



Ruhe, Wärme und Gänsehautmomente Eine Waghäuselerin berichtet über ihr Ehrenamt als Sterbebegleiterin

Sterbebegleitung – das scheint ein sehr schweres Thema zu sein. Für Viele ist der Tod gar ein Tabu, das sie am liebsten verdrängen möchten. Die Waghäuselerin Elvira Köhler hat sich trotzdem entschlossen, ehrenamtlich als Sterbebegleiterin in der „Ambulanten Hospizgruppe Bruchsal und Umgebung“ tätig zu sein. In einem Interview berichtet sie von ihren Erfahrungen.

Elvira, Du bist nun seit sieben Jahren ehrenamtliche Sterbebegleiterin. Wie kam es denn dazu?

Elvira Köhler: Ich hatte mir schon frühzeitig Gedanken gemacht, als ich in die Endphase meines aktiven Berufslebens kam. Ich wollte auch danach noch etwas tun und gefordert sein. Ich habe den Qualifizierungskurs gemacht und dann ging es auch gleich los...

Dann kam also schon die erste Begleitung. Was dachtest du, als Du vor der Tür standst?

Elvira Köhler: Es war unglaublich aufregend. Wie alles, was man das erste Mal tut und wo man nicht weiß, was kommt. Wie bei einer Prüfung.

Eine Prüfung? Und als diese „Prüfung“ vorbei war?

Elvira Köhler: Da dachte ich nur: So habe ich mir die Sterbebegleitung nicht vorgestellt. Es war alles so lebhaft! Der Herr, den ich besuchte, war sehr redselig. Er hat mir viele Geschichten aus seinem Leben erzählt. Und er wollte mich von meinem Glauben abbringen. Doch obwohl wir da unterschiedlicher Meinung waren, hat er mich immer wieder eingeladen. Das könnte aber auch an den Plätzchen gelegen haben, die ich ihm mitgebracht habe. (Elvira lacht)

Sicherlich waren aber nicht alle Deine Begleitungen so redselig und lebhaft?

Elvira Köhler: Nein. Schon die nächste Begleitung war gravierend anders, der krasse Gegensatz. Die Dame hatte starke Schmerzen und das mitanzusehen war sehr schwer für mich. Aber es war auch sehr schön zu merken, wie sie sich mir öffnete. Ich hatte wirklich den Eindruck, dass sie meinen Besuch, die weibliche Hand und die Wärme, die ich ihr brachte, sehr genossen hat.

Das kann man spüren. Einmal besuchte ich eine Komapatientin. Sie hat immer sehr schnell geatmet und war unruhig. Wenn ich kam habe ich sie angesprochen, ihr die Hand aufgelegt, Musik gespielt oder ein Lied gesummt. Und ich konnte spüren, wie sie darauf reagiert. Sie wurde ruhiger und die Atmung regelmäßiger. Das waren für mich Gänsehautmomente, die ich in dem Maß niemals vermutet hätte. Dann habe ich gemerkt: Ja, hier bin ich richtig.

Gibt es etwas, was Du für Dich ganz persönlich aus Deinem Ehrenamt als Sterbebegleiterin mitgenommen hast?

Elvira Köhler: Vielleicht ist das die Wahrnehmung, dass die Menschen durch die Begleitung eine Wertschätzung erfahren. Dass sie spüren, dass jemand für sie da ist und sich um sie kümmert. Das fühlt sich gut an. Ich erwarte nicht, dass es mir gut geht. Aber ich spüre einfach, dass es etwas Gutes ist, was ich mache, wenn ich einen Menschen das letzte Stück des Weges begleite.

Foto: Moritz Schuhmacher

Interview: Claudia Leitloff