 leite ich Kurse für Meditativen

Tanz, den „Erfahrbaren Atem“ und Stressbewältigung.

Aus meinem Wunsch heraus, mit Tod und Sterben besser umgehen zu lernen, fand ich 1991 zu einer Gruppe interessierter Menschen, die 1992 die Hospizgruppe Ulm e.V. gründeten. Inzwischen konnte ich in mehreren Gruppen Trauernde mit Hilfe einfacher Übungen aus der Atemarbeit unterstützend begleiten. Seit längerem arbeite ich als stellv. Vorsitzende im Vorstand mit sowie im Hospiztreff und Einführungskurs.

Neben der Vorstandsarbeit liegt mir besonders am Herzen, unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit Hilfe der Leibarbeit zu unterstützen, für sich und andere präsenter und empfindungsfähiger zu werden.

Ich heisse **Sigrid Markmiller**, bin 66 Jahre alt und somit die Seniorin im Team des Vorstandes. Im Frühsommer 2002 fragte mich Irmgard Ebert, die damalige Vorsitzende von HOSPIZ UND SITZWACHE ULM, ob ich nicht Lust und Zeit hätte, hier mitzuarbeiten, gezielt im Bereich der Finanzverwaltung als Schatzmeisterin. Verwalten einer Firma und wachen über die Finanzen war über viele Jahre meine



Schatzmeisterin

berufliche Aufgabe, für mich also kein Neuland. Spontan sagte ich Irmgard Ebert zu, nachher selbst erstaunt darüber wie spontan.

Gerne arbeite ich im Team nun mit und bringe hier meine Kenntnisse für HOSPIZ UND SITZWACHE ULM mit ein.

Ich bin **Christine Naupert**, Jahrgang 1937, im Vorstand mit den Aufgaben der Schriftführerin betraut. Aufgewachsen bin ich in Finnland, von wo aus ich 1968 als Dipl. Chemikerin nach Ulm kam, angelockt von der neugegründeten Universität. Nach 6 1/2 Jahren Grundlagenforschung auf dem Gebiet der klinischen Chemie wechselte ich meinen Beruf. Ich studierte in Konstanz, um dann 17



Schriftführerin

Jahre lang als Dipl. Psychologin in einem Krankenhaus für Psychiatrie und Psychotherapie in Werneck, Unterfranken, zu arbeiten. Als Rentnerin zog es mich zurück nach Ulm,

wo ich nun als Ehrenamtliche sinnvolle Aufgaben -und viele nette Leute -im Ulmer Weltladen und in der Hospizarbeit gefunden habe.



Beisitzer

Dr. Gerhard Hege-Scheuing seit 1994 Beisitzer im Vorstand von HOSPIZ UND SITZWACHE ULM. Ich bin als Oberarzt in der Abteilung für Anästhesiologie des Universitätsklinikums Ulm seit vielen Jahren mit Schwerpunkt in der Schmerztherapie beschäftigt und verfüge über eine zusätzliche psychotherapeutische Ausbildung.

In der Hospizarbeit sind meine Schwerpunkte neben der Vorstandstätigkeit die Beratung in medizinischen Fachfragen, insbesondere Schmerztherapie, Symptomkontrolle und Palliativmedizin sowie die Verbindung zur Stadt und zum Universitätsklinikum.

Kornelia Menden-Gräter, geb. am 4.10.1956, verheiratet, zwei Kinder und eine Enkeltochter mit 6 Monaten. Seit 24 Jahren bin ich in der Altenpflege tätig, davon zuletzt neun Jahre im Clarissenhof und hier lernte ich auch die Sitzwachengruppe kennen. Seit 1.11.2002 arbeite ich im Dreifaltigkeitshof als Hausdirektorin. Seit zwei Jahren bin ich im Vorstand von HOSPIZ UND SITZWACHE ULM als Beisitzerin.



Beisitzerin

In all den vielen Jahren in der stationären Altenpflege wurde mir immer bewusster, wie wichtig die Begleitung Sterbender ist. Mir ist besonders der Einsatz der Sitzwache in stationären Einrichtungen sehr ans Herz gewachsen.

Ich bin **Katharina Reuttner**, Mutter von fünf Kindern und glückliche Grossmutter von zwei Enkelkindern. Seitdem ich vor 7 Jahren unseren Land- und Forstwirtschaftsbetrieb, den ich 30 Jahre lang geführt hatte, meinem Sohn übergeben habe, engagiere ich mich ehrenamtlich im Malteserhilfsdienst.



Beisitzerin

Auf dem Land aufgewachsen, wurde ich schon jung mit dem Tod vertraut und glaube ein gutes Verhältnis zu ihm zu haben. Als ich erfuhr, dass in Ulm eine Hospizgruppe gegründet wird, war ich auf der Gründungsversammlung und gehörte zu der ersten Gruppe, die ausgebildet wurde. Z.Zt. bin ich wieder – wie schon früher einige Jahre – als Beisitzerin im Vorstand. Ich glaube, dass ich einiges an Erfahrung und Persönlichkeit mitbringe und stelle es sehr gerne in den Dienst von HOSPIZ UND SITZWACHE ULM.

Zum Abschied unserer langjährigen Vorsitzenden Irmgard Ebert

Ob ein hohes Ziel und eine Begeisterung echt sind, das merkt man nicht in den feierlichen Stunden, sondern im Alltag. Ob es jemand ernst meint, sieht man nicht nur an den grossen Entschlüssen, sondern an der kleinen Arbeit, tagein, tagaus.

Ihre Zielstrebigkeit und Begeisterung konnten wir täglich miterleben, seit Irmgard Ebert 1996 den Vorsitz übernahm. Ihre Person steht für die Hospizidee und eine grosse Professionalität.

Sie war vor zwölf Jahren eine der treibenden Kräfte dafür, dass in Ulm eine Hospizgruppe entstand.

Ausser Kompetenz, Begeisterung und Zielstrebigkeit brachte Irmgard Ebert jedoch noch entscheidende weitere Fähigkeiten mit, um den Herausforderungen eines so schnell wachsenden Vereins standzuhalten und ihn zu einer soliden Unternehmung werden zu lassen.

So entwickelte sie zusammen mit Susanne Roller vor zwölf Jahren für alle ehrenamtlichen Mitarbeiter den Einführungskurs und leitet ihn dann seit 1996 mit Thea Brinker und nun, zum letzten Mal, mit Andrea Müller-Götz. Dass alle ehrenamtlich Mitarbeitenden, ob bei Hospiz oder Sitzwache dieses Einführungsseminar durchliefen, verbürgte eine gute Qualität in der Begleitung. Wer auch immer in Ulm und Umgebung Sterbende oder ihre Angehörigen betreuen wollte, erlebte sie als einfühlsame und kompetente Kursleiterin.

Durch ihre besondere Art zuzuhören und zu reflektieren, wurde sie auch Ansprechpartnerin für alle im Ehrenamt auftretenden Probleme und oft genug auch für die privaten. Ihre warme Ausstrahlung, verbunden mit Geist und Witz, liessen auf den verschiedensten Ebenen der ehren- und hauptamtlichen MitarbeiterInnen ein entspanntes und liebevolles Miteinander in der Hospizfamilie gedeihen.

Mit ihrem Gespür, Begabungen und Fähigkeiten von Menschen zu erkennen, hat sie immer wieder die entsprechenden Möglichkeiten angeboten und Mut gemacht, sich an fremde Einsatzfelder zu wagen.

