

HOSPITZ UND SITZWACHE ULM

Begleitung Sterbender und ihrer Angehörigen e.V.

wir bauen ein
**NEUES
HOSPITZ**

Rundbrief 15 2007



INHALTSVERZEICHNIS**SEITE**

Editorial	2
Es fehlt an allen Ecken und Enden	3
Grußwort	4
Ein Hospiz-Haus in Ulm	5
Im ambulanten Kinderhospizdienst	7
Berührung in der Begleitung Sterbender	9
Frau Markmiller	11
Trauerarbeit	12
Mein Weg zum Trauercafé	13
Wird dir das nicht zuviel	14
Wärme und Liebe geben	16
Den Tagen mehr Leben geben	18
Der Bekanntheitsgrad von Hospiz und Sitzwache Ulm	20
Zahlenrückblick 2006	22
Impressum	22
Aus der Arbeit des Vorstandes	23
Der Tod ist nichts	24

Umschlaggestaltung
Wolfgang Müller

EDITORIAL

Den Kopf in den Wolken, die Füße fest auf dem Boden - so könnte man das Titelbild des neuen Hospiz- Rundbriefes verstehen...

WIR BAUEN EIN NEUES HOSPIZ!

Das ist eine Vision, die uns schon geraume Zeit beschäftigt und die immer konkretere Formen annimmt.

Gerne würden wir Ihnen schon Baupläne und Fotos zeigen, aber so weit sind wir noch nicht. Ein Wolkenkuckucksheim wird das neue Hospiz aber bestimmt nicht sein!

Jedem Besucher, der in „die Agathe“ kommt, fällt auf, dass die Räume einfach zu klein geworden sind. Und es ist schwer, jemanden nicht aufnehmen zu können, weil kein Zimmer frei ist...

So freuen wir uns schon jetzt darauf, in ein neues, größeres, vielseitiges Haus zu ziehen, das auch für Büros, Gruppen- und Begegnungsräume Platz bieten wird.

Sie bekommen mit diesem Rundbrief wieder Einblick in die verschiedenen Formen der Hospiz- Arbeit in Ulm.

Wir freuen uns über Interesse, Fragen und Anregung und danken für jede Form der Unterstützung.

*Dorothea Kleinknecht
für das Redaktionsteam*

ES FEHLT

AN ALLEN ECKEN UND ENDEN

„Seid ihr jetzt pleite oder nicht? Ihr müsst doch wohl nicht zumachen?“ Diese Frage wurde uns nach dem Erscheinen des von Herrn Dr. Hartung angeregten Artikels von Chirin Kolb in der SWP vom 01.02.2007 häufig gestellt.

Dieser Artikel hat viel Gutes bewirkt.

Er hat bewirkt, dass die Ulmer Bürger sich für ihr Hospiz ausgesprochen haben. Wir haben viele, viele große und kleine Spenden erhalten und fühlen die Solidarität aus der Bürgerschaft. Gleichzeitig hat es uns gezeigt, dass das Wissen um die Bedeutung der Hospizarbeit in Ulm fest verankert und geschätzt ist. Auf einmal ist eine ernsthafte Diskussion darüber entstanden, wie das bei allen Hospizen jährlich zu erwartende Defizit besser auf mehrere Schultern verteilt werden könne. Für diese Entwicklung sind wir dem Vorsitzenden und allen Mitgliedern des Fördervereins sehr dankbar, denn sie unterstützen uns ebenfalls bei der Herausforderung, den jährlichen Abmangel – wie in den vergangenen sechs Jahren - verantwortlich zu tragen. Wir sind sehr froh, dass wir für das Alltagsgeschäft diese Unterstützung bekommen und können uns nun mit geballter Kraft unserer Aufgabe für die Zukunft zuwenden: Wir wollen ein Ulmer Hospizhaus bauen.

Herzlichst,



Ihre Gräfin Reuttner

Liebe Mitglieder,
liebe Mitarbeitende,
liebe Förderer und
Freunde der Hospizarbeit





Ivo Gönner
Oberbürgermeister

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Ivo Gönner', written in a cursive style.

Seit Jahren kümmern sich Hospiz und Sitzwache Ulm im Hospiz Agathe Streicher oder auch zuhause bei den Patienten um die Begleitung Sterbender und ihrer Angehörigen in unserer Stadt. Die Helferinnen und Helfer leisten als Ehrenamtliche eine Arbeit, die vielen von uns sehr schwer fallen würde, die aber zu tun unsere Gesellschaft erst zu einer wahrhaft menschlichen, ja zu

einer lebenswerten Gesellschaft macht: Zu einem menschenwürdigen Leben gehört auch ein Abschiednehmen, ein Sterben in Würde, das heißt in einer Umgebung, in der sich der Sterbende und seine Angehörigen behütet und geborgen fühlen können.

Aus sehr kleinen Anfängen ist inzwischen ein „ansehnlicher“ Verein geworden – dies nicht zuletzt auch deshalb, weil seine Arbeit wichtig ist, gebraucht wird und immer wichtiger wird. Der Verein hat sich daher zu einem Neubau entschlossen, ein Vorhaben, das die Stadt nach Kräften unterstützt. Dieses Vorhaben aber ist nicht alleine zu stemmen, es kann nur gelingen, wenn sich viele Unterstützer und Förderer finden. Wer schon bisher die Arbeit des Hospiz-Vereins gut und sinnvoll fand, hat hier eine gute Gelegenheit, seine Unterstützung – nicht zuletzt auch über den Förderverein Hospiz Agathe Streicher- zu zeigen und damit auch seine Anerkennung für die bisher geleistete Arbeit deutlich zu machen.

EIN HOSPIZ HAUS IN ULM



NICHTS AUF DER WELT IST SO MÄCHTIG, WIE EINE IDEE, DEREN ZEIT GEKOMMEN IST.

Victor Hugo

Die Hospizarbeit in Ulm ist eine Erfolgsgeschichte – so ein Zitat des Vorsitzenden des Fördervereins Herrn Dr. Hartung aus der jüngsten Vergangenheit. Dies ist aber nicht nur in Ulm so. Weit verbreitet ist die Diskussion über Selbstbestimmung am Lebensende, über ein Sterben in Würde und über die Möglichkeit, durch eine Patientenverfügung die eigenen Wünsche bezüglich der letzten Lebensphase festzulegen. Sterben und Tod, über lange Zeit ein Tabu, wird in der Gesellschaft wieder zu einem Thema. Die rasante Entwicklung der Palliativmedizin in den letzten Jahren und nicht zuletzt der Blick auf die demografische Entwicklung unserer Gesellschaft machen es zwingend erforderlich in die Zukunft zu denken.

Entwickelt haben sich aus dem ambulanten Hospizdienst, der das Herzstück unserer Arbeit ausmacht, die Sitzwachen, das stationäre Hospiz und der ambulante Kinderhospizdienst. Auch die Trauerbegleitung hat in den letzten beiden Jahren Angebote, die sehr gut angenommen werden, entwickelt. In allen Bereichen arbeiten Haupt- und Ehrenamtliche mit größtem persönlichem Engagement, Achtung vor dem Leben und Respekt vor den Menschen, Hand in Hand.

Um diese wichtigen Aufgaben verantwortlich wahrzunehmen, sind entsprechende Rahmenbedingungen erforderlich. Dies trifft für unsere gegenwärtige Situation leider nicht zu.

Diese Entwicklung einerseits und die gestiegene Nachfrage andererseits haben zur Folge, dass wir räumlich und auch psychisch an unsere Grenzen gekommen sind. Es ist beispielsweise weder für einen Gast im stationären Hospiz noch für die Mitarbeiterinnen zumutbar, dass dort unser Lagerraum für Notfälle in ein Patientenzimmer umgewandelt werden muss und die Verbrauchsmaterialien dann im Wohnzimmer aufbewahrt werden. Die psychisch sehr belastende Arbeit der Schwestern wird dadurch erschwert, dass kein geschützter Raum für persönliche Gespräche mit den Angehörigen oder für eine notwendige Verschnaufpause vorhanden ist. Auch im ambulanten Hospiz herrscht große Raumnot: Wenn sich zwei bis drei Mitarbeiterinnen jeweils einen Raum teilen, ist ein sensibles Telefonat oder Beratungsgespräch mit unseren Ratsuchenden nur bedingt möglich. Durch den hohen Publikumsverkehr und die zahlreichen telefonischen Anfragen herrscht oft eine gewisse Hektik, die dabei immer störend ist. Zu Irritationen



Für den Hospizneubau nahmen Schatzmeisterin Sigrid Markmiller und Claudia Schumann, von der „Aktion 100 000“ und „Ulmer hilft“ einen Spendscheck in Höhe von 55.000,- Euro entgegen. Chefredakteur Jörg Bischoff, die beiden Aktionsleiter Karl Bacherle und Wolfgang Hitzler und Oberbürgermeister Ivo Gönner gratulierten.

führt auch häufig, dass unsere Einrichtung auf zwei Standorte aufgeteilt ist. So landen Menschen im stationären Hospiz, die eigentlich eine Unterstützung bei der Erstellung ihrer Patientenverfügung suchen, und ins Büro kommen diejenigen, die einen Gast im stationären Hospiz besuchen möchten.

Alles in allem sprengt der Ausbau der Hospizangebote unseren aktuellen Stand und wir gehen davon aus, dass die Entwicklung auf dem Hospiz- und Palliativsektor noch lange nicht abgeschlossen ist. Um hier zukunftsorientiert zu planen, müssen schon jetzt die Weichen gestellt werden.

