

# Den Sterbenden nicht allein lassen

Neun Frauen und ein Mann haben Kurs als ehrenamtliche Sterbebegleiter absolviert / Hospiz geht auch in Schulen

Sterben kann man nicht planen – aber leichter machen. Dabei hilft das Stendaler Hospiz mit seinen vielen Ehrenamtlichen. Vor kurzem ist wieder ein Kurs zu Ende gegangen.

Von Nora Knappe

Stendal • Neun Frauen und ein Mann gehören jetzt zur Gruppe der Ehrenamtlichen im Hospiz, die bei Sterbebegleitungen helfen. Sie gehen offenen Herzens, aber nicht ohne Zurückhaltung an ihre Aufgabe. „Die Erlebnisse, die man hat, geben einem selbst ganz viel. Es ist ein gutes Gefühl, jemanden nicht allein

gelassen zu haben“, sagt eine Teilnehmerin und erntet zustimmendes Nicken von den anderen.

Dass sie ihre Aufgabe bewältigen können, dabei hilft ihnen die Schulung durch die hauptamtlichen Mitarbeiter. Im September hatte sie begonnen, ab Januar haben die Ehrenamtlichen erste Begleitungen mitgemacht. „Momente des Zögerns oder der Angst, etwas nicht zu schaffen, hat sicher jeder, aber bisher nicht mit der Konsequenz, dass er aufgehört hätte“, sagt Koordinatorin Gundis Gebauer.

Nicht immer sind es nur die Sterbenden, denen mit Gesprächen, Zuwendung oder ein-

fach nur Dasein geholfen wird. Auch ihre Angehörigen brauchen manchmal jemanden von außen, um sich zu entlasten. 81 Begleitungen gab es im vorigen Jahr altmarkweit, sei es stationär oder ambulant. Manchmal geht das ganz eigenwillig, wie Gundis Gebauer berichtet: „Jemand, dessen Frau wir betreuten, schlug uns eine Kutschfahrt durch Stendal vor. So kam es, dass wir mit einer 41-Jährigen und einer 92-Jährigen eine Stunde durch die Stadt rollten, gezogen von zwei fixen Shetlandponys. Die Wangen färbten sich rot vor Freude und von dem Fahrtwind, es war ein echtes Abenteuer.“ So kann Begleitung also auch aussehen, um einem Todkranken nochmal eine wunderbare Freude zu bereiten.

Neben diesen Begleitungen ist das Hospiz aber noch auf vielfältige andere Weise aktiv. Es werden Vorträge gehalten, Alten- und Krankenpflegeschüler bekommen Einblicke in die Hospizarbeit, im Trauercafé tauschen sich Hinterbliebene aus. Und 2012 ging das Projekt „Hospiz macht Schule“ an den Start, wo vor allem Ehrenamtliche mit Grundschulern eine Woche lang den Unterricht zum Thema Tod und Sterben gestaltet haben.



Gemeinsam lachen, auch weinen, vor allen Dingen austauschen: Die Runde der Ehrenamtlichen gibt Halt. Foto: Susanne Moritz



## Drei Ehrenamtliche erzählen



„Vor sieben Jahren ist mein Mann gestorben, er hatte keine Begleitung durch das Hospiz, und

da dachte ich: ‚Das willst du anderen erleichtern, da kannst du die Angehörigen unterstützen.‘ Anderthalb Jahre habe ich die Idee mit mir rumgetragen, bevor ich zum Kurs gegangen bin. Jetzt helfe ich einer Frau, ihren 79-jährigen, stark Parkinson-kranken Vater zu betreuen. Einmal in der Woche bin ich in dem Heim. Als ich mich vorstellte und sagte ‚Ich bin Helga‘, hat er erstaunt geguckt. Seine Frau hieß nämlich auch Helga. Mir geht es gut in dieser Situation als ehrenamtlicher Begleiter. Von der Schulung kann ich immer etwas anwenden, wichtig ist zum Beispiel, immer den Willen des Kranken zu respektieren, ihm nichts aufzuzwingen. Was jemandem gut tut, das merkt man schnell. Aus dem Gesichtsausdruck kann man ganz viel ablesen. Sterbebegleitung ist wichtig, bei jemandem im Arm zu sterben, das wünsche ich jedem.“

Helga Gohsrich (66)



„Nachdem mein Vater gestorben war, wollte ich etwas zurückgeben, das war mir ein echtes Bedürfnis.

Ich hab ihn im Hospiz so gut aufgehoben gewusst, vorher hatte ich ihn zu Hause gepflegt, das wurde immer schwieriger. Und er konnte auch noch zustimmen, dass er ins Hospiz zieht. Bei einer Begleitung, die ich gemacht habe, habe ich schnell Zugang zu der Tochter des Kranken gefunden, ich konnte ihre Situation ja so gut nachempfinden. Als Ehrenamtlicher gibt man den Menschen etwas, ohne etwas dafür zu verlangen, das ist eine schöne Erfahrung. Es gab noch keinen Moment, wo ich gezweifelt habe, aber es wird gewiss auch schwierige Situationen geben. Aber dafür haben wir ja die Gesprächsmöglichkeiten mit den Koordinatorinnen. Und ich denke nicht nur übers Sterben nach: Das Leben ist schön, ich male, lese, bin gern in der Natur und unter Freunden. Ich möchte jeden Tag nutzen, man soll die Zeit nicht vergeuden.“

Marion Jacobsen (61)



„Ich hab in den Gemeindenachrichten von einem Kennenlernabend für Hospiz-Ehrenamtliche

gelesen, da bin ich einfach mal hin. Und schließlich war nicht nur der Abend, sondern auch der anschließende Kurs sehr gut. In der Praktikumsphase war ich zu Weihnachten im Hospiz, habe jemandem die Hand gehalten, wo sich das Ende abzeichnete. Da ist es schon schwierig, die Distanz zu bewahren. Aber das sollte man ansonsten schon versuchen, sonst nimmt es einen selbst zu sehr mit. Eine Begleitung, die ich gemacht habe, war immer wie ein Vater-Sohn-Gespräch, von diesem Mann habe ich auch gelernt, wie man einen Rollstuhl richtig fährt. Wenn die Leute mit einem reden wollen, dann redet man. Aber wenn sie signalisieren, dass Schluss ist, geht man. Für mich ist diese Tätigkeit wichtig, hier weiß ich, dass ich gebraucht werde, das tut mir gut. Und wenn dann noch die positive Rückmeldung von den Angehörigen kommt, ist es nochmal besser.“

Ronald Muth (58)