So wuchsen die vier tragenden Säulen des Vereins unter seiner Vorsitzenden zu einem gut gegründeten

Bauwerk: der ambulante Hospizdienst, der Sitzwachendienst, das stationäre Hospiz sowie die Öffentlichkeitsarbeit zur Verbreitung der Hospizidee. Ihre Spiritualität, ihre langjährige Erfahrung in der Begleitung Sterbender, aber auch das Vertrauen, das ihr von entscheidenden Menschen der öffentlichen Hand entgegengebracht wurde, ermutigten den Vorstand, Neues zu wagen wie z. B. die Planung und Umsetzung eines stationären Hospizes. Durch ihre Ideen und ihre tägliche Präsenz im Büro hat sie die Entwicklung des Vereins entscheidend beeinflusst und vorangetrieben. So kann sie zurecht stolz darauf sein, ein wohlgeordnetes Haus ihrer Nachfolgerin Anette Schwämmle zu übergeben.

Auf ihren eigenen langgehegten Wunsch hin legte sie nach sechs Jahren den Vorsitz in jüngere Hände. Der Abschied von der Vorsitzenden Irmgard Ebert fiel manchen von uns deshalb nicht so schwer, weil die Freundschaften mit unserer lieben "Irmel" erhalten bleiben.

Wir gönnen ihr den nun endlich beginnenden Ruhestand und wünschen ihr von Herzen ein weiterhin reiches, erfülltes Leben bei bester Gesundheit.

Uns bleibt Dankbarkeit aus tiefstem Herzen, dass wir eine Zeit von grosser Intensität miterleben durften. Dankbar für das grosse Geschenk an Kraft und Lebenszeit, das Irmgard Ebert in den letzten sechs Jahren dem Verein HOSPIZ UND SITZWACHE ULM gemacht hat.

Es ist wohltuend zu wissen, dass sie auch weiterhin als Ansprechpartnerin im stationären Bereich für die hauptamtlichen MitarbeiterInnen zur Verfügung steht. Eine Freude für uns alle ist es, dass ihre Verdienste um unseren Verein auch von der Stadt Ulm gewürdigt und in diesem Jahr mit dem "Ulmer Band" ausgezeichnet wurden.

Margaretha Zipplies



Abschied von Irmgard Ebert als Vorsitzende

War es wirklich ein Abschied? Oder nicht vielmehr ein Fest zum Beginn einer „neuen Freundschaft“. Eine nachdenkliche, dankbare und freudvolle Erinnerung an sechs Jahre, in denen Irmgard Ebert die Hospizarbeit in Ulm nicht nur als Vorsitzende geleitet, sondern auch nachhaltig geprägt hat.

Unter ihrer Leitung wurde die ehrenamtliche Hospizbewegung mit den Gruppen der Sitzwachen in einen gemeinsamen Verein zusammengeführt und der mutige Schritt in das hauptamtliche stationäre HOSPIZ AGATHE STREICHER gewagt.

Beiträge aus den unterschiedlichen Bereichen des Vereins zeigten auf, welche Bedeutung der Einsatz von Irmgard Ebert für die Entwicklung der vergangenen Jahre hatte.

Gute Wünsche und Geschenke haben wir ihr auf ihre neuen Wege mitgegeben, die ja weiterhin auch immer wieder gemeinsame Wegstrecken mit uns sein werden.

Es wurde letztlich ein kleines Festprogramm, das an diesem Abend der Hauptversammlung unter Punkt 10 der Tagesordnung zu Stande kam, eingeleitet und moderiert von der *stellvertretenden Vorsitzenden Margaretha Ziplies*. Sie stellte Worte des Dankes in den Mittelpunkt ihres Beitrages.

„Menschen treten in unser Leben und begleiten uns eine Weile.

Einige bleiben für immer, denn sie hinterlassen Spuren in unseren Herzen.“

Mit diesen Zeilen von Flavio leitete sie ihr Dankeschön ein.

Irmgard Ebert übergibt nun ein wohlgeordnetes Haus nach sechs Jahren des Vorsitzes. Dabei war es schon vor zwei Jahren ihr Wunsch, die Verantwortung in

andere Hände zu geben. Wir danken ihr sehr, dass sie sich dennoch überzeugen liess, in der besonders schwierigen und sensiblen Situation ihre überragende Erfahrung und ihre vielfältigen Verbindungen noch einmal zur Verfügung zu stellen. Irmgard Ebert, „Urgestein des Hospiz“, stellte ihre eigenen Wünsche und Bedürfnisse hinten an, denn den Schritt, ein stationäres Hospiz zu eröffnen, konnte der Verein nur mit einer erfahrenen Vorsitzenden wagen.

Mit allem was sie kann, mit ihrer ganzen Kraft und mit unglaublich viel Zeit hat sie die grossen Aufgaben bewältigt. Heute kann sie auf eine gut funktionierende Organisation schauen, die auch ihren eigenen hohen Anforderungen genügt.

Durch die Vorbereitungsseminare für den Hospizdienst und die Einführung der Supervision hat sie eine gute Qualität der Arbeit gesichert. Nicht zuletzt kennt sie aus diesen Kursen alle MitarbeiterInnen auf sehr persönliche Weise.

Dass die Ehrenamtlichen, die Hauptamtlichen und die Mitglieder des Vorstandes „Irmel“ nicht einfach mit ein paar Worten des Dankes verabschieden wollten, ist selbstverständlich.

Die Gruppe der *Trauerbegleiterinnen* übergab Irmgard Ebert einen Gutschein für ein Harfenkonzert. Ihre Harfe wurde in den letzten Jahren doch sehr vernachlässigt und darf nun endlich auf mehr Beachtung hoffen. Eine CD soll schon einmal die Vorfreude auf das Konzert und eigenes Musizieren wecken.

Vor die nächsten Beiträge stellte Margaretha Ziplies noch ein Dankeschön, das ihr besonders am Herzen lag. Mit einer Rose, wie sie jede Mitarbeiterin nach einer abgeschlossenen Begleitung bekommt, würdigte sie Margret Kopp. Sechs Jahre ehrenamtliche Arbeit als „*Privatsekretärin*“ der Vorsitzenden zu mancher Tages- und Nachtzeit hat sie uns geschenkt. Zurückhaltend und verschwiegen, aufmerksam und engagiert war sie für die Vorsitzende und das Büro-Team eine ganz grosse Unterstützerin.

Nun bekam als *dienstältestes Vorstandsmitglied Dr. Hege-Scheuing* das Wort. Er liess in einem Rückblick die vergangenen sechs Jahre Revue passieren:

„Es war ein Privileg, unter und mit Irmel im Vorstand arbeiten zu dürfen“. Am 18. November 1996 war Irmgard Ebert mit einem einstimmigen Votum zur Vorsitzenden gewählt worden. Als sie ein halbes Jahr später aus ihrer beruflichen Verpflichtung in den

„Ruhestand“ wechselte, stellte sie einen grossen Teil ihrer Zeit für die Hospizarbeit zur Verfügung.

Jede Vorstandssitzung war sehr gut vorbereitet, dabei auch atmosphärisch mit einem schönen Rahmen versehen. Man konnte sich bei Problemen immer darauf verlassen, dass die Vorsitzende sich bereits eine Lösung überlegt hatte.

Vieles ist in den vergangenen Jahren erreicht worden:

- Aus der Hospizgruppe ist der Verein HOSPIZ UND SITZWACHE ULM geworden.
- Aus der rein ehrenamtlich arbeitenden Gruppe wurde eine stattliche Mitarbeiterschaft mit Ehrenamtlichen und Hauptamtlichen.
- Ein eigenes Büro mit E-mail und homepage steht zur Verfügung.
- Schulungen, Fortbildungen, Supervision und Öffentlichkeitsarbeit wurden ausgebaut.
- Zur ambulanten Hospizbegleitung ist das stationäre Hospiz dazu gekommen.