Seit Jahren ist unser Vorstand dabei, Überlegungen anzustellen, wie diese Situation entzerrt werden könnte und wie ein bürgernahes Konzept für die Hospizarbeit in Ulm zukünftig aussehen kann. Sinnvollerweise sollen alle Angebote des Hospizvereins auch an einem und demselben Ort zu finden sein.

Erste Priorität ist es, dass die Menschen, die unsere Dienste in Anspruch nehmen möchten, bequem Zugang finden, um die Unterstützung zu erfahren, die sie benötigen. Ist es nicht schon schwer genug in einer Lebenssituation wie dieser um Rat zu fragen?

Nun scheint sich eine Lösung abzuzeichnen. Die Möglichkeit, mit großer Unterstützung der Stadt Ulm ein

Hospizhaus zu bauen, rückt in greifbare Nähe. Wenn der Verein Hospiz und Sitzwache Ulm e. V. imstande ist, ein Eigenkapital von mindestens einer Million Euro aufzubringen, kann unser Vorhaben in die Tat umgesetzt werden werden. Die ersten Grundsteine sind gelegt. Die Aktion 100.000 der Südwestpresse und eine Großspende der Firma Noerpel und Schneider, sowie bereits eingegangene großzügige Spenden von Einzelpersonen ermutigen uns diesen großen Schritt zu wagen. Und wie jede Entwicklung auf diesem Gebiet wäre auch ein Hospizhaus für Ulm undenkbar ohne den vielseitigen Einsatz der ehrenamtlichen und hauptamtlichen Kräfte, die gemeinsam an diesem Ziel arbeiten und die großzügige Unterstützung durch die Bürgerschaft, die Verwaltungen, durch Firmen und Stiftungen.

Danke an alle und für alles.

Claudia Schumann
Geschäftsführerin
von Hospiz und
Sitzwache Ulm e.V.



ANJA STARIC
EHRENAMTLICH
IM AMBULANTEN
KINDERHOSPIZDIENST



**BERICHT VOM ERSTBESUCH BEI FRAU K.
IM NOVEMBER 2004**

von Maria Pohlmann (Einsatzleitung)

Bei meinem ersten Hausbesuch lerne ich Frau K. und ihren Sohn kennen, der heute, wie sie sagt, nicht gut drauf sei. Moritz liegt in einem weich ausgepolsterten Raum und ist sehr unruhig. Er versteife immer mehr, sagt Frau K.

Sie berichtet bei einer Tasse Kaffee über die Erkrankung von Moritz und zeigt uns Bilder von früher. Die Krankheit brach bei Moritz nach seinem 3. Geburtstag aus. Er hat eine sehr seltene genetisch bedingte Stoffwechselerkrankung. Hinzu kommen epileptische Anfälle.

Frau K. wünscht sich eine Begleiterin, die mit Moritz spazieren geht oder bei ihm bleibt, während sie Erledigungen macht.

Sie wünscht sich eine Frau die auch ein Kind hat im Alter von Moritz. Frau K. ist allein erziehend.

ERFAHRUNGSBERICHT

von Anja Staric

Liebe Anja, wie und wann kam es denn zu deiner Begleitung bei Moritz?

Am 26. November 2004 besuchte ich Familie K. zum ersten Mal, d.h. ich kenne Moritz und seine Mutter jetzt seit 2 Jahren. Moritz war damals 6 Jahre alt. Frau

K. zeigte mir Videos aus seiner Kleinkinderzeit – sie zeigten ein gesundes und munteres Kind. Bis zum Alter von 3 Jahren ahnte niemand, dass Moritz krank war. Doch dann stellten sich immer wieder epileptische Anfälle ein. Frau K. hat viele Ärzte konsultiert und es war eine lange Odyssee für Mutter und Kind bis klar war, welches die Ursache von Moritz Erkrankung ist.

Nach diesem ersten Besuch meinte Frau K.: „Bei uns beiden stimmt die Chemie! Ich habe ein gutes Gefühl.“

Wie oft besuchst du Moritz und wie geht es ihm zur Zeit?

In Absprache mit der Mutter besuche ich ihn regelmäßig einmal die Woche für ca. 2 Stunden. Meine erste Frage ist jedes Mal: Wie ist es Moritz letzte Woche ergangen?

Seit seinem dritten Lebensjahr geht seine Entwicklung zurück. Da er inzwischen spastisch gelähmt ist hat er keine Kontrolle mehr über seine Muskeln und kann sich kaum mehr bewegen. Er schläft viel. Er ist stark verschleimt und muss häufig abgesaugt werden. Seit ca. 2 Jahren wird er nur noch über eine Sonde ernährt.

Anja, für wen bist du da und wie verbringst du die Zeit mit Moritz?

Der Wunsch der Mutter war von Anfang an, dass ich für ihren Sohn da sein soll. Seit ich Moritz kenne ist er blind, doch er reagiert auf Geräusche. Ich lese vor und am Anfang hat er noch über Witze in einem Buch gelacht. Klangspiele hat er sehr gerne wie auch Massagen und Beten an seinem Bett. Es ist gut, dass ich Moritz schon so lange kenne, so konnte eine gemeinsame Beziehung wachsen.

Es ergeben sich natürlich auch Gespräche mit der Mutter. Da Moritz jetzt vermehrt schläft wenn ich da bin, kommt auch schon mal die Mutter ins Zimmer und wir reden zusammen.

Was sind eure Themen?

Mit der Mutter spreche ich über ihren Sohn Moritz und erzähle ihr gelegentlich von dem schwer behinderten Sohn meines Partners. Zwischendurch entstehen Gespräche über ihre eigenen Sorgen, Gedanken, Ängste und Hoffnungen, über die Beziehung zu ihren Eltern und Geschwistern.

Machst du mit Moritz auch Unternehmungen oder Ausflüge?

Das geht leider nicht mehr.

Was gibt es sonst noch für Unterstützungen für die Familie?

- Regelmäßig Krankengymnastik
- Eine Lehrerin von der Bodenschwinghschule kommt einmal die Woche nach Hause, da Moritz schulpflichtig ist.
- Kinderpflegedienst Paulinchen

Hast du Ansprechpartnerinnen im Hospiz?

Ja, wir haben als Begleiterinnen immer eine Ansprechpartnerin die für uns zuständig ist. Wir können uns auch immer an die 2 Koordinatorinnen wenden, wenn wir Fragen haben.

Wie sorgst du selbst gut für dich?

Ich gehe regelmäßig zu den Gruppensupervisionstreffen, die uns vom Hospizverein angeboten werden. Hier kann ich meine Fragen, Bedenken und Sorgen einbringen und gemeinsam mit den anderen reflektieren. Eine gute eigene Unterstützung für mich finde ich in Meditationen und Gebeten.

Ich Sorge schon im Moment der Begleitung gut für mich, sonst kann ich für Moritz nichts Gutes tun. Für ihn gibt es kein Morgen oder Gestern – es gibt nur den Augenblick: diesen Augenblick! Die Besuche erlebe ich wie bei einem Freund. Ich bin dankbar, dass ich in dieser Familie sein darf. Die Atmosphäre in Moritz Zimmer ist sehr friedlich. Ich glaube er hadert nicht mit seinem Schicksal - das macht es mir leichter.

Was hast du selbst für Erfahrungen mit Kindern und Jugendlichen?

Ich war selber für 6 Jahre als Tagesmutter tätig und bin Mutter von einem Sohn. Mein Freund hat einen behinderten Sohn, den ich ebenfalls sehr intensiv erlebe.

In meiner Arbeit als Heilpraktikerin habe ich schon sehr viele kranke Kinder behandelt.

Was sind wichtige Aspekte für dich?

Wichtige Gedanken bei einer Begleitung von Kindern bzw. Jugendlichen sind für mich:

- Wie gehe ich selber damit um, ein Kind sterben zu sehen?
- Das Sterben steht jedes Mal wieder neu im Raum!
- Was kann ich heute für das Kind tun, was braucht es in diesem Augenblick?
- Die Beziehung ist ein gegenseitiges Geben und Nehmen!
- Es ist ein Geschenk – ich bin dankbar dafür!

Liebe Anja, vielen Dank für dieses intensive Gespräch. Ich denke, du konntest uns durch deine Antworten die Begleitung bei der Familie mit einem schwerkranken Kind näher bringen.

Auch möchte ich mich bei Moritz und seiner Mutter ganz herzlich bedanken, dass wir diesen Artikel in unserer Zeitung veröffentlichen dürfen.

Andrea Müller-Götz
(Dipl. Soz.Päd.)
Koordinatorin



BERÜHRUNG IN DER BEGLEITUNG STERBENDER

VON OKKA JANSSEN

In jeder Berührung drückt sich die Beziehung zwischen Berührtem und Berührendem aus. Wer auf freundliche, zugewandte Weise berührt wird, spürt, dass er wertgeschätzt wird. Wertschätzung erzeugt Selbstvertrauen und Wohlbefinden. In der Berührung eines anderen Menschen berühren wir nie nur die Haut oder nur den Körper. Der Körper eines Menschen ist nicht nur ein Körper im anatomischen Sinn. Der Körper eines Menschen drückt immer den Menschen in seiner Ganzheit aus, seine Persönlichkeit, seine Befindlichkeit und alle Erfahrungen, die er bislang in seinem Leben gemacht hat. So berühren wir auch immer den ganzen Menschen, auf allen Ebenen und mit seiner ganzen Geschichte.

