



Gemeinsam Lachen, Aushalten und Abschied nehmen Ehrenamtliche aus Bad Schönborn und Heidelberg berichten von ihren Erlebnissen als Hospizbegleiter

Sterbebegleitung – das scheint ein sehr schweres Thema zu sein. Warum sich Sonja Adam und Peter Tillert aus Bad Schönborn und Sabine Mitternacht aus Heidelberg trotzdem entschlossen haben, ehrenamtlich in der „Ambulanten Hospizgruppe Bruchsal und Umgebung“ tätig zu sein, berichten sie in diesem Interview.

*Wie kam es bei Euch zu der Entscheidung Sterbebegleiter*in zu werden?*

Sonja Adam: Auf der Suche nach einer Möglichkeit, mich ehrenamtlich einzubringen, bin ich auf den Infoabend zum Thema Sterbebegleitung gestoßen. Dort habe ich mich dann gleich für die Qualifizierungskurse angemeldet und auch in diesen Kursen war mir sofort an klar: Ich mach weiter. Natürlich ging es in der Ausbildung thematisch ans Eingemachte – das war teilweise schon heftig. Doch ich hatte mich sowieso immer mit dem Alter und dem Sterben beschäftigt und wusste aus vorherigen Erfahrungen, dass ich Menschen in ihrer letzten Lebensphase begleiten und auch ihre Angehörigen unterstützen kann.

Sabine Mitternacht: Ich war 25 Jahre alt, als meine Mutter starb. Und ihr Tod ist mir damals vorgekommen, als ob ich verloren hätte. Wir hatten so lange gekämpft, verschiedene Heilungsmöglichkeiten ausprobiert, und doch ist sie gestorben. Als dann zehn Jahre später noch ein guter Freund von mir starb, fing ich an, mich mit dem Tod zu beschäftigen. Das Thema hat mich nicht mehr losgelassen. Als ich in Rente ging, war für mich klar, dass ich mich ehrenamtlich als Sterbebegleiterin einbringen möchte.

Peter Tillert: Auch ich hatte mich mit Eintritt in die Rente nach einem Ehrenamt umgesehen. Durch eine Bekannte bin ich auf die Sterbebegleitung aufmerksam geworden. Ich fand das ganz interessant. Wenn man dem Tod nahe ist, befindet man sich in einer besonderen Situation, in der man sich plötzlich auch ganz anders verhalten kann.

Und wie war es dann in der Praxis? Gab es besondere Erlebnisse, an die Ihr Euch erinnert?

Sonja Adam: Ich erinnere mich an einen sehr kurzen Einsatz. Nur drei Mal habe ich diese Dame besucht, dann verstarb sie. Von den Angehörigen wurde ich darauf hin zum Leichenschmaus eingeladen. Normalerweise besuche ich nur die Beerdigung und lehne solche Einladungen ab, weil diese Zusammenkunft eine sehr persönliche Angelegenheit ist. Als nach der Beisetzung nur noch

wenige geblieben waren und die Angehörigen mich erneut gebeten hatten, ging ich doch mit. Ihre Dankbarkeit hat mich sehr bewegt.

Sabine Mitternacht: Ich erinnere mich an einen Herrn, den ich über Monate besucht habe. Eines Tages fand ich ihn nicht wie sonst im Sessel, sondern im Bett liegend vor, offensichtlich sehr aufgewühlt. Da war mir klar, dass er mitten im Sterbeprozess ist. Ich rief den Pflegeleiter und der informierte die Familie und innerhalb kürzester Zeit hatte sich die Situation total verändert. Für die Familie war der Prozess sehr schwierig mitanzusehen. Ich konnte sie darin bestärken, diese Situation durchzustehen und auszuhalten.

Peter Tillert: Mir hat eine Frau auf dem Sterbebett mal einen Witz erzählt. Wirklich. Sie meinte, Lachen sei die beste Medizin und wollte, dass ich mit ihr lache. Als ich ihr sagte, dass es mir in Anbetracht der Situation gerade nicht nach danach zumute wäre, fing sie an zu wispern. Ich näherte mich ihr, um sie besser zu verstehen und hörte sie sagen: „Was steht im Wald und wiehert? Eine Katze, die Fremdsprachen kann.“ Dann lachten wir zusammen.

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

Peter Tillert: Es ist bereichernd. Wie genau, kann ich gar nicht sagen. Es ist einfach die Art, wie die verschiedenen Menschen mit dem Sterben umgehen. Manche regeln alles, andere schieben das Thema ganz weit von sich weg. Ähnlich ist es mit den Angehörigen. Das finde ich sehr spannend.

Sonja Adam: Es kommt so wahnsinnig viel zurück, wenn die Menschen sich öffnen und einem ihr Vertrauen schenken. Und es ist schön, helfen zu können. Nicht nur dem Sterbenden, sondern auch den Angehörigen. Mich ganz persönlich hat die Konfrontation mit dem Tod beruhigt. Ich habe jetzt keine Angst mehr vor dem Sterben.

Sabine Mitternacht: Die 25-Jährige von damals ist inzwischen mit dem Sterben und dem Tod ausgesöhnt. Mich interessiert das Fragile des Lebens - die Grenze zwischen dem Diesseits und dem Jenseits, die gar nicht so weit von einander entfernt liegen. Das Sterben gehört einfach zum Leben dazu.

Bildunterschrift: (v.l.) Peter Tillert, Sonja Adam und Sabine Mitternacht berichten über ihr Ehrenamt als Sterbebegleiter*in

Interview und Foto: Claudia Leitloff