Ein kleines Unternehmen mit beachtlichem Bilanzvolumen, doch vor allem weiterhin ein Angebot und ein Versprechen – Sterbenden und ihren Angehörigen Begleiter zu sein.

„Auf der Grundlage des Erreichten blicken wir positiv nach vorn. Den geschaffenen Rahmen dürfen nun die Nachfolgenden mit eigenen Ideen und Gedanken und mit ihrem Herzblut füllen. Dabei wird es nicht leicht sein, die recht hoch liegende Messlatte nicht zu verfehlen.“

Zum Abschied erhielt Irmgard Ebert vom Vorstand einen Pilgerstab. Einmal ein Symbol für einen zurückliegenden vielleicht manchmal beschwerlichen Pilgerweg, zum andern auch eine konkrete Unterstützung für die geplante Fortsetzung der schon begonnenen Pilgerwanderung nach Santiago de Compostela.

Für die *Hauptamtlichen* brachte *Claudia Schumann als Geschäftsführerin* des Vereins ihren Dank zum Ausdruck. „Irmel“ hat ihren Abschied sehr gut vorbereitet. Schritt für Schritt hat sie andere in ihre Aufgaben eingeführt und sie damit befähigt, die Leitung des Vereins zu übernehmen. Dass ein Mensch wie sie mit all ihren geschätzten Fähigkeiten nicht wirklich zu ersetzen ist, ist allen natürlich bewusst. Dass sie für die Einführungsseminare noch zur Verfügung steht, ist ein Trost.

Elisabeth Kutschker-Herrmann dankte für die Gruppe der *Einsatzleiterinnen* und wünschte Entspannung, Genuss, Lockerheit und Leichtigkeit für die Nach-Amtszeit. Ihr erschien es so, dass es „Irmel“ im Laufe des Abends immer leichter fiel, die Bürde des Vorsitzes abzugeben.

Die *ehrenamtlichen MitarbeiterInnen* bildeten spontan einen regelrechten Chor. Wie nicht anders zu erwarten, fanden die unterschiedlichen Stimmen zu

einem harmonischen Klang zusammen.

Praktisches und Schönes für die Pilgerreise im Zeichen der Muschel wurde mit den dazu passenden Wanderliedern überreicht.

Als Beispiel mag das Lied zum Wander-Tagebuch nach der Melodie „Wer nur den lieben, langen Tag ...“ dienen:



*Wer geht auf Reise, grosse Fahrt, will die Welt sich erobern,
der packe schon am Start sich ein Tagebuch ein.*

*Kompakt, auf jeden Fall robust,
hast du dann zum Schreiben Lust,
nimmst es gerne in die Hand,
auch im fernen Land.*

Schreibst hinein, was dich erregt, dich erfüllt und bewegt.

Ein Band es fest zusammenhält, das in Leder gebunden.

Wir hoffen, es gefällt und ist auch nicht zu schwer.

*So viele Seiten, alle leer,
und wir denken doch, es wär,
wirklich interessant und toll,
wenn sie alle voll.*

Die Gedanken gut bewahrt, von bewegender Fahrt.

Wir freuen uns darauf, wenn die „Pilgerin“ uns an den einmal darin versammelten Erlebnissen teilhaben lässt. Bewegung ist ein Thema, das für Irmgard Ebert immer von Bedeutung war und bleiben wird. Alle Anwesenden hatten zum Abschluss die Möglichkeit, einander und „Irmel“ in der Bewegung zu begegnen. Mit den von ihr so geliebten meditativen Tänzen wurde der Abend beschlossen.

*„Weg-gehen, um anzukommen,
Abschied nehmen, um sich wiederzusehen.
Los-lassen, um empfangen zu werden.“*



Ulrike Stürmer-Kirchhoff, Rainer Kirchhoff



Eine Hospiz-Biografie

Gespräch mit Margret Kopp

Margret, du hast letztes Jahr deine Hospizarbeit beendet. Wie viele Jahre warst du dabei? Wie viele Stunden ehrenamtliches Engagement waren das?

Elf Jahre lang war ich bei Hospiz, fast von der ersten Stunde an. Wieviel Zeit ich da investiert habe, kann ich nur ungefähr angeben. Pro Quartal waren es etwa 90 -120 Stunden. Ich erinnere mich aber auch an eine Woche mit 48 Stunden Arbeit für Hospiz. Das hört sich nach Belastung an, aber dieses Wort mag ich nicht, denn es waren stets Dinge, die ich mit Freude und von Herzen getan habe. Ich hatte auch im Gegensatz zur Berufstätigkeit die Freiheit, meine Arbeit zu jeder beliebigen Tageszeit zu erledigen, mir überhaupt Zeit lassen zu können.

So kann ich sagen, Hospizarbeit war mein Glück, sie hat neue Seiten bei mir entwickelt. Ich genoss die Zusammenarbeit mit den anderen, die Unterstützung durch die Gruppe und damit die Möglichkeit, auch Arbeiten delegieren zu können.

Nach eigener Aussage hast du ausser dem Vorsitz jede erdenkliche Funktion bei HOSPIZ UND SITZWACHE ULM einmal bekleidet. Was war das alles?

Aus kleinen Anfängen wuchs und entwickelte sich der Verein. Jede Vergrösserung brachte Umstellungen mit sich und an diesen „Nahtstellen“ war ich eigentlich immer mit dabei. Ich habe Spass am Organisieren, nehme gern die Fäden in die Hand und verknüpfe sie sinnvoll miteinander. Ich habe oft scherzhaft gesagt, ich sei Privatsekretärin von Irmgard Ebert. Auf diese Weise habe ich auch einen gewissen Einblick in die Arbeit der Vorsitzenden gehabt. Im Verein war ich zwei Jahre lang Schriftführerin; das Protokollieren der Hospiz-Treffs war mir sehr wichtig. Auch der Blick über den eigenen Tellerrand nach draussen lag mir am Herzen. Deshalb nahm ich an den Hospiztagen in Bremen teil, besuchte Seminare und war bei der Gründung der „LAG Hospiz Baden-Württemberg“ mit dabei.

Als das Büro für kurze Zeit verwaist war, übernahm und organisierte ich die Büroarbeit und arbeitete



Margret Kopp

ehrenamtliche und hauptamtliche MitarbeiterInnen ein. Seit 1994 leitete ich den Hospiztreff, war mit Unterbrechungen etwa fünf Jahre in der Einsatzleitung und habe unzählige Veranstaltungen zur Öffentlichkeitsarbeit bestritten. Von 1993 an erschien jährlich der Rundbrief, den ich zwei Jahre lang zusammen mit Susanne Roller verfasste. Seit 1995 bis zu meinem Ausscheiden war ich sechs Mal verantwortliche Redakteurin.

Bei all diesen verschiedenen Funktionen und Tätigkeiten ergaben sich immer wieder Gelegenheiten, auf die zwischenmenschliche Atmosphäre zu achten, Lösungen zu suchen und persönliche Kontakte zu knüpfen. Das war für mich nach dem Berufsleben eine grosse Herausforderung und Bereicherung.

Margret, wie hast du den Übergang gefunden von so viel Hospizarbeit ins Private? Wie geht es dir jetzt?