Menschen reagieren sehr unterschiedlich auf körperliche Nähe. Manche fließen bei angenehmer körperlicher Berührung geradezu dahin, andere mögen gar nicht angefasst werden. Um einen anderen Menschen, einen Sterbenden, in guter Weise zu berühren, ist es wertvoll zu wissen, ob dieser berührt werden mag und welche Arten von Berührung er genießen kann. Gern berührt zu werden, wie auch die Vorliebe für bestimmte Berührungen, hängen u.a. davon ab, welche Erfahrungen ein Mensch im Laufe seines Lebens mit körperlicher Berührung gemacht hat. So kann er aus einer Familie stammen, in der viel und liebevoll berührt wurde. Er kann aber auch z. B. körperlichen Missbrauch erfahren haben. Begleiter wissen um diese Erfahrungen der Sterbenden häufig nicht.

Um herauszufinden ob und welche Berührung ein Mensch mag, ist es am einfachsten, danach zu fragen. Das

fällt in vielen Situationen nicht leicht (lässt sich aber üben). Zudem sind viele Sterbende nicht mehr in der Lage, ihre Grenzen verbal zu äußern. Dennoch sind diese wahrnehmbar.

So können zustimmende Reaktionen auf Berührung sein:

- *ein tiefer Atemzug oder ein Seufzer,*
- *Vertiefung der Atmung,*
- *eine geballte Faust, die sich öffnet,*
- *Entspannung, z. B. Arme oder Beine öffnen sich,*
- *einschlafen,*
- *Feuchtworden der Augen zusammen mit körperlicher Entspannung,*
- *das Absinken des Unterkiefers.*

Ablehnende Reaktionen auf Berührung können sein:

- *den Körper / die Augen wegrehen,*
- *Stocken der Atmung,*
- *Fäuste ballen,*
- *Lippen oder Kiefer anspannen,*
- *Gesichtsgrimassen,*
- *zurückschrecken.*

Die körperliche Berührung eines Sterbenden ist nicht richtig, wenn dieser die Berührung nicht mag oder sie ihm nicht gut tut. Sie ist auch nicht richtig, wenn der Berührende sich dabei nicht wohl fühlt. Berührung setzt Nähe voraus. Deshalb ist es für den Begleitenden eine wesentliche Voraussetzung, sich darüber klar zu werden, wieviel Nähe er in der Begleitung eines anderen, häufig fremden Menschen zulassen mag. Berührt jemand einen anderen mit Abscheu, weil er ihm vielleicht unsympathisch ist oder er ihn z. B. in der körperlichen Nähe nicht riechen mag, so ist niemandem mit einer Berührung gedient.

Es ist nicht wichtig, in der Begleitung eines anderen möglichst offen zu sein, möglichst viel zu geben, möglichst viel und tief zu berühren. Viel wichtiger ist es, sich im eigenen Vermögen, für einen Anderen da zu sein, ehrlich zu zeigen. Wichtig ist es, sich dereigenen Grenzen bewusst zu werden. Jemandem mit Achtung zu begegnen heißt zuallererst, die eigenen Grenzen zu akzeptieren und nur mit dem auf einen anderen Menschen zuzugehen, was man ihm im Moment darbringen kann und will.

Um einen Sterbenden auf gute Weise zu berühren, sollte man sich der jeweiligen Situation wie auch der möglicherweise veränderten Wahrnehmungsfähigkeit des Sterbenden bewusst sein. Für eine wohltuende Berührung Sterbender können die folgenden Grundsätze eine Leitlinie sein:

Um Sterbende in guter Weise berühren zu können ist das eigene Interesse an Berührung, das eigene Vermögen, auf andere Menschen auch mit körperlicher Berührung zuzugehen, die erste und wichtigste Voraussetzung.

Wichtig ist die innere Bereitschaft des Begleitenden, für die jeweilige Situation offen zu sein und bei dem, was passiert, präsent zu bleiben.

Es ist wichtig, die eigenen Grenzen wahrzunehmen und sie nicht zu überschreiten. Man sollte nichts tun, was man nicht wirklich tun möchte und als Berührender darauf achten, dass man sich immer wohl und sicher fühlt.

Die Art der Berührung eines Sterbenden ergibt sich aus seinen Bedürfnissen und dem körperlichen und psychischen Zustand, in dem er sich befindet.

Die äußeren Umstände sollten für längere Berührungen oder kleine Massagen ruhig und einladend sein, der Raum sollte warm sein.

Punktuelle Berührungen, oberflächlich streifende Berührungen, abgehackte und fliehende Berührungen sind zu vermeiden.

Bei der Berührung sollten die eigenen Hände warm sein.

Berührungen sollten eindeutig (z.B. mit ganzer Handfläche) beginnen und enden und mit nahezu konstantem Druck ausgeführt werden.

Bei häufigem Berühren ist es gut, die Berührung ritualisiert zu beginnen und zu beenden (z. B. ruhiges Handhalten - leichte Armmassage - ruhiges Handhalten).

Die Berührung Sterbender ist jedes Mal anders. Sie wird immer von der gegebenen Situation und der Befindlichkeit der beiden Beteiligten, dem Sterbenden und demjenigen, der berührt, bestimmt. Wohltuende, körperliche Berührung kann aus einem einfachen Handauflegen bestehen, sie kann aber auch eine Massage eines einzelnen Körperteils oder des ganzen Körpers sein. Es kann Sterbenden gut tun, einfach mit der Hand berührt zu werden; es ist aber auch möglich, Hilfsmittel zu benutzen, wie z.B. weiche Stoffe, Öle, Lotionen oder Puder.

Es ist in der Berührung Sterbender nicht notwendig, bestimmte Techniken (Massage, rhythmisches Einreiben o.ä.) anzuwenden. Die Berührung sollte weniger aus den Händen als vielmehr aus dem Herzen kommen.

Meine Motivation für die Erarbeitung des Artikels BERÜHRUNG IN DER BEGLEITUNG STERBENDER

Im Thema meines Artikels treffen sich zwei meiner Herzensanliegen:

Zum einen berühre ich leidenschaftlich gern. Berührung ist ein Genuss. Und sie ist ein sehr direkter Zugang zu einem anderen Menschen. Der Körper kennt keine Masken – es wird in der Berührung schnell und sehr deutlich, welche Art Kontakt zwischen zwei Menschen möglich ist; wer ich dabei bin und wer mein Gegenüber ist.

Zum anderen ist es mir wichtig dazu beizutragen, den Umgang mit den Themen Sterben, Tod und Trauer, mit sterbenden Menschen in unserem Kulturkreis weiter zu entwickeln. Ich möchte selbst in der Beschäftigung mit diesen Themen weiter wachsen. Deshalb arbeite ich in der Hospizbewegung mit.

Berührung ist ein starkes und wichtiges Instrument in der Begleitung Sterbender. Durch meinen Artikel, der beide Themen miteinander verknüpft, gebe ich meine Erfahrungen und Gedanken zum Thema „Berührung“ in die Hospizbewegung ein. Ich hoffe damit andere zu ermutigen, Berührung und damit Begegnung zu wagen.



Okka Janssen,

geb. 1961,

bis 2001 als Gartenarchitektin tätig,

bis 2002 Ausbildung in Esalen Massage, Fußreflexzonen- und Sportmassage, seitdem frei- und nebenberuflich in eigener Praxis massierend, 1999/2000 Ausbildung zur Sterbebegleiterin im Hospizverein Oldesloe und Umgebung e.V., später Ausbildung

in Trauerbegleitung, seitdem für den Verein wie auch im persönlichen Umfeld Sterbe- und Trauerbegleitungen, seit 2004 zusammen mit einer Kollegin leitend in der Ausbildung ehrenamtlicher SterbebegleiterInnen im Oldesloer Hospizverein,

Vorträge und Seminare zum Thema „Berührung in der Begleitung Sterbender“,

seit 2003 hauptberuflich tätig in der Sozialtherapie mit seelenpflegebedürftigen Erwachsenen.

WIR SIND STOLZ AUF UNSERE **FRAU MARKMILLER**

Sie ist eine ungewöhnliche Frau.

In einer Zeit, als solche Lebensentwürfe noch in weiter Zukunft lagen, führte sie das Leben einer modernen Frau, indem sie den Anforderungen von Beruf und Familie gerecht werden musste. 47 Jahre lang war sie berufstätig in der Firma Nonnenmacher und Mehl. Sie nahm in Angriff, was die Stunde erforderte und als ihr Mann starb übernahm sie die Leitung der Firma. Das war eine große Herausforderung, hatte sie doch die Verantwortung für den Betrieb und die 96 Mitarbeiter allein zu tragen.

Für die Kinder war das starke berufliche Engagement beider Eltern mit manchem Verzicht verbunden, und so stand für die Tochter und den Sohn fest: „So viel arbeiten wie Papa und Mama werden wir einmal nicht!“ Heute haben beide ein eigenes Geschäft, und wenn die Mutter fragt, was sie denn so machen, dann kommt die lapidare Antwort: „schaffe“.

Selbstverwirklichung bedeutet für Frau Markmiller persönlich, die Gaben, die Gott in ihr angelegt hat, auszubilden und zu benützen, auch in gesellschaftlicher Verantwortung.

