

Persönliches Interview mit einer ehrenamtlichen Mitarbeiterin der Ambulanten Hospizgruppe Bruchsal und Umgebung

Renate Schramm, Jahrgang 1957, verheiratet, drei erwachsene Kinder, Religionslehrerin an drei Grundschulen und einer Werkrealschule ist seit 2013 ehrenamtliche Hospizbegleiterin. Kennengelernt haben wir uns in St. Elisabeth in Karlsdorf. Wir sind uns dort beinahe täglich begegnet und hatten viele Berührungspunkte. Heute treffe ich Renate S. ab und zu privat. Sie hat ihre ehrenamtliche Tätigkeit in die Nähe ihres Wohnortes verlegt, nachdem ihre Mutter 2015 in unserem Seniorenhaus verstarb. Ich habe Renate im August diesen Jahres gebeten, mir von ihrem Ehrenamt zu erzählen.

Wie kam es dazu, dass du dich ehrenamtlich in diesem Bereich engagierst?

"Ich habe es sozusagen als einen inneren Drang verspürt. Ich wollte mehr vom Sterben und somit auch vom Leben erfahren. Als ich mit den Kursen begann, versorgte ich meine schwerstpflegebedürftige Mutter schon seit 8 Jahren bei mir zu Hause. Ich wusste, dass ich sie auch im Sterben begleiten würde. Aber ich war unsicher; hatte Ängste. Damals hatte ich nicht vor, jemals als ehrenamtliche Hospizbegleiterin zu arbeiten. Das traute ich mir nicht zu. Ich wollte einfach nur Kenntnisse gewinnen, um meine Mutter gut betreuen zu können."

Du hast dich dann doch entschieden nicht nur deine Mutter zu begleiten. Wie kam es zu dieser Entscheidung?

"Weil ich irgendwann erkannt hatte, dass es zu den menschlichen Grundbedingungen des Lebens gehört, einander im Leiden beizustehen. Und im Seniorenhaus, in welchem meine Mutter die letzten 3 Jahre ihres Lebens verbrachte, gab es eben auch dieses Leid. Du weißt ja, dass ich täglich bei meiner Mutter war. Und ich auch bald schon im Haus ehrenamtliche Tätigkeiten übernahm. Viele der Bewohner hatte ich sehr lieb gewonnen, kannte die Angehörigen und wusste um deren Nöte. Ich erlebte Bewohner, die auf den Tod zuzingen und sich nach Nähe und menschlicher Wärme sehnten."

Was erwartet ein Hospizdienst von seinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter - was sollt ihr leisten?

"- Voraussetzungen schaffen für eine vertrauensvolle, wertschätzende und akzeptierende Atmosphäre; aufmerksam Trost geben und das Gefühl vermitteln, nicht allein gelassen zu sein

- Zuhören, Zeit haben, das Geschehen aushalten, für Gespräche zu

Verfügung zu stehen

-Zuwendung geben; vorlesen, spielen, singen

- spirituelle Begleitung, z.B. ein gemeinsamer Gottesdienstbesuch

- pflegende Angehörige entlasten, da sein und aushalten."

Wie muss ich mir das Aushalten vorstellen?

"Ich traf auf eine 78-jährige Dame in einem Seniorenhaus. Seit 10 Jahren lag sie schon im Wachkoma. Der Ehemann wollte gerne eine Begleitung für sie haben. Ich sollte ihr vorlesen, singen oder erzählen. Als ich das erste Mal zu Besuch war, spürte ich, dass sie nicht mehr lange leben kann. Sie war nicht ansprechbar. Hatte die Augen fest verschlossen. Ihr Atem ging rasselnd. Der Kopf nach hinten gestreckt. Ihr Körper war kalt, der Körper ohne Muskelspannung. Sie schien mich nicht wahrzunehmen. Meine Hand auf ihrer Schulter, eine leichte Berührung auf ihrem Arm, nichts zeigte eine Reaktion. Auch die Berührungen ihrer besten Freundin blieb ohne Reflex. Drei Tage besuchte ich sie bis zu ihrem Tod täglich für 2 Stunden. Ich saß einfach nur am Bett. Und nach einiger Zeit begann ich mit ihr zu atmen. Im gleichen Tempo und deutlich hörbar. Das war nicht beabsichtigt und dennoch spürte ich damit eine Verbundenheit zwischen ihr und mir."

Das hört sich an, als ob das leistbar - machbar ist.

"Ich bin davon überzeugt, dass Sterbebegleitung keine Aufgabe für spezialisierte Fachleute ist. Sterbebegleitung ist ein freundschaftlicher, liebevoller und notwendiger Dienst am Menschen für den sich viel mehr Menschen engagieren sollten."

Es gibt aber bestimmt auch sehr schwierige Begleitungen. Wenn zum Beispiel Wut und Aggressionen eines Schwerkranken sich auch gegen dich wenden.