Mir ist so, als hätte ich ein Buch zugeschlagen und es erst einmal beiseite gelegt. Und zu meinem Weggang aus dem Hospizleben habe ich ein wunderbares Abschiedsgeschenk erhalten. Ein geschätzter alter

Berufskollege, der im Altenheim wohnte, brauchte nach einem Sturz im letzten Juni plötzlich Hilfe. Noch einmal konnte ich da alles einsetzen, was ich in den Hospizjahren gelernt hatte: Einen Krankenhausaufenthalt organisieren, mit den Angehörigen alles Nötige besprechen, sein äusseres Leben ordnen helfen. Das Beglückendste dabei aber war die Begleitung eines Menschen, der dem Tod entgegengeht, und mit ihm die Stationen seines Lebens, seines Mensch-Seins, seines Wissens und seiner Wertvorstellungen noch einmal aufzusuchen. Wenige Tage, nachdem ich im September aus dem Urlaub zurückkam, starb er. Wie hier, so war in all den Jahren die grosse Erfüllung immer die Sterbebegleitung und die Sitzwachen. So, und jetzt übe ich mich im Altern. Mein Knie mahnt mich, gemächlicher zu werden. Ich lese viel über das Alt-Werden, das gibt mir Unterstützung und eine neue Sichtweise. Ich kann da ein Buch empfehlen von Alfons Auer: „Geglücktes Altern“. Endlich bleibt mir nun Zeit für Gäste, ich höre viel und gerne zu, mein Interesse an den Menschen ist ungebrochen, und ich kann meiner alten Liebe zum Schreiben frönen. Das Buch Hospizarbeit ist zwar zugeschlagen, Hospizfrau aber bleibe ich immer.

Das Gespräch führte Renate Pursche.



10 Jahre

HOSPIZ UND SITZWACHE ULM

Bilder von den Jubiläumstagen 1. und 2. Juni 2002
im Stadthaus und auf dem Münsterplatz



Unter zahlreichen interessierten BesucherInnen im Stadthaus
war auch Lokalprominenz vertreten



Ein Grund zum Anstossen - Andrea Müller-Götz,
Anette Schwämmle und Martina Seng



Festredner und Schirmherr Ivo Gönner,
Oberbürgermeister der Stadt Ulm



Warten auf den Einsatz: Vorstellungen der 10-jährigen
Chronologie des Vereins



Margret Kopp, Irmgard Ebert und Pfarrer Keller



Besuch aus Stuttgart - Sozialminister Repnik auf dem Rücken eines Kamels



Ausstellung „Kinder malen Tod und Trauer“



Akademie für darstellende Kunst mit ihrer Darbietung



Bunte Luftballons schweben vom Münsterplatz zum Himmel empor



Seit Herbst 2002 die neue Vorsitzende des Vereins, Anette Schwämmle

Krankenschwester im Hospiz



Mein Name ist Beatrix Neltner und ich bin seit dem 1. 10. 2001 im stationären Hospiz beschäftigt.

Ein halbes Jahr zuvor war es eröffnet worden. Als hauptamtliche Pflegekräfte der ersten Stunde waren Martina Seng (Pflegedienstleitung), Andrea Nitsche (mittlerweile stellvertre-

tende Stationsleitung), Miriam Topal und René Belaschke vertreten, etwas später folgten Heike Helmbrecht (heute Hess) und Elsbeth Sindram. Zusammen mit mir kamen in diesem Monat Oktober 2001 Ilona Fried und Annerose Schrade hinzu.

Meine Erwartungen und Wünsche an die neue Arbeitsstelle waren, individuell pflegen zu können, Zeit zu haben für den sterbenden Gast, den Tod nicht als „medizinisches Versagen“ zu betrachten, sondern als letztes wesentliches Ereignis unserer menschlichen Existenz.

Absolut neu für mich war die Begegnung mit dem Ehrenamt, einer grossen Zahl engagiert arbeitender (meist) Frauen und (einiger) Männer, die im Verein HOSPIZ UND SITZWACHE ULM zum Teil schon seit dessen Gründung vor zehn Jahren tätig sind.

Voraussetzung für ihren Einsatz war und ist die Teilnahme an einem Einführungsseminar für Hospizhelfer.

Von Februar 2002 bis Juni 2002 nahmen erstmalig drei Krankenschwestern aus dem stationären Hospiz (Elsbeth Sindram, Annerose Schrade und ich) zusammen mit ehrenamtlichen Kräften am Einführungsseminar für Hospizhelfer teil.

In diesem 10. Kurs, der von Irmgard Ebert und Andrea Müller-Götz geleitet wurde, sind also Haupt- und Ehrenamtliche zusammen getroffen und konnten neben der Ausbildung auch ihre unterschiedlichen Wünsche, Vorstellungen, Erwartungen und Ängste äussern.

Ich freue mich deshalb immer ganz besonders, jemanden aus „meinem“ Kurs beim Arbeitseinsatz in der „Agathe“ zu treffen, weil ich mich durch sie besonders getragen fühle. Die verständnisvolle Zusammenarbeit zwischen Haupt- und Ehrenamt wird durch die persönliche Begegnung im gemeinsamen Einführungsseminar gefördert.

Damit wären wir schon beim Arbeitsalltag einer Krankenschwester im stationären Hospiz: In Zusam-

menarbeit mit den ehrenamtlichen Helfern möchten wir all jenen Sterbenden, die daheim nicht versorgt werden können, ein „Ersatz-Zuhause“ bieten, in dem auch die Angehörigen ihren Raum finden.

Wir führen in erster Linie einen Haushalt. Wir versorgen eine Wohnung mit fünf Zimmern für unsere Gäste. Eine Putzfrau kommt nur einmal wöchentlich, eine Stationshilfe wie im Krankenhaus oder Altersheim gibt es nicht, somit fallen sehr viele hauswirtschaftliche Tätigkeiten wie Wäsche waschen, putzen, Müll entsorgen, Essen holen, Spülmaschine ein- und ausräumen, den Tisch zum gemeinsamen Essen decken und abräumen etc., an.

Das ist der Bereich, in dem wir den ehrenamtlichen Helfern sehr dankbar sind, wenn sie uns zur Hand gehen.

Im medizinisch-pflegerischen Bereich tragen jedoch wir Pflegekräfte zusammen mit den behandelnden Ärzten Verantwortung für das Wohl unserer Gäste. An erster Stelle steht die Schmerzbehandlung, die individuelle Pflege richtet sich nach den Bedürfnissen unserer Gäste. Diese kann von einfacher Unterstützung der Aktivitäten des täglichen Lebens bis hin zu intensiv pflegerischer Betreuung reichen.

Wenn mehrere Gäste gleichzeitig intensive Pflege be-



Das Wohnzimmer unserer Gäste und deren Besucher



Die gemeinsame Küche

nötigen, ist die Belastung zuweilen für die diensthabende Schwester sehr hoch, da wir vielfach alleine arbeiten.

Die Unterstützung durch ehrenamtliche MitarbeiterInnen muss in diesem Bereich entfallen, da der Umgang mit medizinischem Gerät, Spritzen, Infusionen oder Verbänden nicht in ihr Betätigungsfeld fallen kann und darf.

Wir sind deshalb sehr froh, dass uns zum 1.1.2003 eine zusätzliche 75% Stelle genehmigt wurde.

Neben der Pflege versuchen wir - in Zusammenarbeit mit dem Ehrenamt - gute Ansprechpartner für die Angehörigen unserer Gäste zu sein. Sie selbst stecken oft in Krisensituationen und das „Aushalten - Können“ des manchmal auch leidvollen Sterbens ist für alle miteinander eine schwere Prüfung.