Dieser zeitlebens aktiven und engagierten Frau wollte es nicht gefallen, den Ruhestand im Lehnstuhl zu verbringen, und so wechselte sie nahtlos in den Unruhestand über und vertauschte den Chefsessel mit dem Sessel im Hospizbüro. Dort trifft man sie häufig an, und freundlich distinguiert reagiert sie schell und kompetent auf Probleme, die an sie herangetragen werden.

Als Schatzmeisterin des Hospizes und der Sitzwache Ulm gehört sie dem Vorstand an. Außerdem ist sie tätig im Vorstand der Landesarbeitsgemeinschaft der Hospize in Baden-Württemberg, auch hier als Schatzmeisterin. Ihr unternehmerisches Können und ihre Fähigkeit, die Hospize im Südwesten in der Öffentlichkeit engagiert und intelligent zu vertreten, sind ein großer Gewinn für die Hospizbewegung.

Für ihren beispielgebenden ehrenamtlichen Einsatz, vor allem in der IHK und dem Unternehmerverband, erhielt sie im Dezember 2006 das Bundesverdienstkreuz.

Wir sind stolz auf unsere Frau Markmiller.

Gisela Stemshorn



Von links nach rechts: Frau Sigrid Markmiller. Verleihung des Bundesverdienstkreuzes durch die bayerische Justizministerin Dr. Beate Merk. Nach der Verleihung, (von links) Neu-Ulms Oberbürgermeister Gerold Noerenberg, Regierungspräsident des Regierungsbezirks Schwaben/Augsburg Ludwig Schmid, Frau Sigrid Markmiller, Justizministerin Dr. Beate Merk.

*Man sagt mir,
 ich solle es nicht so schwer nehmen.
 Man sagt mir,
 das Leben ginge weiter.
 Man sagt mir,
 jeder müsste lernen,
 Verluste zu überwinden.
 Man sagt mir,
 jede Prüfung des Lebens
 brächte mich weiter.
 Man sagt mir,
 die Zeit lässt jeden Schmerz vergehen.
 Aber
 hier und jetzt bin ich allein!
 Lasst mich nicht alleine
 in diesen Abgrund stürzen.*

Tina Krug

TRAUERARBEIT

TRAUERBEWÄLTIGUNG IST ARBEIT

In der Trauerbegleitung ist es hilfreich zu wissen, Trauerprozesse sind Lebensprozesse. Verluste zu erleiden und Abschied zu nehmen ist menschliche Realität. Nach dem Tod eines geliebten Menschen bedarf es der Neuorientierung, um in einer veränderten Umwelt weiterzuleben. Dies ist ein schmerzhafter und mühsamer Weg. Nicht zufällig wird von Trauerarbeit gesprochen. Es ist eine Leistung, durch das Dickicht der Gefühle den nächsten Schritt im Leben zu wagen.

Trauerwege beinhalten Phasen der Verzweiflung, des Schmerzes, der Erstarrung und der Resignation. Oft

sind erste Aktivitäten von Wut, Schuldgefühlen und Trostlosigkeit begleitet, bis ein zaghaftes Wiederaufleben und die Anerkennung der Realität ohne den geliebten Menschen gelingt.

Begleitung der Trauernden

Eine Begleitung durch die Trauer erfordert ein behutsames Mitgehen und die Achtung des gewählten individuellen Trauerweges. Als Begleiter bleiben wir nicht unberührt von einem unfassbaren Verlust. Denn jeder hat seine eigenen Erfahrungen mit Sterben, Tod und Abschied. Daher ist es hilfreich, sich in einer Gruppe von BegleiterInnen unterstützt und aufgehoben zu fühlen.

Entwicklung der Trauerarbeit

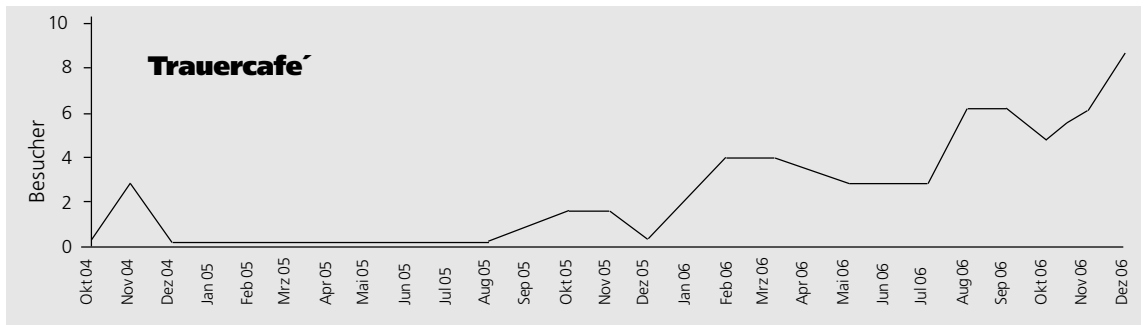
Genauso wechselhaft und vielfältig wie die Gefühle und Gedanken während des Trauerprozesses sind, erleben wir BegleiterInnen die Entwicklung der Trauerarbeit im Hospizverein Ulm. Nachdem sich eine Gruppe von Hospiz - Mitarbeiterinnen zu dieser Aufgabe entschlossen und vorbereitet hatte, Trauernde in ihrem Prozess zu begleiten, brachte die Realisierung einige Fragen und Anstöße mit sich. In dem Gedicht von Hilde Domin: „Unterricht“ heißt es: „Jeder der geht belehrt uns...“ In der Trauerarbeit können wir sagen: Jeder Trauernde belehrt uns über die Vielfalt der gelebten Trauer, der durchlittenen Wege, der unterschiedlichsten Ausdrucksformen und Wünsche in der Trauerbewältigung. Dabei wurden wir in Fortbildungen und durch Supervision vom Münchener Institut für Trauerpädagogik unterstützt.

Unser Lernen führte dazu, dass wir eine Konzeption erarbeitet haben, das zur Änderung und Erweiterung



Die Begleiterinnen
der Trauergruppe

Durchschnittliche Besucherzahl je Abend seit der Eröffnung 2004.



des Angebots für Trauernde und Abschiednehmende führte und das es auch neuen MitarbeiterInnen erleichtern soll, bei dieser Arbeit mitzuwirken.

Das Gesprächscafé findet jetzt jeweils am 1. und 3. Freitag im Monat von 16.00 Uhr bis 17.30 Uhr statt. Einzelgespräche sind jederzeit nach Vereinbarung möglich. Weitere Angebote erwachsen aus den Wünschen der Trauernden. Von Mai bis Juli bestand eine gleichbleibende Trauergruppe und es wurden Aktivitäten wie Atemarbeit, Ausdrucksmalen und Wandern angeboten.

Theodora Brinker

MEIN WEG ZUM TRAUERCAFÉ

Mit dem Einführungskurs Nr. 12 im Jahr 2004 begann meine Mitarbeit im Ulmer Hospiz.

Gegen Ende unseres Kurses erfuhr ich, dass als weiteres Angebot ein Gesprächscafé für Trauernde eingerichtet werden soll.

Der Gedanke, da einmal mitzuarbeiten, gefiel mir. Doch nicht gleich! Zuerst wollte ich in der ambulanten Begleitung Sterbender tätig sein.

Es war schön, dass dies gleich nach den Sommerferien 2004 möglich wurde.

So begann meine 9-monatige Begleitung bei Frau F. Sie war knapp 80 Jahre alt und schon seit vielen Jahren bettlägerig. Sie wünschte sich sehnlichst, sterben zu dürfen.

In den ersten Monaten waren noch Gespräche möglich und wir entdeckten viele gemeinsame Interessen. Als die Kraft für Gespräche nachließ, bestanden unsere gemeinsamen Stunden, je nach Wunsch, aus schweigendem „Dasein“, Vorlesen, Gitarrenspiel, Singen oder Beten.

Im April 2005 verstarb Frau F.

Ich bin sehr dankbar, dass ich Frau F. begleiten und auch von ihr lernen durfte.

Der Wunsch, im Trauercafé mitzuarbeiten, stand nun wieder vor mir.

O je, ich hatte das Gefühl, hier traf ich auf lauter sehr kompetente Frauen, die in ihrem Alltag mit Psycholo-



gie, Theologie, Heilberufen oder sonst wie heilsamen Therapieformen zu tun haben!

Unsicherheit machte sich breit in mir. Und doch – mein innerer Impuls war: versuch es, schau es dir länger an, gib nicht gleich auf! So nahm ich am nächsten Treffen der Mitarbeiterinnen des Trauercafés teil.

Das war vor 1 ½ Jahren und ich bin noch dabei.

Zweimal im Monat, jeden 1. und 3. Freitag, haben die Mitarbeiterinnen abwechselnd Dienst im Trauercafé. Möglichst zweimal hintereinander begleiten wir zu zweit die trauernden Gäste. Für mich ist es sehr wichtig zu zweit zu sein, um die Verantwortung für den Verlauf der zwei Stunden nicht alleine tragen zu müssen.

Bevor die Trauernden kommen, besprechen wir den Einsatz von Texten, Fotos, Musik usw. Um eine schöne Atmosphäre zu schaffen kochen wir Kaffee und Tee und gestalten den Raum, je nach Jahreszeit.

Die „Kunst“ dieser Arbeit sehe ich im Balanceakt zwischen so wenig wie möglich ins Gespräch der Trauernden untereinander einzugreifen und ein Auge darauf zu haben, dass auch Jede/r zu Wort kommt und ggf. Impulse in das Gespräch hineinzugeben.

