



Dem Sterben den Schrecken nehmen Zwei Sterbebegleiterinnen aus Stutensee berichten über ihr Ehrenamt

Sterbebegleitung – das scheint ein sehr schweres Thema zu sein. Edith Nagel und Gertraude Bengel aus Stutensee haben sich trotzdem entschlossen, ehrenamtlich in der „Ambulanten Hospizgruppe Bruchsal und Umgebung“ tätig zu sein. In einem Interview berichten sie von ihren Erfahrungen.

Wie kam es bei Euch zu der Entscheidung Sterbebegleiterin zu werden?

Edith Nagel: Bei meiner Arbeit im Pflegeheim wurde mir eine Fortbildung zur Hospizbegleiterin angeboten. Das Thema hatte mich schon länger interessiert. Ich hatte das Bedürfnis, den Menschen näher zu kommen, die gehen. Und auch für die eigene Trauerverarbeitung war der Kurs sehr hilfreich. Je mehr ich über das Thema erfahren habe, umso besser und einfacher bin ich mit der Situation klar gekommen. Es hat viel gebracht. Und Einiges davon konnte ich auch an meine Kinder weitergeben.

Gertraude Bengel: Eine Bekannte, die von meiner ehemaligen Arbeit in den „Offenen Hilfen“ der Lebenshilfe wusste, sprach mich gezielt auf dieses Ehrenamt an. Kurz zuvor hatte ich meinen Mann verloren. Das war ein schwieriger Prozess und ich habe erlebt, wie gut es ist, wenn man nicht alleine da steht. Wie wichtig eine Stütze ist, auch für die Angehörigen. Auf die Anfrage hin beschloss ich, erstmal das Orientierungsseminar zu machen. Ich würde dann schon sehen, was die Beschäftigung mit dem Thema mit mir macht. Und es hat mir gut getan. Sowohl inhaltlich, als auch der ganze Kurs an sich. Da war ein Kreis von Leuten, der mir wirklich zugesagt hat. Ich habe mich dort wohl gefühlt.

Erinnert Ihr Euch noch an Euren ersten Einsatz?

Gertraude Bengel: Das war bei meinem Praktikum im Pflegeheim. Da ist mir der Satz: „Leben dauert bis zum Schluss“ sehr bewusst geworden, denn es gibt auch etwas vor dem Sterben, was wichtig ist. Ich hatte den Eindruck, dass es den Menschen gut tut, wenn sie über Ereignisse ihres Lebens sprechen können – sie raus lassen können, um sie los zu lassen. Außenstehende können sich diese Erzählungen völlig unbelastet anhören und ich glaube einfach, dass das sehr hilfreich sein kann.

Edith Nagel: Meine erste Begleitung war bei einem Mann, der nicht mehr ansprechbar war. Er hat fast gar nicht reagiert, bei Berührungen habe ich aber gemerkt, das mag er nicht. Also habe ich ihm vorgelesen oder saß einfach still bei ihm. Das war ganz eigenartig für mich. Ich komme ja aus der Pflege und dieses „nur“ Sitzen fühlte sich erstmal merkwürdig an. Der Mann hatte keine Angehörigen und außer mir also keine Besuche. Er ist in meinem Beisein verstorben, und ich dachte hinterher,

dass er wohl doch nicht alleine sein wollte. Als ich an diesem Tag das Pflegeheim verlassen hatte, bin ich in mein Auto gestiegen, an einen ruhigen Ort gefahren und dort erstmal eine Weile sitzen geblieben. Das habe ich mir inzwischen zur Angewohnheit gemacht. Mir nach dem Versterben einer Begleitung erstmal Zeit zu nehmen und nicht gleich in den Alltag zurück zu fahren, der einen erwartet.

Gibt es etwas, was Ihr für Euch ganz persönlich aus diesem Ehrenamt mitgenommen habt?

Edith Nagel: Die Arbeit als Sterbebegleiterin nimmt mich immer raus aus dem ganzen Alltagstrubel. Manchmal rennt man Sachen hinterher, „ich muss noch dies und das...“. Dabei ist doch vieles davon gar nicht wichtig.

Gertraude Bengel: Ganz wichtig ist für mich ein würdevoller Umgang mit dem sterbenden, und auch dem verstorbenen Menschen. Mir ist klar, dass der Prozess des Sterbens für viele Menschen ein schwerer Weg sein kann. Doch wenn man das Glück hat, friedliches Sterben erleben zu dürfen, dann bekommt man das Gefühl, dass es nicht zwingend etwas Schlimmes sein muss. Durch das Erleben dieser besonderen Situation hat für mich das Sterben etwas von seinem Schrecken verloren.

Foto und Interview: Claudia Leitloff