Ehrenamtliche MitarbeiterInnen können sich nach einer Sterbebegleitung zurückziehen und auf sich achten, bis sie sich bereit für die nächste Sterbebegleitung fühlen.

Die hauptamtliche Krankenschwester braucht besondere Hilfsmethoden, um ihre Seele bei einer hohen Zahl von Sterbebegleitungen im Gleichgewicht zu halten.

Als solche können ausgleichende Freizeitgestaltung, diverse Entspannungstechniken oder die berufsbegleitende Supervision dienen.

Erfreulicherweise hat sich darüber hinaus Irmgard Ebert (ehemalige Vorsitzende des Vereins) bereit erklärt, einmal wöchentlich als Ansprechpartnerin auf der Station tätig zu sein.

Die Gäste, die Angehörigen und auch wir Pflegenden nehmen dieses Gesprächsangebot gerne wahr.

Personell hat sich bei uns im Jahr 2002 einiges verändert: Heike Helmbrecht verließ uns im Februar. Für sie kam im April Jacqueline Schmidt, die uns Ende des Jahres wieder verlassen hat. Anneliese Mittelstädt konnte aus dem Ehrenamt für die geringfügige Beschäftigung im stationären Hospiz gewonnen werden. Im Mai wurde Sigrun Pagano eingestellt.

Ende September verließ uns Annerose Schrade. Lilli Adamson, die in der Geringbeschäftigung auch von Anfang an dabei war, stockte ihren Vertrag auf und zum Jahreswechsel konnte das Team noch durch Sabine Riegert und Marie-Luise Gingele erweitert werden. Die Anstellungsverhältnisse reichen von geringfügiger, 50%er, 75%er bis 100%er Beschäftigung.

Ehrenamtlich im Hospiz

Vom letzten Ausbildungskurs haben sich einige Teilnehmer dafür entschieden, Dienst im HOSPIZ AGATHE STREICHER zu leisten. Sie sind nun bereits seit über einem halben Jahr dort tätig - Anlass für uns, sie nach ihren bisherigen Eindrücken und Erfahrungen zu befragen.

Warum habt ihr euch nach eurer Ausbildung für das stationäre Hospiz entschieden?

Christiane: Bei mir war es meine langjährige berufliche Tätigkeit im medizinischen Bereich, die meine Entscheidung für das Hospiz beeinflusste.

Sibylle: Der Gedanke „Hospizmitarbeiter“ hat mich schon vor vielen Jahren fasziniert und nun konnte ich es umsetzen, darüber bin ich sehr glücklich.



Anne Mayer

Anne: Schon bei meinem ersten Besuch im Hospiz fiel mir die wohltuende Ruhe und entspannte Atmosphäre auf. Sie war überall zu spüren. Ausserdem arbeite ich gerne im Team, so fiel die Entscheidung, dort zu arbeiten, leicht.

Wolfgang: Im Hospiz bin ich nicht auf mich allein gestellt. Hier arbeite ich immer mit einer Schwester oder einem

Pfleger zusammen. Mir als Neuling gibt das die Sicherheit, dass zur Not immer jemand da ist.

Was fällt euch bei eurer Arbeit im Hospiz leichter und was schwerer?



Wolfgang Müller

Wolfgang: Die anfallenden Arbeiten auf der Station sind inzwischen Routine und bereiten mir keine Probleme. Nicht so leicht ist es nach einer längeren Pause, wie z.B. Urlaub, mich wieder auf die Situation im Hospiz einzustellen. Die Vorstellung, was einen alles auf der Station erwartet, ist nicht mehr so konkret, und ich habe dann schon so meine

Bedenken, wie ich mit der Arbeit hier wieder klar komme.

Christiane: Die Stationsarbeit und der Umgang mit den Gästen bereiten mir keine Probleme. Ich versuche, mich immer auf die jeweiligen Anforderungen einzustellen.

Sibylle: Ich freue mich schon immer auf meine



Christiane Nierle

Einsätze im Hospiz und mir ist noch nie eine Arbeit schwergefallen.

Anne: Auch bei mir gibt es keine Probleme; alles was auf der Station an Arbeit anfällt, tu ich gerne.

Wie klappt die Zusammenarbeit mit den hauptamtlichen Schwestern und Pflegern?

Christiane: Ich empfinde die Zusammenarbeit mit den

Hauptamtlichen als sehr angenehm.

Wolfgang: Kann ich nur unterstreichen. Es geht immer sehr kollegial und freundschaftlich zu.

Anne: Auch ich kann bisher nur Gutes berichten.

Nach meiner Meinung hängt die Intensität der Zusammenarbeit aber auch sehr von der Einstellung der Schwestern/Pfleger zu den Ehrenamtlichen ab. Gegenseitiges Vertrauen und Offenheit schaffen da immer eine gute Basis für ein konstruktives Miteinander.

Sibylle: Die Zusammenarbeit klappt gut. Natürlich



Sibylle Praschma

sind mir die Schwestern, die unseren Kurs mitbesucht haben, zur Zeit noch näher, aber ich bin sicher, dass es mit den anderen Hauptamtlichen ebenso wird.

Wie grenzt du dich gegen das viele Leid und Sterben ab und ist dies überhaupt möglich?

Anne: Wirklich abgrenzen

kann sich meines Erachtens wohl niemand. Meine eigenen Gefühle und Eindrücke verarbeite ich dabei am besten mit vertrauten Ehrenamtlichen, in der Supervision und natürlich bei den monatlichen Hospiztreffen.

Sibylle: Dadurch, dass ich mich schon viel mit Sterben, Tod und dem Leben nach dem Tod beschäftigt habe, geht mir die Thematik nicht so nah, ich denke, ich kann mich gut abgrenzen. Im Gegenteil, ich freue mich jedesmal, wenn ein Gast den Übergang geschafft hat.

Christiane: Die Gespräche mit den Gästen und Angehörigen empfinde ich als Bereicherung. Sie machen mir bewusst, dass das Leben endlich ist. Ich grenze mich nicht ab, sondern lasse mich auf Leid und Sterben ein und versuche, nur einfach da zu sein, um unsere Gäste auf ihrem letzten Weg zu begleiten.

Wolfgang: Abgrenzen kann ich mich nicht, mich berührt das Leid und das Schicksal unserer Gäste immer. Es ist jedoch ein grosser Trost für mich zu wissen, dass ein Gast in seinen letzten Monaten oder Wochen immer aufmerksam und liebevoll gepflegt wurde und die volle Zuwendung und Anteilnahme aller StationsmitarbeiterInnen bekam. Es ermöglichte ihm ein würdevolles Abschiednehmen und Sterben.

Was bedeutet für dich persönlich die Arbeit im Hospiz?

Christiane: Die Arbeit im Hospiz ist für mich wichtig, weil ich meine eigene Lebenserfahrung zum Wohle der Gäste einbringen kann.

Wolfgang: Die Schicksale unserer Gäste stellen meine eigene Lebensführung immer wieder auf den Prüfstand und jedes Sterben im Hospiz erinnert mich an meinen eigenen Tod und hilft mir, mit meinem Leben bewusster umzugehen.

Anne: Bei meinem Dienst im Hospiz sind alle meine Sinnesorgane angesprochen und gefordert. Meine Grenzen und Schwächen werden mir vor Augen geführt. Der Umgang mit Schwerstkranken lässt viel Raum für neue Eindrücke und Erfahrungen. Die emotionale Nähe und das entgegengebrachte Vertrauen im Gespräch mit unseren Gästen und deren Angehörigen betrachte ich persönlich als grosses Geschenk. Dafür bin ich sehr dankbar.