Wenn die Gäste gegangen sind finde ich es schön, den Ablauf des Nachmittags kurz miteinander zu reflektieren.

Das Aufräumen und der Abwasch des Geschirrs schließen den Nachmittag ab.

Unsere Supervisionen finde ich sehr hilfreich. Mit Spannung erwarte ich unsere 2-tägige Fortbildung im nächsten Jahr.

Ursula Fuchs

GESPRÄCHS- / TRAUERCAFÉ (ohne Anmeldung)

Offene Begegnung für Trauernde

Termine: jeden 1. und 3. Freitag im Monat

von 16.00-17.30 Uhr

Ort: St. Anna-Stift, 4. Stock, Eingang Rothstraße 28

EINZELGESPRÄCHE (nach Vereinbarung)

FESTE TRAUERGRUPPE (auf Anfrage)

ANSPRECHPARTNERINNEN

Andrea Müller-Götz

Imogen Saß

Tel: 0731/666 22

Fax: 0731/602 51 52

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



WIRD DIR DAS NICHT ZUVIEL? EINFÜHRUNGSKURS 14

Wir haben unseren Einführungskurs am 11.01.2006 begonnen, und als der Kurs mit dem Begrüßungsfest zu Ende gegangen war, hatte sich vieles verändert... in uns und um uns herum. Am Anfang war da einfach der große Wunsch, im Hospiz zu arbeiten. Dieser war zwar spürbar, doch nicht greifbar oder wirklich formulierbar. Die Wege, die uns hierher geführt hatten, waren sehr unterschiedliche Wege, doch der Wunsch, Menschen beim Sterben zu begleiten war sofort als unsere gemeinsame Verbindung spürbar.

Und wir sollten noch mehr erspüren. Nachspüren, zum Beispiel wie das wohl sein könnte, wenn unsere „Zeit“ gekommen ist. Dieses Nachspüren war so verschieden, wie auch wir Menschen verschieden sind. Wir waren traurig, unsortiert, ängstlich, klammernd, hatten tausend unerledigte Dinge im Kopf, fanden den Zeitpunkt zu früh oder gingen im Vertrauen auf eine höhere Führung mit.

Im Laufe der Wochen setzten wir uns immer intensiver mit dem Sterben auseinander. Wir holten (wieder?) die Bücher von Kübler-Ross oder das tibetische Buch vom Leben und Sterben hervor, diskutierten im Familien- und Freundeskreis, versuchten auf die Frage: „Wird dir das nicht zuviel?“ zu antworten und erlebten, wie jeden



Karin Bornwaßer



Linde Buck



Marion Schmied



Melanie Brumann



Christiane Johannsen



Margit Eberhardt



Elvira Nepomutzky



Ursula Eisenmann



Monika Ruby



Brigitta Usenbenz



Gabriele Halbherr-Seiz



Rea Lang



Jutta Schlittmeier



Susanne Weikl

von uns zu einem anderen Zeitpunkt die eigenen Ängste einholen. Vor allem ging es darum: Werden wir dem Sterben gewachsen sein? Können wir aushalten, möglicherweise NICHTS TUN zu können als einfach da zu sein? Können wir Gerüche und weniger schöne Anblicke mit Gelassenheit annehmen? Aber auch uns abgrenzen, wenn wir selber eine Pause brauchen. Erlauben wir uns eine Pause zu brauchen?

Tief berührt haben uns Bilder, gemalt von einem Sterbenden, dem die Wahrheit vorenthalten wurde, nämlich dass, er auf den Tod erkrankt war. Der Weg einer tiefen Entwicklung im Inneren eines Menschen vom Abschiednehmen übers Nein zum Ja, welcher in Worten vielleicht nicht auszudrücken gewesen wäre. Wir erkannten, dass vieles geschieht, was wir wahrnehmen aber nicht verstehen können und dass zwischen den Sterbenden und einer höheren Macht ein Dialog stattfindet – dass es eine höhere Macht wirklich gibt.

Hilfreich war, dass wir als erster Kurs im stationären Hospiz Praktika machen konnten, eine Tag- und eine Abendschicht. Die Schwestern haben uns mit viel Vertrauen mithelfen lassen, Fragen beantwortet und uns eigene Erfahrungen sammeln lassen, ob bei der pflegerischen Mithilfe, beim Sitzen am Bett, bei Gesprächen mit Angehörigen, beim Essen, Blumen pflanzen oder Putzen. Wir haben ihren Alltag erlebt und möchten an dieser Stelle den MitarbeiterInnen im *Agathe Streicher* Hospiz unseren Dank und tiefen Respekt für die Arbeit, die sie tagtäglich dort leisten, aussprechen.

Es hat danach eine Zeit gedauert, bis wir diese Erlebnisse verarbeitet hatten und der Austausch in der Gruppe hat uns sehr dabei geholfen. Vor allem hat keiner ein allgemein gültiges Rezept für den Umgang mit Sterbenden gefunden, auch die Schwestern nicht. Es ist jeden Tag anders und man muss das „andere“ Gehirn einschalten, welches wir auch haben, aber so selten benutzen.

Ja, und dann mussten auch wir loslassen. Wir mussten Abschied nehmen von unseren Mittwochnachmittagen mit all den Begegnungen, mit Andrea und Imogen, von unseren Kreismitteln, die jeder von uns persönlich und freigebig gestaltet hat. Mit dem Loslassen war das Gefühl verbunden, noch nicht fertig zu sein und auch die Aufregung, wie es sein wird, wenn...

Jutta Schlittmeier und Susanne Weikl

WÄRME UND LIEBE GEBEN

STERBENDE BEGLEITEN

Jedes Jahr bildet *Hospiz und Sitzwache Ulm* interessierte Menschen zu ehrenamtlichen Sterbebegleitern aus. Auch Diane Landgraf hat diese Ausbildung absolviert, beim Begrüßungsfest im Mai 2005 wurde sie als „Neue“ in den Verein aufgenommen. Wir wollten von ihr wissen, wie sie inzwischen mit ihrer neuen Aufgabe zurechtkommt und wie der „Alltag“ einer ehrenamtlichen Sterbebegleiterin aussieht.

Diane, obwohl es einmal jeden von uns betrifft, setzen sich die meisten Menschen nur sehr ungern mit Sterben und Tod auseinander. Du bist 32 Jahre alt, ein Alter, in welchem man sich eigentlich noch seltener mit diesem Thema befasst, warum hast du dich zur Sterbebegleiterin ausbilden lassen?

Es war sicher die schwere Krankheit, an der mein Vater vor ein paar Jahren erkrankte und die ihm nur noch eine sehr begrenzte Lebenserwartung ließ. Als er starb, war ich gerade in der Ausbildung zur Sterbebegleiterin, mit großem Interesse hatte er bis dahin meine Teilnahme an den wöchentlichen Kursabenden verfolgt.

Ein weiterer Grund war die Abschlussarbeit bei meiner Umschulung zur Floristin. Ich hatte mir als Thema Trauerfloristik gewählt und festgestellt, dass ich hier durch meine Kreativität und meinem Einfühlungsvermögen sehr viel dazu beitragen kann, einen Verstorbenen würdevoll zu verabschieden

In welchem Rahmen warst du bisher für den Verein tätig?

Ich war mehrmals als Sitzwache in einem Altenheim eingeteilt, hatte eine längere ambulante Begleitung und ich arbeite regelmäßig im stationären Hospiz.

Wie läuft eine Sitzwache ab, was ist eine ambulante Begleitung und wie sieht deine Tätigkeit im stationären Hospiz aus?

Meine Sitzwachen fanden immer in den späten Abendstunden statt, zu einer Zeit, in der in den Heimen das Personal auf ein Minimum reduziert ist. Ich wache dann in diesen Stunden am Bett eines Menschen, der im Sterben liegt. Eine Kommunikation mit den Sterbenden war bei meinen bisherigen Sitzwachen nicht mehr möglich, da sie nicht mehr ansprechbar waren, aber ich hatte immer das gute Gefühl, dass allein meine Anwesenheit ihnen geholfen hat.

Zusammen mit zwei weiteren ehrenamtlichen Helfern unseres Vereins, begleitete ich mehrere Wochen lang einen jüngeren Mann, der an einer schweren Tumorerkrankung litt. Seine Frau war halbtags berufstätig, so dass wir in ihrer Abwesenheit ihn abwechselnd zuhause betreuten. So lange er noch sitzen konnte, hielten wir uns oft auf seinem verglasten Balkon auf, der uns einen herrlichen Ausblick über Ulm bot, farbenprächtige Sonnenuntergänge mit eingeschlossen.

Selbstgedrehte Zigaretten zu rauchen war seine letzte Leidenschaft und da er sie selber nicht mehr drehen konnte, war es selbstverständlich für mich, ihn auch damit immer gut zu versorgen - seine dankbaren Augen waren mein Lohn dafür.



Umgeben von seiner Frau, seinen Eltern und Freunden, konnte er dann, – so wie er sich es immer gewünscht hatte – zuhause sterben

Im stationären Hospiz bin ich alle drei Wochen einmal nachmittags. Der Dienst auf der Station beinhaltet auch hauswirtschaftliche Tätigkeiten, wie, das Essen aus der Küche holen, für Tee, Kaffee sorgen, Geschirr spülen und die Küche sauber halten. Gäste, die nicht mehr selber zum Essen in die Gemeinschaftsküche kommen können, hole ich, wenn sie es wollen mit dem Rollstuhl von ihrem Zimmer ab und bin ihnen dann auch beim Essen behilflich. Den Gästen, die nicht mehr das Bett verlassen können, bringe ich das Essen auf ihr Zimmer. Für die Pflege unserer Gäste sind allein die Krankenschwestern zuständig, behilflich bin ich hier nur beim regelmäßigen Umbetten.

