

Berührende Kommunikation mit Sterbenden – Zumutung oder Geschenk?

Dieser Frage gingen wir Ende Oktober bei einem intensiven Seminarwochenende in Bad Bederkesa auf den Grund. 15 ehrenamtlich Mitarbeitende des Ambulanten Hospizdienstes vom Diakonischen Werk des Ev.-luth. Kirchenkreises Osterholz-Scharmbeck, sowie zwei Koordinatorinnen lauschten gespannt, was der Dozent Christian Precht im Gepäck hatte. Und das war eine ganze Menge! Aber wir durften nicht nur zuhören, sondern wurden aktiv eingebunden und gestalteten so dieses spannende Thema auch nach unseren Wünschen mit.

Wie kommuniziere ich, wenn keine Sprache mehr möglich ist? Kann ich trotzdem zuhören und sogar antworten? Gibt es mehr als nur verbale Kommunikation? Und wenn ja, wie nehme ich sie wahr? Diesen Fragestellungen stehen wir in der Begleitung schwer Kranker und Sterbender sehr oft gegenüber. Der ein oder andere hat vielleicht schon eine Lösung für sich parat – aber gibt es nicht auch einen Leitfaden, an dem ich mich orientieren kann? Eine konkrete Anleitung wohl eher nicht, aber dennoch Möglichkeiten, die eigenen Sinne und Wahrnehmungen zu sensibilisieren, zu schärfen und zu trainieren.

Christian Precht (Mediator, Coach und Berater) regte dazu an, sich vom klassischen Schubladendenken zu entfernen und stattdessen Platz zu machen für Neues. Die Schubladen einfach mal offenstehen zu lassen, statt sie sofort zu schließen. Und dann neugierig abzuwarten, was wir sonst noch alles so wahrnehmen. Vor allem Gefühl! Den Verstand ausschalten und in sich hineinfühlen. Was nehme ich außer Hören und Sehen sonst noch wahr? Gibt es eine andere Methode, diese „Fremdsprache“ zu übersetzen?

Im Rahmen von praktischen Übungen, bei denen Sprechen nicht erlaubt war, haben wir persönlich erlebt, was man alles in den Gesichtszügen und in der Körperhaltung seines Gegenübers ablesen kann, und vor allem, wie man darüber hinaus sonst noch Emotionen wahrnimmt. Wir fühlten uns definitiv berührt. Als wir wieder zur verbalen Sprache greifen durften, wurden unsere Beobachtungen überwiegend bestätigt – wir hatten diese neue Fremdsprache also richtig „übersetzt“.

Aber auch, wenn Sprache im eigentlichen Sinn noch möglich ist, ist diese in der Begegnung mit Sterbenden nicht immer klar und verständlich. Manchmal tauchen scheinbar zusammenhanglose Begriffe auf. Doch wenn ich genauer hinhöre und/oder hinterfrage (und meine Schublade, in der „scheinbar verwirrt“ und „wohl nicht mehr im Hier und Jetzt“ ganz selbstverständlich von alleine Platz genommen haben, weiterhin geöffnet lasse) kann ich diesen Worten auch noch viel mehr entnehmen. Vielmehr will uns diese Person damit vielleicht etwas ganz Bestimmtes mitteilen, eine Art Symbolsprache also, die es zu entziffern gilt. Und, wenn uns dies gelingt, können wir somit helfen, noch wichtige Schlüsselpunkte bei der betroffenen Person zu klären. Das führt zu unbeschreiblicher Berührung für alle Beteiligten.

Fazit: Für mich ist berührende Kommunikation auf jeden Fall ein Geschenk!

Aber auch andere Themen kamen an diesem Seminarwochenende nicht zu kurz: Nicht zuletzt durch das Einbringen einiger Seminarteilnehmer/innen, die mit Meditation, Singen und Gitarre spielen, einem Bewegungslied, Klopfmassage und Meditativem Tanz für die nötige Abwechslung und weitere Erfahrungen gesorgt haben. Schnell entstanden so ein Wir-Gefühl und das Zusammenwachsen von Personen, die sich bisher teilweise nur kaum oder gar nicht kannten. Es war sehr spannend zu beobachten und zu erleben, wie unglaublich schnell dadurch eine vertrauensvolle Atmosphäre entstand.

Durch dieses erlebnisreiche Wochenende fühle ich mich nochmal mehr gewappnet, habe wieder ein paar Werkzeuge mehr in der Hand, um schwer Kranken und Sterbenden zur Seite zu stehen. Obwohl eigentlich kein Werkzeugkoffer notwendig ist, um für andere da zu sein!

Denn die Gabe, schwer Kranke und Sterbende zu begleiten, steckt in jedem von uns – wir haben es aufgrund von zu viel Verstand und Wissenschaft nur vergessen. Diese Worte meines Ausbilders während der Ausbildung zur ehrenamtlichen Hospizmitarbeiterin begleiten und stärken mich nun schon seit einigen Jahren.