Sibylle: Es geht um das Wesentliche und das erfüllt mich.



Einführungskurs 10

Im Einführungskurs von Januar bis Juni 2002 wurden 13 TeilnehmerInnen unter Leitung von Irmgard Ebert und Andrea Müller-Götz sehr einfühlsam und sorgfältig auf die Arbeit bei HOSPIZ UND SITZWACHE ULM vorbereitet. Umrahmt wurde dieser Kurs von zwei Wochenenden mit ganz besonderer Atmosphäre und Thematik.

Am 1. Februar trafen wir voller Erwartung und Neugier im wunderschönen Kloster Reute ein.

Das gegenseitige Kennenlernen, sowie die Auseinandersetzung mit der eigenen Lebensgeschichte standen im Mittelpunkt des Wochenendes. Durch Gespräche, Meditationen und Gruppenarbeiten versuchten wir, unseren eigenen Umgang mit Verlust, Abschied und Schmerz herauszufinden.

Eine sehr beeindruckende Erfahrung war für die meisten von uns die Lebens- und Sterbemeditation, die uns für die tiefen Empfindungen sterbender Menschen sensibilisierte und uns unsere eigenen Vorstellungen vom Sterben aufzeigte.

Durch diese inneren Bilder versuchten wir zu erspüren, was uns in dieser Situation wichtig und hilfreich sein könnte. Gespannt lauschten wir den so verschiedenartigen Erfahrungen.

Die liebevoll gelegte Steinspirale in unserer Mitte begeisterte uns alle und so mancher Tanz, angeleitet von Margaretha, wurde um diese Mitte getanzt; mal beschwingt, mal besinnlich.

Ein Fest am Samstagabend mit vielen mitgebrachten Leckereien, guten Gesprächen, lustigen Tänzen und Spielen brachte hier unsere Lebensfreude zum Ausdruck.

Aber auch die Ruhe und Stille des Klosters und die ersten warmen Sonnentage des Jahres liessen dieses Wochenende in sehr guter Erinnerung in unserem Gedächtnis bleiben.

Fünf Monate lang trafen wir uns dann wöchentlich zu interessanten Vorträgen. Kompetente ReferentInnen brachten uns Themen wie Schmerztherapie, Tod aus medizinischer Sicht, Sterbende pflegen, Bestattungswesen, aber auch mit sich selbst pfleglich umzugehen, bei.

Das Abschlusswochenende verbrachten wir dann im Albgarten, einem liebevoll gestaltetem und geführtem Seminarhaus in Hausen auf der Schwäbischen Alb.

Hier besuchte uns auch die Einsatzleitung von HOSPIZ UND SITZWACHE ULM, die uns aufzeigte, welche verschiedenen Möglichkeiten einer Mitarbeit es im Verein gibt. Anschliessend durften wir uns dann entscheiden: Für die Arbeit im stationären Hospiz, für die ambulante Begleitung zuhause oder für die Sitzwache.



In Hausen stand man gerne für das gute Essen mal an...



...und in den Pausen war immer für Gesprächsstoff gesorgt.

Sehr beeindruckt hatte uns alle die Bilderserie eines Patienten, die er von der Entdeckung seiner Krebserkrankung bis kurz vor seinem Tod malte. Fast unglaublich war es für uns, die seelische Entwicklung anhand dieser Bilder zu beobachten. Tiefbewegt betrachteten wir sie.

Weiter beschäftigten wir uns mit dem Thema Trauer und Trauerarbeit und jeder von uns formte aus Ton seinen persönlichen Trauerkloss.

Die Vertrautheit, die sich inzwischen unter uns aufgebaut hatte war hilfreich, diese tiefen Empfindungen miteinander zu besprechen und die Eindrücke teilen zu können.

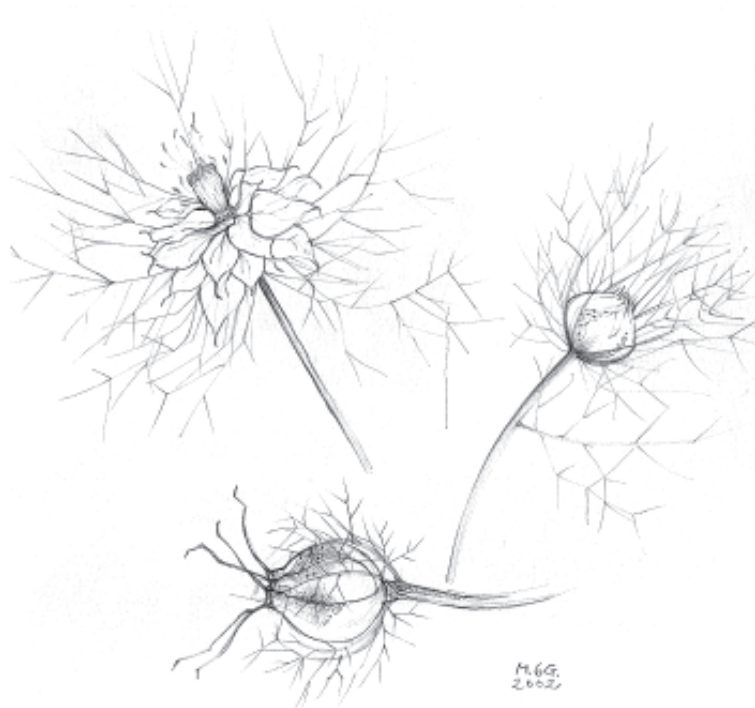
Viel profitiert haben wir von den drei hauptamtlichen Hospizschwestern, die an diesem Einführungsseminar teilnahmen und ihre konkreten Erfahrungen einbringen konnten. Ängste vor dem stationären Hospiz konnten

abgebaut werden und wir fühlten, dass wir dort gebraucht und willkommen sind.

Es war für uns alle eine sehr wertvolle Zeit und wir wurden gut vorbereitet für die Aufgaben bei HOSPIZ UND SITZWACHE ULM.



Elisabeth Breymaier



Das Monochord

in der Sterbebegleitung

Am 11./12. Januar 2002 trafen wir uns im *Haus der Begegnung*, um uns an einem Wochenende auf Entdeckungsreise in neue Klangwelten zu begeben. Das ist nun schon eine ganze Weile her und dennoch ist es mir gut in Erinnerung geblieben.

Wir sassen im Kreis, um uns herum viele verschiedene Instrumente, fast alle Instrumente, die sich einfach spielen lassen, ohne dass es vorher eines jahrelangen Übens bedurft hätte. Trommeln, Gongs, Ocean-Drums, Harfen, Monochorde und noch verschiedene andere, deren Namen ich inzwischen vergessen habe. Frau Schönhals-Schlautd, unsere Seminarleiterin, liess uns viel Zeit, uns mit den Instrumenten vertraut zu machen. So forderte sie uns auf, unter den Instrumenten eines herauszusuchen, das uns besonders ansprach.

Bis eines der Instrumente endlich zu mir sprach, musste ich feststellen, dass die meisten Instrumente wohl schneller mit anderen Teilnehmern gesprochen hatten! Bis auf einen riesigen sperrigen Kasten, ca. 120 cm lang und sehr unhandlich, dafür mit vielen Saiten bespannt, hatten alle Instrumente ihren Partner gefunden.

Also schleppte ich das Teil, welches ich ahnungsweise als Monochord identifizierte, auf meinen Platz und haderte mit meinem Schicksal.

Dann stellten wir unsere Instrumente - und uns dabei gleich mit - vor. Eine angenehme Vorstellungsrunde, spannend, abwechslungs- und nicht so wortreich!