Der direkte Umgang mit unseren Gästen fördert natürlich auch die Kommunikation und die Gesprächsbereitschaft zwischen Gast und Ehrenamtlichen. Für mich fanden hierbei schon viele wertvolle Begegnungen und Gespräche statt. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass ich für meine Tätigkeit hier viel zurückbekomme.

Was ist für dich der wichtigste Aspekt bei einer Begleitung?

Dass die Sterbenden möglichst viel von meiner Liebe und Wärme spüren, die ich zu geben habe.

Welche Begleitung ist dir bisher am stärksten in Erinnerung geblieben und warum?

Das war die Begleitung von dem jüngeren Mann, von dem ich schon erzählt habe. Ich hatte ihn schon von früher her flüchtig gekannt als er noch gesund war, habe ihn dann aber immer wieder aus den Augen verloren. Bei einer Veranstaltung im Herbst 2005 sah ich ihn dann zufällig wieder, er konnte sich da nur mit Hilfe von Krücken fortbewegen. Wie schwer krank er wirklich war, erfuhr ich allerdings erst einige Wochen später, als mich die Einsatzleitung unseres Vereins fragte, ob ich bei seiner ambulanten Begleitung mithelfen möchte.

Kannst du dich gegen das viele Leid und das Sterben abgrenzen oder ist das gar nicht möglich.

Natürlich berührt mich das Leid und das Schicksal der Menschen, die ich begleite. Für mich ist es aber ein großer Trost zu wissen, dass ich dabei mithelfe, dass ein Mensch würdevoll sterben kann.

Was bedeutet für dich persönlich deine Arbeit als Sterbebegleiterin?

Meine eigene Lebensführung wird immer wieder hinterfragt. Jedes Sterben, das ich miterlebe, erinnert mich an meinen eigenen Tod und hilft mir, mit meinem Leben bewusster umzugehen. Dinge die mir vorher wichtig waren, haben sich in ihrem Stellenwert verändert.

Die Fragen stellte Wolfgang Müller



Da der Tod, genau zu nehmen, der wahre Endzweck unsers Lebens ist, so habe ich mich seit ein paar Jahren mit diesem wahren, besten Freund des Menschen so bekannt gemacht, daß sein Bild nicht allein nichts Schreckendes mehr für mich hat, sondern viel Beruhigendes und Tröstendes. Und ich danke meinem Gott, daß er mir das Glück gegönnt hat, mir die Gelegenheit - Sie verstehen mich - zu verschaffen, ihn als den Schlüssel zu unserer wahren Glückseligkeit kennen zu lernen.

Ich lege mich nie zu Bette, ohne zu bedenken, daß ich vielleicht, so jung als ich bin, den anderen Tag nicht mehr sein werde.

Mozart an seinen Vater, 4. April 1787

**NICHT DEM LEBEN
MEHR TAGE
SONDERN DEN TAGEN
MEHR LEBEN
GEBEN**



Martina Seng,
Pflegedienstleiterin
im Stationären Hospiz
Agathe Streicher

Was gehört zu einer Aufnahme ins stationäre Hospiz? Vielen Menschen ist nicht bekannt, wie dies vor sich geht. Um mögliche Hürden und Ängste abzubauen, soll hier darüber berichtet werden. Das Gespräch mit Martina Seng, der Leiterin des Hospizes Agathe Streicher, führte Dorothea Kleinknecht.

Der Ort, an dem schwer kranke Menschen ihre letzten Wochen und Monate verbringen können, „das Hospiz“ ist eine Sonder-Pflegeeinrichtung. Für die Aufnahme bzw. die Finanzierung müssen bestimmte **Kriterien** erfüllt sein, die gesetzlich vorgegeben sind:

es liegt eine progredient (schnell fortschreitend) verlaufende Erkrankung vor,

eine Heilung ist ausgeschlossen, eine palliativmedizinische (palliativ= lindernd, umhüllend; im Gegensatz zu heilend) und-pflegerische Behandlung ist notwendig oder gewünscht,

eine begrenzte Lebenserwartung ist wahrscheinlich,

eine Krankenhausbehandlung ist nicht erforderlich,

die ambulante Versorgung reicht nicht aus oder übersteigt die häuslichen Möglichkeiten.

Meist bekommen wir einen **Anruf** aus einem Krankenhaus, von einem Hausarzt oder von Angehörigen. Manchmal melden sich auch Betroffene selbst, um sich über die Möglichkeiten palliativer Versorgung zu informieren, wenn es zu Hause nicht mehr geht. Bewohner aus Pflegeheimen können nur in ganz bestimmten Ausnahmefällen aufgenommen werden.

Entscheidend wichtig ist die Frage: weiß der/die Kranke Bescheid über die eigene Erkrankung und Prognose? Besteht wirklich der Wunsch nach Aufnahme ins Hospiz?

Dies zu klären, ist Inhalt des **Erstgesprächs**, das vorwiegend zwei Mitarbeiterinnen mit den Betroffenen führen.

Dieses Gespräch kann bei uns im Hospiz stattfinden, aber auch im Krankenhaus bzw. zuhause, wenn die Entfernung von Ulm nicht zu groß ist.

Wir sprechen über die Krankheitsgeschichte und fragen eventuell nach bestimmten Wünschen und Vorstellungen über die Zeit im Hospiz; wir möchten Gewissheit spüren, ob wirklich ehrlich ja dazu gesagt werden kann. Es kann auch notwendig sein, den Begriff „palliativ“ zu erklären. Spüren wir noch ein Fragezeichen im Gesicht der Betroffenen, vereinbaren wir ggf. noch ein Gespräch, am besten hier bei uns, um die Atmosphäre der „Agathe“ wirken zu lassen.

Ist alles geklärt und ist ein Bett frei,

wird die Aufnahme vorbereitet.

Es muß zuerst klar sein, welcher Arzt die Behandlung übernimmt. Ist der/die bisherige bereit zu palliativer Behandlung? Wir beraten, falls dies nicht klar ist. Es gibt eine Reihe Ärzte und Ärztinnen, die sich mit dieser besonderen Art ärztlichen Handelns befassen haben und die gerne hierher kommen, um mit uns zusammenzuarbeiten.

Der erste Arztbesuch muß am Aufnahmetag stattfinden, das organisieren wir.

Das Zimmer wird einladend vorbereitet, mit Blumen, Kerzen, einer bunten Serviette - es soll ein „Willkommen“ ausstrahlen!

Die Ankunft: meist werden die Kranken von ihren Angehörigen gebracht. Dieser Schritt ist oft sehr schwer und belastend, deshalb bieten wir in erster Linie Ruhe, Wärme, Zuwendung und ein offenes Ohr! Das empfinden alle als sehr wohltuend und lassen sich gerne fallen in die Geborgenheit und Sicherheit des Hospizes.

Es braucht Zeit, um anzukommen und sich einzuleben. Viele Fragen tauchen auf, viel Belastendes wird ausgesprochen - wir hören zu, so lange, wie wir spüren, dass wir gebraucht werden. Diese erste Zeit braucht besonders viel Einfühlungsvermögen.

Die Auskünfte, die wir erhalten und die für die ganz individuell ausgeführte Pflege wichtig sind, notieren wir uns, damit wir auf persönliche Wünsche eingehen können.

Wir stellen uns aber immer auf die gegenwärtig geäußerten Bedürfnisse ein.

Das weitere Zusammenleben gestaltet sich nach unserem **Leitbild:**

(Auszüge)

Wir begleiten den Gast auf dem ihm gemäßen Weg seines Sterbens. Der Sterbende führt uns - wir begleiten.

Wir respektieren und achten die Wünsche und Bedürfnisse jedes Gastes. Hierbei kann es sich um

persönliche, medizinisch-pflegerische und religiös-weltanschauliche Inhalte handeln.

Wir achten jeden Gast mit seiner Lebensgeschichte, Prägung und Persönlichkeit so, dass er sich verstanden und angenommen fühlt.

Wir begegnen dem Anderen in einer liebevollen, einführenden Haltung und Hinwendung, die versucht, sich in den Anderen einzufühlen und ihm in seinem für ihn notwendigen Prozeß zu folgen und zu unterstützen.

Wir verstehen Pflege und Versorgung als Ausdruck menschlicher Zuwendung. Qualifizierte Schmerz- und Symptomkontrolle und zugewandte Pflege sind unser Grundanliegen.

Angehörige werden durch vielfältige Angebote unterstützt...



Einen besonders schönen Blick bietet der Balkon unseres Wohnzimmers.

Wir wünschen uns, dass es uns gelingt, die Schwelle zum stationären Hospiz so niedrig zu setzen, dass die Entscheidung für den Umzug dorthin nicht zu spät erfolgt - damit noch mehr Zeit bleibt, sich an die neue Umgebung zu gewöhnen.

Manchmal ist auch eine Entlassung zurück nach Hause möglich...

Rufen Sie uns an! Wir geben gerne Auskunft auf Ihre Fragen.