"Sicher. Ich komme dann auch schon mal an meine eigenen Grenzen. Aber ich weiß auch, dass sich die Auflehnung nicht gegen mich richtet. Sie richtet sich oft gegen das Unabwendbare der Situation, gegen diese teuflische Krankheit und den Tod. In solchen Gesprächen muss man viel einstecken können und zum Zuhören bereit sein. Auf dem Weg des Sterbens geht es oft auch noch einmal durch große Unruhe, Ohnmacht und Ratlosigkeit. Der verzweifelte Wunsch nach Leben und die Realität des körperlichen Verfalls sind doch auch schwer auszuhalten. Dann heißt es oft nur: sprachlos die Not mit aushalten und solidarisch bei dem Sterbenden zu bleiben. Das ist nie leicht, daran kann man scheitern."

Wenn du zu einem schwerkranken Menschen kommst, dann ist doch offensichtlich, dass keine Heilung mehr möglich ist. Sprichst du dann das Thema Sterben und Tod an?

"Wenn ich zum ersten Besuch komme, muss das Sterben nicht in der finalen Phase sein. Manchmal begleiten wir auch Menschen mehr als 1 Jahr lang.

Bei mir ist es eher so, dass meine Begleitungen derzeit in der Regel nicht länger als 4 Wochen dauern. Es ist aber nie das Ziel, mit den Schwerkranken gleich in den ersten Tagen über dieses Thema zu sprechen. Das Wichtigste ist zuerst, eine vertrauensvolle Beziehung zwischen mir, den Kranken und Angehörigen aufzubauen. Achtsam mitgehen und unterstützen, wo es gewünscht und notwendig ist. Manchmal geschieht es dann, dass „unerledigte“ Dinge angesprochen und eine eigene Lebensbilanz gezogen wird. Es sind immer die Betroffenen, die entscheiden, ob über ihr bevorstehendes Sterben gesprochen wird oder nicht. Ich werde niemals einen Menschen dazu nötigen, selbst wenn die Angehörigen mich darum bitten."

Wollen denn alle, die dazu noch in der Lage sind, über den bevorstehenden Tod und das Sterben reden?

"Nein. Jede Begleitung ist anders, individuell. Jeder reagiert anders auf die Todesnähe. Manche möchten ihre Angehörigen nicht belasten. Wenn aber ein Verständnis dafür aufkommt, dass Trauer und Angst nicht schlimmer werden durch das Gespräch, dass es gut tut mit seinen Liebsten zu weinen anstatt allein, dann kann der Abschied leichter gehen.

Im Mai dieses Jahres hatte ich eine Begleitung im Altenheim. Frau B. war 88 Jahre alt. Ihr Mann war vor einem Jahr verstorben. Sie hatte keine Angehörigen. Ich lernte sie 4 Tage vor ihrem Tod kennen. Sie war bei klarem Bewusstsein. Einige Stunden bevor ich eintraf, hatte sie einen enormen Blutverlust. Ein Pfleger war so geschockt von diesem Anblick, dass er zu ihr sagte: "Jetzt werden sie sterben." Frau B. schrie und weinte. Ich hatte noch nicht einmal Platz genommen neben ihrem Bett, da hielt sie schon krampfhaft meine Hände fest. "Gehen Sie nicht weg. Bleiben Sie hier. Es ist doch niemand da mit dem ich reden kann. Oder bin ich zu egoistisch? Müssen Sie noch andere Dinge erledigen?". "Ich will nicht tot sein." Dass ihr Leben ein Ende hat, konnte sie nicht akzeptieren."

Eine solche Situation lässt sich doch sehr schwer auszuhalten.

"Gut, dass wir einmal im Monat Supervision erhalten. Das hilft. Ich habe gelernt, zwischen meinen Gefühlen und den Gefühlen meiner Begleitungen zu unterscheiden und ihnen trotzdem nahe zu bleiben."

Wie viele Begleitungen machst du jährlich?

"Von Beginn dieses Jahres bis heute waren es schon 9 Begleitungen. Insgesamt sind das jetzt ungefähr 90 Stunden. Das ist schon recht viel. Aber es waren immer kurze Begleitungen von 3 Tagen bis 4 Wochen."

Du machst das ehrenamtlich. Bekommst kein Geld dafür. Fühlst du dich da nicht als "Lückenbüsser"?

"Nein, so fühle ich mich nicht. Ich bin davon überzeugt, dass das Ehrenamt in der Hospizarbeit wirklich Sinn macht. So wie ich zu Anfang sagte, ist Sterbebegleitung keine Aufgabe für spezialisierte Fachleute, sondern ein freundschaftlicher, liebevoller und notwendiger Dienst am Menschen. Ziel der Hospizbegleitung ist es doch, Sterbebegleitung zu einem Teil alltäglicher menschlicher Begegnungen zu machen, damit das Sterben wieder in den Alltag integriert wird."

Renates Leitmotiv: Schwerkranke brauchen Ohren, die zuhören, Worte, die Kraft spenden, Hände, die zupacken und offene Herzen.