Etwas ganz Besonderes, - sprechende Instrumente!

Und dann war ich dran! Mein Gott, welches Instrument hatte da auf mich gewartet. Ein Klang aus einer



Monochord

anderen Welt! Der Klang aller Klänge! Ich war überwältigt. Besonders auch noch später, als wir dann alle Monochorde gleichzeitig spielten und noch andere Instrumente dazukamen. Neben der klingli-

chen Erfahrung bekamen wir auch einige anschauliche Beispiele aus der therapeutischen Arbeit unserer Referentin vermittelt.

So erinnere ich mich besonders an den Patienten, der immer wollte, dass Frau Schönhals-Schlautd das Monochord mit ins Zimmer brachte und dort in die Ecke stellte. Er war nicht daran interessiert, selbst darauf zu spielen oder vorgespielt zu bekommen, aber er bestand darauf, dass das Instrument dabei war. „Da ist der heilige Klang drin“, antwortete er, darauf angesprochen.

Und genauso geht es mir.

In diesem „Klangraum“ kann die Disidentifizierung mit dem Körper geschehen.

„Wenn der Körper seine Grenzen verliert, wenn der Körper zur Auflösung kommt, wenn der Körper als Substanz verschwindet und nur noch Energie übrigbleibt, ein sehr feiner Rhythmus, dann hast du das Gefühl, als seiest du nicht.

Nun sind sie ein einziger Kreis, und sie vibrieren zusammen, sie pulsieren zusammen. Ihre Herzen sind nicht mehr voneinander getrennt, sie sind zu einer Melodie geworden, zu einer Harmonie. Es ist die höchste Musik, die möglich ist; alle andere Musik ist, verglichen damit, nur matt, nur ein schwacher Abglanz.“ (aus „Tantra: Die höchste Einsicht“ Osho).

Ich erinnere mich, dass es gerade über die entgrenzende Wirkung der Monochordmusik zu Differenzen hinsichtlich der Beurteilung kam und inwieweit der Therapeut seinem Klienten diese Erfahrung zumuten kann oder nicht.

Mir ist dabei klargeworden, dass ich gesegnet bin! Ich muss nicht therapeutisch arbeiten und mich mit Konzepten von Verantwortung und Ursache und Wirkung in therapeutischen Beziehungen beschäftigen. Ich darf einfach spielen und meiner inneren Stimme folgen. Und wenn diese Stimme sagt, nimm dein Ocean-Drum mit und setz' dich ans Bett eines Menschen und spiele bei ihm, dann folge ich. Während des gemeinsamen, absichtslosen Klangerlebnisses, achte ich natürlich auf jede verbale und nonverbale Botschaft. Und ich spiele solange, bis meine innere Stimme sagt, jetzt hör' wieder auf! Ich hab's ausprobiert und weil ich sowieso eine bin, die manchmal nicht so gerne viel redet, möchte ich auf jeden Fall ein

Monochord für mich selber haben. Ich freue mich schon darauf, dass im April 2003 ein Monochord-Baukurs als Fortbildung im Hospiz in Ulm stattfindet.



Ich bin froh, dass uns diese Fortbildung angeboten worden ist. So haben wir ein weiteres Instrument kennengelernt, mit dem wir mit Sterbenden und uns selbst in Kontakt treten können. Wir haben unser Repertoire erweitert und neue Saiten in uns zum Klingen gebracht.

Uschi-Nirupama Kober

IMPRESSUM

Redaktion

Renate Pursche, Dr. Christine Naupert, Ingeborg Brauchle, Wolfgang Müller

Fotos

Margaretha u. Thomas Zipplies (15), Elisabeth Breymaier (4), Margret Kopp (3), Rudolf Vogel (2), Dr. Christine Naupert (1)

Zeichnungen

Monika Guther

Gestaltung

Wolfgang Müller

Druck

digitaldruck.leibi.de

HERAUSGEBER

HOSPIZ UND SITZWACHE ULM e.V.

HOSPIZBÜRO

Zeitblomstraße 27

89073 Ulm Tel. 07 31 - 6 66 22

Geschäftsführung Tel. 07 31 - 6 02 62 73

Fax 07 31 - 6 02 51 52

e-mail: hospiz-ulm@t-online.de

<http://www.hospiz-ulm.de>

Träger des stationären

HOSPIZ AGATHE STREICHER

Zeitblomstraße 43 (im St. Anna-Stift)

Tel. 07 31 - 1 51 77 02

Fax 07 31 - 1 51 77 03

Erscheinungsweise: jährlich

Spendenkonto:

Sparkasse Ulm

BLZ 63050000

Konto-Nr. 286 783

Zeitdokumentation

In der Vereinbarung von HOSPIZ UND SITZWACHE ULM verpflichtet sich jeder Mitarbeitende, seine ehrenamtliche Arbeit zu dokumentieren. Wir haben hierfür einen Zeitdokumentationsbogen erstellt, der in folgende Bereiche unterteilt ist:

Begleitungen - ambulant/stationär/Sitzwachen

Hospiztreff

Supervision

Fortbildung

Öffentlichkeitsarbeit

Bürodienst/Sitzungen/Schreibarbeiten

Immer wieder werden wir von unseren ehrenamtlichen MitarbeiterInnen gefragt, ob diese Dokumentation denn wirklich erforderlich sei.

Wir erhalten als Verein von unterschiedlichen Seiten finanzielle Unterstützung, ohne die wir nicht arbeiten könnten: Stadt Ulm, Landkreis Neu-Ulm, Kirchen, Uni-Klinik, private Sponsoren, Spender.

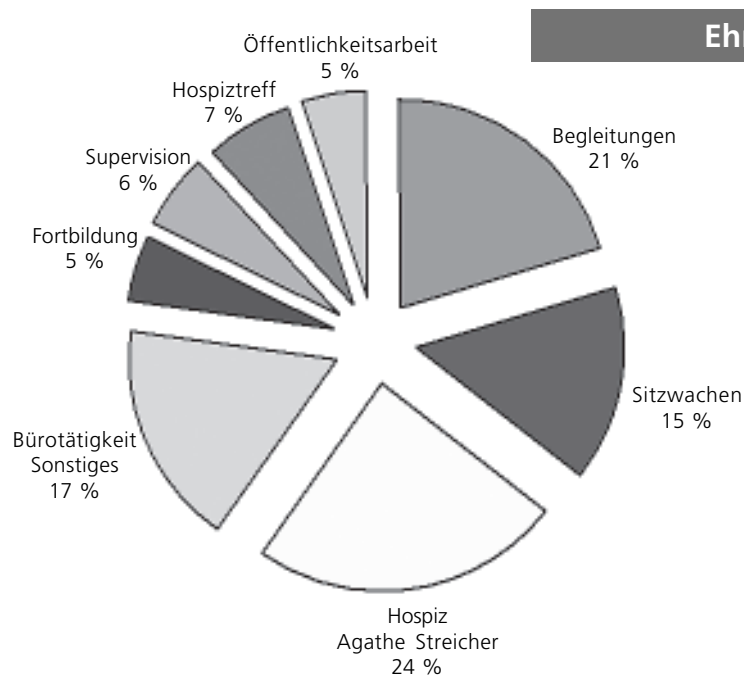
All den Menschen und Institutionen, die uns und unserer Arbeit wohlgesonnen sind, wollen wir jederzeit nachweisen können, wieviele ehrenamtliche Stunden wir im Jahr leisten.