Telefon:
Hospizbüro
0731 / 66622

DER BEKANNTHEITSGRAD VON HOSPIZ UND SITZWACHE ULM

VORURTEILE GEGENÜBER DER HOSPIZARBEIT

ERGEBNISSE VON ZWEI BEFRAGUNGEN

Ausgangspunkt unseres hier vorgestellten Befragungsprojektes waren eine Reihe von Aussagen, die die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Hospizes nicht selten von Besuchern des Hospizes zu hören bekamen: jene zeigten sich erstaunt darüber, dass die Atmosphäre im Hospiz oft alles andere als traurig sei; sie hätten erwartet, sagten sie, dass dort, wo es um Sterben und Tod ginge, nur Trauer herrsche. Manche Besucher hatten geglaubt, dass im Hospiz ausschließlich Menschen lägen, die den Verstand verloren hätten und rund um die Uhr Pflege bräuchten. Häufig bekamen die Hospizmitarbeiterinnen von den Besuchern gesagt, dass ihre Arbeit doch eine große Belastung für sie sein müsse.

Unter dem Eindruck, dass es im Hinblick auf die Hospizarbeit viele Voreingenommenheiten in der Bevölkerung gibt, wurde ein gemeinsames Projekt von Hospiz und Sitzwache Ulm, Arbeitskreis Ethik in der Medizin und AG ForSche Human (Universität Ulm) entworfen.

Zwischen September 2004 und September 2005 wurde ein zweiteiliger Fragebogen eingesetzt.

1.213 der 1.236 zurückerhaltenen Fragebögen enthielten Angaben zum Geburtsjahr. Der Bekanntheitsgrad des Ulmer Hospizes steigt deutlich mit zunehmendem Alter an: von den 26- bis 35-Jährigen kennt nicht einmal jeder fünfte das Hospiz, während in der Altersgruppe der 76- bis 85-Jährigen fast vier Fünftel das Hospiz kennen. Nur jeder vierte der Befragten gibt an, eine Patientenverfügung zu besitzen. Die Verteilung über die Altersgruppen ist dabei ebenfalls sehr unterschiedlich, und selbst in der Altersgruppe der 76- bis 85-Jährigen hat nur etwa jeder zweite eine solche. Tabelle 1 zeigt die Verteilung der Fragebögen auf die Altersgruppen, den Anteil in jeder Gruppe, der das Ulmer Hospiz kennt und den Anteil derer, die eine Patientenverfügung (PV) besitzen.

Altersgruppe	16-25	26-35	36-45	46-55	56-65	66-75	76-85
Anzahl Fragebögen	22	37	120	204	310	391	120
Anteil Hospiz bekannt	5 %	19 %	44 %	53 %	65 %	70 %	78 %
PV vorhanden	0 %	3 %	9 %	14 %	23 %	32 %	53 %

Tabelle 1: Altersgruppen, Bekanntheitsgrad des Hospizes und Patientenverfügungen

Der bedeutendste Teil der Befragung betraf die zu Beginn des Projektes gesammelten Voreingenommenheiten und Meinungen gegenüber der Hospizarbeit. Die Zahl der verwertbaren Fragebögen lag je nach Aussage zwischen 1180 und 1225.

Abb. 1 stellt den Grad der Zustimmung zum jeweiligen Vorurteil grafisch dar: Zustimmung zum Vorurteil wird durch den linken Teil des Balkens signalisiert; dieser Teil des Balkens bildet jenen Anteil der Antwortenden ab, die „trifft voll zu“ oder „trifft eher zu“ angekreuzt hatten. Ablehnung des Vorurteils wird durch den rechten Teil des Balkens dargestellt („trifft eher nicht zu“ oder „trifft gar nicht zu“ angekreuzt); die unentschiedenen Antworten liegen dazwischen. Die Gesamtlänge des Balkens beträgt jeweils 100 Prozent.

Die Aussage „Mit Sterben und Tod sollte man sich nicht erst als alter Mensch beschäftigen“ (in der Abbildung: „Sterben und Tod“) wird von 80 Prozent aller Antwortenden bejaht, 16 Prozent stimmen ihr nicht zu.

Der Ansicht „Ich fürchte, dass im Hospiz nichts mehr für mich getan werden kann“ („Nichts mehr getan“) sind 11 Prozent der Befragten, und 19 Prozent sind sich nicht sicher.

Dass im Hospiz nur alte, demente Menschen lägen, glauben 15 Prozent („Demente Menschen“). Weitere 15 Prozent sind unsicher, und 70 Prozent lehnen dieses Vorurteil ab.

Dass es bei der Hospizarbeit immer nur traurig zugehe („Arbeit traurig“), glauben acht Prozent der Befragten, weitere 23 Prozent sind sich unsicher.

Ähnlich fällt die Bewertung der Aussage „Wer ins Hospiz kommt, gibt seine Selbstbestimmung auf“ („Selbstbestimmung aufgeben“) aus: 11 Prozent stimmen zu, 22 Prozent sind unsicher. Abgelehnt wird dieses Vorurteil von 68 Prozent der Befragten.

24 Prozent aller Befragten bejahen die Aussage „Wer einen Angehörigen ins Hospiz bringt, muss mit dem Vorwurf rechnen, ihn abzuschieben“ („Vorwurf Abschiebung“); weitere 20 Prozent sind unentschieden.

Fast die Hälfte der Befragten stimmt der Aussage „Die Hospizarbeit ist für die Mitarbeitenden sicher nur belastend“ („Arbeit belastend“) zu oder ist sich unsicher. Lediglich 55 Prozent halten sie für unzutreffend.

„Kindern sollte man denAnblick von Toten ersparen“ („Kindern Tote ersparen“) wird von 17 Prozent der Befragten zugestimmt, und knapp 30 Prozent sind unentschieden.

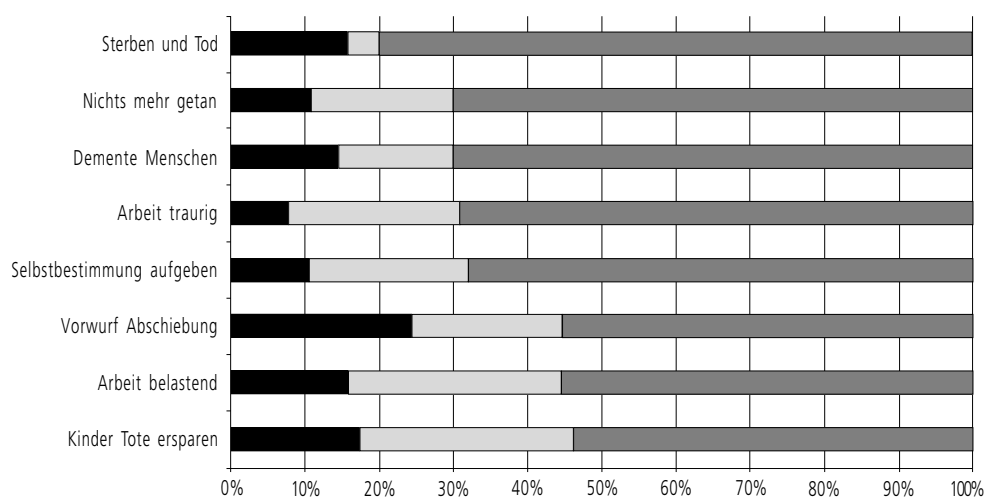


Abb. 1
Prozentualer Anteil von Zustimmung (linker Balkenteil) und Ablehnung (rechter Balkenteil) der Aussagen; unentschieden: mittlerer Balkenteil.

Wenn man die Verteilung von Zustimmung und Ablehnung gegenüber diesen Vorurteilen und Meinungen betrachtet, kann das Fazit nicht anders lauten als: in den befragten Bevölkerungsgruppen sind unzutreffende Meinungen über die Hospizarbeit und Voreingenommenheiten gegenüber Sterben und Tod durchaus verbreitet. 30 Prozent der Befragten wissen nicht, dass im Hospiz auch junge Menschen liegen, die alles andere als dement sind. Ein Drittel der Befragten weiß nicht, dass die Selbstbestimmung des Gastes im Hospiz nicht nur geachtet wird, sondern ein absolut zentraler Wert für alle Beteiligten ist. Fast die Hälfte der Befragten kann sich nicht vorstellen, dass die Arbeit im Hospiz auch anders als belastend sein kann.

Es hat sich auch gezeigt, dass viele der Befragten Voreingenommenheiten zum Umgang mit Tod und Sterben haben. In Anbetracht des hohen Altersdurchschnitts der Befragten ist dies besonders beklagenswert.

Für den AK Ethik in der Medizin:

Dr. Michael Gommel

Für die AG ForSche Human des ZAWIW:

Elfriede Dehlinger, Ursula Köber, Brigitte Dippel, Heinz Fischer, Ursula Vollmer, Ingeborg Bauser

ZAHLENRÜCKBLICK 2006

Im Jahr 2006 waren insgesamt 112 ehrenamtliche MitarbeiterInnen (incl. Vorstand) im hospizlichen Einsatz. Durch den Einführungskurs 14 kamen 15 neue Mitarbeiterinnen hinzu, 9 Ehrenamtliche haben im Laufe des Jahres ihre Mitarbeit beendet.

Die Anzahl der Menschen, die in ihrer häuslichen Umgebung begleitet wurden, betrug 114. Darüber wurden **1896** Stunden dokumentiert. Der Schwerpunkt dieser Arbeit liegt in der psychosozialen Begleitung der Sterbenden und deren Angehörigen.