„Warum machst du das eigentlich?“ werde ich häufig gefragt, „ich könnte das ja nicht!“ Das dachte ich auch immer! Ehrlich! Ich konnte mir nie vorstellen, mich intensiver mit dem Thema Tod und Sterben auseinanderzusetzen. Allein bei dem Gedanken daran brach ich in Tränen aus. Aber dann schlug das Schicksal zu und ich fand mich plötzlich und unerwartet in der Sterbebegleitung eines nahestehenden Verwandten wieder. 13 intensive Tage voller Gespräche, Liebe, Lachen, Tränen, Zuhören, da sein - bis zum Schluss -, Hände halten über den letzten Atemzug hinaus. Und dann kam der Frieden. Alles fühlte sich einfach nur noch richtig an. Eigentlich weiß ich bis heute nicht, woher diese Kraft und Selbstverständlichkeit plötzlich kamen. Aber sie sind bis heute da!

Wochen später eine Fernsehreportage über eine Hospizmitarbeiterin in einem Hospiz, und mein spontaner Gedanke: „Genau DAS würdest du auch ohne Geld machen!“ Echt jetzt, ich? Kam aber nicht infrage, da ich keinen pflegerischen Hintergrund mitbringe. Also wurde der Gedanke wieder zur Seite geschoben. Kurz darauf ein Bericht in der Zeitung: Der Ambulante Hospizdienst Osterholz-Scharmbeck bildet Ehrenamtliche für den Ambulanten Hospizdienst aus. Beruflicher Hintergrund egal. Ein späteres Ehrenamt wünschenswert aber nicht verpflichtend. Also bin ich mutig zum Infoabend. Dort haben ehrenamtliche Sterbebegleiter berichtet, wie so eine Begleitung aussehen kann. Die beschriebenen Situationen waren für mich selbstverständlich - das würde ich auch für jeden Bekannten machen.

Alles, was wir in der knapp einjährigen Ausbildung „gelernt“ haben, sind für mich Grundlagen, die meiner Meinung nach schon Kindern von Anfang an vermittelt werden sollten. Dass das Sterben genauso zum Leben gehört wie die Geburt, und dass Berührungsängste gegenüber Kranken oder Sterbenden überhaupt nicht notwendig sind. Ich glaube, dass dann gewisse Ängste und Unsicherheiten gar nicht erst aufgebaut werden und ein natürlicher Umgang mit diesen heiklen Themen möglich wird. Zudem haben wir uns in der Ausbildung auch damit auseinandergesetzt, wie wir selbst behandelt werden möchten und wen wir gerne um uns hätten, wenn es uns nicht gut geht. Ein Paket voller Selbsterkenntnisse!

Nichtsdestotrotz war ich bei meiner ersten Begleitung aufgeregt ohne Ende. Hoffentlich mache ich alles richtig! Was ist, wenn mir nichts „Schlaues“ einfällt? Schon während des ersten Besuchs habe ich gemerkt, dass es darauf gar nicht ankommt. Einfach da sein, der Rest ergibt sich von selbst. Die Dame, die ich letztlich sechs Monate begleiten durfte, hatte starkes Interesse daran, mir von ihrem Leben zu erzählen. Alles noch mal Revue passieren zu lassen. Und dabei ging es nur nebenbei auch um ihre schwere Krebserkrankung. Das Leben, das Erlebte, die Familie, die Reisen – all das waren viel präsentere Themen. So hatte ich das Glück, an einer sehr interessanten Lebensgeschichte teilzuhaben. Und wie gerne sie Lachs und Spargel gegessen hat! Ob ich ihr evtl. welchen besorgen könnte, denn genau jetzt hätte sie Appetit darauf, obwohl eigentlich gar nichts mehr schmeckt. Also bin ich losgefahren und habe frischen Lachs und Spargel gekauft. Dieses dankbare Strahlen in ihrem Gesicht werde ich nie vergessen.

Und genau solche Momente sind es, bei denen man so unglaublich viel zurückbekommt. Oder wenn Angehörige mitteilen, wie wichtig die Besuche für den Betroffenen waren. Aber dabei habe ich doch gar nichts gemacht! Doch dann kommt die Rückmeldung, dass alleine das Dasein schon genügt. Denn sehr häufig erleben wir, dass sich Freunde und Bekannte, ja sogar Verwandte abwenden, sobald von einer schweren Krankheit die Rede ist. Dabei wollen die Betroffenen meistens gar nicht alleine sein. Sie sind doch immer noch dieselben Menschen wie vorher, freuen sich über Austausch und Gesellschaft. Natürlich wird auch mal

über Krankheit und Sterben gesprochen, denn den aktuellen Status kann man ja nicht ausblenden. Aber überwiegend geht es um das Leben!

Das klingt jetzt ein bisschen wie ein Werbebrief für den Ambulanten Hospizdienst? Genau! Denn vielleicht möchten auch Sie dazu beitragen, die Lebensqualität anderer in der letzten Lebensphase zu verbessern und ein Sterben in Würde zuhause zu ermöglichen? Tragen auch Sie evtl. die nicht geahnte Kraft in sich, Sterbenden, schwer und unheilbar Kranken aber auch deren Angehörigen und Freunden sowie Trauernden zur Seite zu stehen? Dann freuen wir uns auf Ihre Unterstützung – und ich persönlich freue mich auf weitere Teammitglieder, mit denen ich mich bei den Gruppenabenden und der Supervision über die Erlebnisse austauschen kann.
(Bianca Gehlken)

Ambulanter Hospizdienst
Tel. 0 47 91 – 8 06 87
E-Mail: Hospizdienst.Osterholz@evlka.de