Neben dem Nachweis gegenüber unseren Geldgebern kann es auch für jeden einzelnen von uns interessant sein, zu sehen, wieviele Stunden dem Verein zur Verfügung gestellt werden. Dies ist oft mehr Zeit als man eigentlich denkt!

Seit 2002 werden wir auch durch die Krankenkassen für ambulante Begleitungen bezuschusst (§39a SGB). Voraussetzung für die Antragsstellung ist u.a. eine ordnungsgemäße Dokumentation der geleisteten Stunden.

Eine korrekte Dokumentation aller Aufgaben eines sozialen Dienstes ist als Existenzgrundlage und Argumentationshilfe unerlässlich!

Andrea Müller-Götz
Koordinatorin



Ehrenamtliche Stunden 2002

Begleitungen	2203,00 Std
Sitzwachen	1599,50 Std
Hospiz Agathe Streicher	2556,50 Std
Bürotätigkeit / Sonstiges	1859,00 Std
Fortbildung	556,00 Std
Supervision	626,00 Std
Hospiztreff	754,75 Std
Öffentlichkeitsarbeit	522,50 Std
Gesamtstunden	10 677,25 Std

TODESNÄHE
ALS WANDLUNG
UND LETZTE
REIFUNG

Mit sehr persönlichen Erwartungen ging ich zum Vortrag von Frau Dr. Monika Renz am 15. November 2002 im Haus der Begegnung.

Sechs Punkte habe ich dabei für die Sterbebegleitung als hilfreich empfunden.

Bei der Sterbebegleitung ist es wichtig, am Bett schwerstkranker Menschen auszuharren, Stunde um Stunde in der Stille verbunden, in der Zeit keine Rolle spielt, nur die Aufmerksamkeit in Liebe für den anderen.

„Selbst eine Lösung finden“. Dies erfordert Mut und kann nur gelingen nach langer Beobachtung und Vertrautheit, wenn man das Gefühl hat, der Sterbende hat noch etwas zu bereinigen, was nicht „aufgeräumt“ ist.

Der Sterbeprozess durchläuft nach Frau Dr. Renz die drei Phasen „vor - durch - danach“.

„vor“: Der Kranke ist von Ängsten geplagt.

„durch“: Der Sterbende durchlebt eine schmerzhafteste Krise.

„danach“: Befreiung, der sterbende Mensch ist bereit, den Tod anzunehmen.

„In den letzten Stunden gelebtes oder verpasstes Leben“.

Bis zum letzten Atemzug hat der Mensch noch die Chance für ein geglücktes Leben, in Frieden sterben zu können, seine letzte Energie ins Positive zu wandeln und Kräfte zu mobilisieren, um Antworten zu finden auf ungelöste Konflikte mit sich selbst.

Die Fallbeschreibung einer schwerkranken Patientin: Sie lag im Bett und hatte Schmerzen, war dabei aber erstaunlich ruhig und präsent, mit einem verklärten Gesicht. Nach langen Stunden fiel Monika Renz zu diesem Zustand ein biblischer Ausdruck ein, den sie nach einigem Zögern der Frau sagte: „Ich glaube, Sie „preisen“. Die Frau schaute sie strahlend an und antwortete: „Ja, ich preise!“ Sie fühlte sich in ihrem spirituellen Erleben verstanden und ging so ihrer letzten Stunde entgegen in einer Grenzerfahrung Gottes.

In diesem Moment erhielt ich die Antwort auf den Zustand meiner gelähmten Mutter: Auch sie preist Gott.

Der wunderbare Schlusspunkt des Abends war die Aussage: „Die Ernte ist eingebracht, das Fest des Lebens kann beginnen. Schalom!“

Pia Heisler



ein Segen

den eine junge Frau, die in der Zwischenzeit an Krebs verstorben ist, ihrem Mann als eine wichtige Erfahrung für viele hinterlassen hat.

Gesegnet seien alle,
die mir jetzt nicht ausweichen.
Dankbar bin ich für jeden,
der mir einmal zulächelt
und mir seine Hand reicht,
wenn ich mich verlassen fühle.

Gesegnet seien die,
die mich immer noch besuchen,
obwohl sie Angst haben,
etwas Falsches zu sagen.

Gesegnet seien alle,
die mir erlauben,
von den Verstorbenen zu sprechen.
Ich möchte meine Erinnerungen
nicht totsichweigen.
Ich suche Menschen,
denen ich mitteilen kann,
was mich bewegt.

Gesegnet seien alle,
die mir zuhören,
auch wenn das,
was ich zu sagen habe,
sehr schwer zu ertragen ist.

Gesegnet seien alle,
die mich nicht ändern wollen,
sondern geduldig so annehmen,
wie ich jetzt bin.

Gesegnet seien alle,
die mich trösten
und mir zusichern,
dass Gott mich nicht verlassen hat,
dass ER mich nicht verlassen wird.

ABSCHIED

Heute ist die Beerdigung von Frau M. und ich möchte hier auf dem Friedhof unter vielen Menschen ganz für mich alleine von ihr Abschied nehmen.

Meine Gedanken wandern zurück...

Vor etwa vier Monaten habe ich Frau M. das erste Mal besucht. Sie hatte im Hospizbüro angerufen und um eine Begleitung für sich selbst gebeten.

Ich lernte eine mutige, offene und liebevolle Frau kennen, die trotz schwerer Krankheit einen fröhlichen und ausgeglichenen Eindruck auf mich machte.

Sie erzählte mir, sie habe kaum noch Angehörige, dafür viele Freunde, Bekannte und gute Nachbarn, aber sie brauche jetzt einen Menschen zum Reden, der ihr Sterben annehmen könne und der den Mut habe, sie auf ihrem letzten Weg zu begleiten.

Angst vor dem Sterben habe sie eigentlich keine, sie sei voller Gottvertrauen.

Schon nach dem ersten Besuch war ich sehr beeindruckt von dieser Frau, sie strahlte etwas aus, was man vielleicht als „Würde“ bezeichnen könnte.

Sie erzählte mir, ihre Zeit sei nach Aussage der Ärzte eigentlich schon abgelaufen, sie habe sich aber vorgenommen, auf jeden Fall ihren 80. Geburtstag noch zu erleben und auch zu feiern.

Erlebt hat sie ihn noch, aber nach feiern war ihr nicht mehr so recht zumute. Sie hatte keine Kraft mehr, aber jammern und klagen war nicht ihr Stil – sie hatte ihre Krankheit angenommen, ihr ganz persönliches Schicksal.

Wir hatten wunderbare Stunden mit vielen Gesprächen, dabei aber auch stille und schwere Augenblicke, wir weinten und lachten zusammen. Sie nahm mich in ihren Erzählungen mit in ihre Vergangenheit, liess mich teilhaben an lustigen und schmerzvollen Erinnerungen und bei jedem Besuch verabschiedete sie mich mit den Worten „Behüt’ Sie Gott“. Seit meiner Kindheit hat das niemand mehr zu mir gesagt und ich empfund es jedes Mal als ein besonderes Geschenk.

Ich denke jetzt an den letzten Besuch, die letzte Umarmung – ich war schon an der Türe – da rief sie mich noch mal zurück und sagte leise „Behüt’ Sie Gott“. Das werde ich so schnell nicht vergessen und vielleicht wird es auch nie mehr jemand zu mir sagen.

Noch etwas ist mir in diesem Augenblick ganz bewusst geworden – sie hat mir sehr viel mehr gegeben, als ich ihr geben konnte.

Jetzt stehe ich hier an ihrem Grab – alleine – „Behüt’ Sie Gott, Frau M.“.

Gerti Schmid