Das Angebot einer Begleitung gilt auch über den Tod hinaus für die Zurückgebliebenen. Die Stunden in der Trauerbegleitung wurden dieses Jahr erstmalig separat erfasst und betragen **305** Stunden. Dieses Tätigkeitsfeld umfasst Einzelgespräche, das regelmäßige Gesprächscafé für Trauernde und verschiedene Gruppenangebote.

In den Pflegeheimen bieten wir die nächtlichen Sitzwachen an. Das bedeutet, wenn ein Bewohner im Sterben liegt und die Angehörigen Entlastung wünschen oder keine Angehörigen da sind und das Pfle-

gepersonal es für wichtig erachtet, dass der Bewohner nicht alleine ist, kann ein „Da sein“ in der Nacht für den Betroffenen ermöglicht werden. Es wurden insgesamt 60 BewohnerInnen begleitet, dies geschah in 194 Einsätzen, in Stunden ausgedrückt: **1117**. Wir arbeiten in Ulm, Neu-Ulm und im Alb-Donau-Kreis mit folgenden Heimen zusammen: ASB Ulm, BRK Ludwigsfeld, Clarissenhof, Dreifaltigkeitshof, Elisabethenhaus, Landhaus Gienger, Pro Seniore, St. Anna-Stift, St. Michael, Alten -und Pflegeheim Wiblingen.

Im stationären Hospiz AGATHE STREICHER wurden **1653** Stunden von den Ehrenamtlichen geleistet. Die Hilfe erfolgt im Alltag sowohl im hauswirtschaftlichen Bereich als auch in der psychosozialen Begleitung der Gäste und ihrer Angehörigen. Bei Bedarf kann auch die Unterstützung der Hauptamtlichen in der eigentlichen Pflege unserer Gäste erfolgen.

Die Teilnahme an den regelmäßigen Hospiztreffs und den Supervisionen für die Ehrenamtlichen wurden mit **1156** Stunden angegeben.

Im Bereich der Fortbildungen und der Öffentlichkeitsarbeit kamen **967,5** Stunden zusammen.

An öffentlichen Veranstaltungen fanden statt:

Vorträge Patientenverfügung im Büro: 11 x

Vorträge Patientenverfügung außerhalb: 3 x

Vorträge über Trauer: 1 x

Vorträge Hospizarbeit, Sterbebegleitung: 65 x,
davon in Schulen: 10x

Universität Ulm: 24 x

Vereine: 21 x

Pflegepersonal: 10x

Besichtigung stationäres Hospiz: 4 x

Infostand: 2 x

Den stundenmäßig größten Anteil macht die „Hintergrundsarbeit“ aus: die bei ehrenamtlicher Arbeit im Büro, in Sitzungen, Vorstandsarbeit etc. erbrachte Zeit beläuft sich auf **2228,5** Stunden.

In großer Einsatzbereitschaft sind zusammengenommen **9323** Stunden zum Wohle der Betroffenen und ihrer Angehörigen im vergangenen Jahr geleistet worden.

Imogen Saß
(Dipl.Soz.Arb.)
Koordinatorin

IMPRESSUM

Redaktion

Dorothea Kleinknecht, Wolfgang Müller,
Claudia Schumann, Imogen Saß, Gisela Stemshorn

Fotos

Andrea Müller-Götz (7), Wolfgang Müller (10),
Archiv (21), SWP Ulm (1), privat (8)

Gestaltung

Wolfgang Müller

Druck

digitaldruck.leibi.de

HERAUSGEBER

HOSPIZ UND SITZWACHE ULM

BEGLEITUNG STERBENDER UND IHRER ANGEHÖRIGEN e.V.

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

Erscheinungsweise: jährlich

Spendenkonto:

Sparkasse Ulm

BLZ 63050000

Konto-Nr. 286 783

AUS DER ARBEIT DES VORSTANDES

Im vergangenen Jahr trafen sich die Mitglieder des geschäftsführenden Vorstandes zusammen mit den Beisitzern insgesamt sieben Mal, um über die Angelegenheiten des Vereins und der Stiftung Hospiz Agathe Streicher gGmbH zu beraten und zu entscheiden.

Die Jahreshauptversammlung fand am 31.3.2006 statt, verbunden mit den turnusmäßig anstehenden Neuwahlen. Für die scheidende Frau Dr. Christine Naupert trat Herr Rechtsanwalt Hans-Ulrich Staiger in das Leitungsgremium ein.

Die Arbeit des Vorstandes war auch in 2006 weitgehend bestimmt vom Thema Neubau, insbesondere der Standortfrage und den Finanzierungsmöglichkeiten. Die Frage nach einem sinnvollen Standort hat sich nun doch als schwieriger herausgestellt, als anfangs gedacht.

Erst gegen Ende des Jahres zeichnete sich dann Konkretes ab, die Bestätigung hoffen wir im Frühjahr 2007 zu erhalten.

Ein weiterer Schwerpunkt in den Beratungen war unser jüngstes Kind, der Aufbau der ambulanten Kinderhospizarbeit in Ulm und Umgebung. Es hatte sich als notwendig erwiesen, dass der Verein sich so rasch wie möglich dieser Aufgabe stellt, der Bedarf nach Beratung und auch konkreter Begleitung zeigte sich sehr schnell.

Innerhalb kurzer Zeit war eine Gruppe ehrenamtlich tätiger Frauen bereit, sich auf diesem Gebiet weiterzubilden. Die Leitung und Koordination haben Frau Müller-Götz und Frau Saß übernommen.

Am 1. April 2006 feierte der Verein im Stadthaus Ulm sein fünfzehnjähriges Bestehen und zugleich fünf Jahre Hospiz Agathe Streicher und den 1. Geburtstag des ambulanten Kinderhospizdienstes. Ein Arbeitskreis um Frau Schumann machte sich viele Gedanken, dass es ein gelungenes Fest werden würde. Dem war auch so, die Resonanz in der Öffentlichkeit war erfreulich groß.

Im Oktober fand ein ganz besonderes Highlight statt zugunsten der ambulanten Kinderhospizarbeit. Wieder eine gelungene Gruppenleistung aus ehrenamtlichem und hauptamtlichem Engagement: eine Benefiz Gala im Wiley-Club in Neu-Ulm unter dem Motto: Variationen über Rilke, inszeniert von Karin Probst. Der Erfolg war für uns alle überwältigend.

Den Mitgliedern des Vorstandes ist es ein Anliegen, dass sich möglichst viele haupt- und ehrenamtlich im Verein Mitarbeitende in die Planung des ersehnten und notwendigen Neubaus eingebunden fühlen und mitdenken.

Deshalb bat der Vorstand im November alle Interessierten zu einer Klausurtagung zu diesem Thema. 39 Personen haben sich daran sehr engagiert beteiligt. Viele Fragen, Vorstellungen und viele, viele gute Ideen wurden eingebracht, dabei entstanden Arbeitskreise, die am jeweiligen Thema weiterarbeiten werden. Die Planung unseres Hauses soll so durchacht wie möglich sein.

Auf den Tagesordnungen aller Vorstandssitzungen standen immer auch Fragen der Zusammenarbeit und Organisation. Hinter diesen dürren Worten stehen viele Gespräche und Überlegungen. Es geht doch letztlich um Menschen und deren Wohlbefinden, Sorgfalt in allem ist daher sehr wichtig.

Die Mitglieder des gesamten Vorstandes hoffen, mit ihrer Arbeit den Zielen unserer Einrichtung gut gedient zu haben.

Sigrid Markmiller

Schatzmeisterin

Unser Angebot

AMBULANTER HOSPIZDIENST

Begleitung Schwerstkranker und ihrer Angehörigen

STATIONÄRES HOSPIZ AGATHE STREICHER

Stationäre Behandlung und Pflege

SITZWACHEN

nächtliche Unterstützung Sterbender zu Hause und im Pflegeheim

AMBULANTER KINDERHOSPIZDIENST

Begleitung im häuslichen Bereich für Familien mit einem schwerstkranken Kind

TRAUERBEGLEITUNG

Trauercafé, Anlaufstelle für Abschiednehmende und Trauernde

PATIENTENVERFÜGUNG

aktuelle Informationen und Hilfe bei der Erstellung

PALLIATIVE - CARE - BERATUNG

Ansprechpartner bei Fragen zur Symptomkontrolle im häuslichen Bereich

 **HOSPIZ UND SITZWACHE ULM**
Begleitung Sterbender und ihrer Angehörigen e.V.

Der Tod ist nichts,

ich bin nur in das Zimmer nebenan gegangen.

Ich bin ich, Ihr seid Ihr, das, was ich für Euch war, bin ich immer noch.

Gebt mir den Namen, den Ihr mir immer gegeben habt.

Sprecht mit mir, wie Ihr es immer getan habt,

seid nicht feierlich oder traurig.

Lacht weiterhin über das, worüber wir gemeinsam gelacht haben.

Betet, lacht, denkt an mich, damit mein Name im Hause
ausgesprochen wird, so wie es immer war, ohne irgendeine
besondere Betonung, ohne die Spur eines Schattens.

Das Leben bedeutet das, was es immer war.

Der Faden ist nicht durchschnitten.

Warum soll ich nicht mehr in Euren Gedanken sein,

nur weil ich nicht mehr in Eurem Blickfeld bin?

Ich bin nicht weit weg - nur auf der anderen Seite des Weges.

Ch. Peguy

