



Hospiz-Verein
Bergstraße e.V.

Leben in Würde
bis zuletzt.

HospizBrief Bergstraße

3/2017

Themenheft

Dankbarkeit

am Lebensende



Inhalt

	Seite		
Editorial	3	Aktuelles	
Geistliche Grußworte		Leben bis zuletzt - Ambulante Hospizarbeit, jetzt auch im Krankenhaus	23
Pfarrerin Ulrike Scherf / Pfarrer Thomas Catta	4	Personelle Veränderungen	23
Über die Wirksamkeit von Dankbarkeit	5	Spendenkonten	23
7. Bergsträßer Hospiz- und Palliativtag	8	Weiterentwicklung der SAPV-Versorgung	24
Was macht den Menschen aus?	11	Neuer Lebensraum für unsere Gäste und Angehörigen	24
Das Größte	12	Kunst im Hospiz Bergstraße: TH Darmstadt zeigt „Der Blick von außen“	25
Als junger Mensch ins Hospiz?	14	HospizAkademie Bergstraße legt Bildungsprogramm vor - auch neue Inhouseschulungen	25
Leben im Hospiz Bergstraße: Eindrücke einer Angehörigen	16	Mitgliedsantrag Hospiz-Verein Bergstraße e.V.	26
Die Würde des Menschen als Grundwert des Lebens	20	Patenschaftsantrag Hospiz Bergstraße	26
Dankbar für Dank	22		

Kontakt und Spendenkonten



Hospiz-Verein Bergstraße e.V.

Margot-Zindrowski-Haus | Sandstraße 11 | 64625 Bensheim
 Tel: 06251 98945-0 | E-Mail: post@hospiz-verein-bergstrasse.de
 Sparkasse Bensheim IBAN: DE89 5095 0068 0005 0000 54 BIC: HELADEF1BEN
 Volksbank EG Darmstadt IBAN: DE69 5089 0000 0004 8702 04 BIC: GENODEF1VBD



Hospiz-Stiftung Bergstraße

Margot-Zindrowski-Haus | Sandstraße 11 | 64625 Bensheim
 Tel: 06251 98945-11 | E-Mail: post@hospiz-stiftung-bergstrasse.de
 Sparkasse Bensheim IBAN: DE85 5095 0068 0005 0300 02 BIC: HELADEF1BEN
 Kennwort: Zustiftung

Spendenkonto der Impulse-Stiftung siehe Seite 23



Hospiz Bergstraße gemeinnützige GmbH

Kalkgasse 13 | 64625 Bensheim
 Tel: 06251 17528-0 | E-Mail: post@hospiz-bergstrasse.de
 Sparkasse Bensheim IBAN: DE39 5095 0068 0003 0730 79 BIC: HELADEF1BEN

Impressum: ISSN 2196-1034
 Herausgeber/Verantwortlicher:
 Hospiz-Verein Bergstraße e.V.
 Margot-Zindrowski-Haus
 Sandstraße 11 | 64625 Bensheim
 Tel.: 06251 98945-0 | Fax: 06251 98945-29
post@hospiz-verein-bergstrasse.de
www.hospiz-verein-bergstrasse.de

Leserbriefe bitte an:
post@hospiz-verein-bergstrasse.de
 Geschäftsführender Vorstand:
 Dr. Wolfgang Nieswandt, 1. Vorsitzender
 Prof. Dr. Albert Mühlum, 2. Vorsitzender
 Dr. Wolfgang Mansfeld, Schatzmeister
 Redaktionsteam:
 HVB: Dr. Albert Mühlum, Christine Palten
 HSB: Rüdiger Bieber, Jeca Blank
 HB: Elke Mayer

Fotos: wenn nicht anders angegeben: HVB,
 HSB, HB, Norbert Göller, Jeca Blank, Swantje
 Goebel, Harmeet Dawan, Portraits: Marc Fippel
 Fotografie
 Layout: Christine Palten
 Druck: Werbedruck Petzold, Gernsheim
**Werbedruck Petzold unterstützt seit 2014 den Druck
 unserer Hospizbriefe.**
 Auflage: 2.100 Exemplare

Editorial

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Hospizfreunde und -freundinnen,

wann, bitteschön, waren Sie zuletzt dankbar? Wem gegenüber, wofür, wie fühlte es sich an? War es eher situativ oder ist dies ein Grundton Ihres Lebens? Intime Fragen, gewiss, aber lebenswichtig – vielleicht sogar sterbenswichtig! Unser Akademieteam war mutig genug, es zum Thema des 7. Hospiztags zu machen: Dankbarkeit am Lebensende. Mit überraschendem Erfolg, wie die Rückmeldungen der TeilnehmerInnen zeigten. Schon nach dem Eröffnungsvortrag von Swantje Goebel gab es keinen Zweifel mehr, wie notwendig dieser eher ungewöhnliche Blickwinkel auf die Endphase des Lebens ist.

Ohne die mit dieser Lebens(end)krise oft einhergehende Mühsal und das Leid der Betroffenen zu verharmlosen, ist eine dankbare Rückschau auf das Gelebte naheliegend. Mehr noch, was viele HospizbegleiterInnen persönlich berichten, wird auch in der Würdezentrierten Therapie bestätigt: Der Blick zurück, das Erinnern und Nachdenken und Nachspüren vergangener Erlebnisse, Begegnungen und Erfahrungen kann klärend sein, und es enthält immer auch Elemente dankbarer Erkenntnis oder Zustimmung. Eine sensible Begleitung kann dazu beitragen, diesen Schatz der Erinnerung zu heben, diesen Schatz der Erinnerung zu heben, positiv einzuordnen und damit einen versöhnten, ja dankbaren (!), Abschied aus diesem Leben ermöglichen.

„Dankbarkeit ist die Erinnerung des Herzens“ – oft wird diese anrührende

Metapher verwendet, zuletzt vom Bundespräsidenten bei der Trauerfeier für Helmut Kohl. Ja, das Gemüt ist zurecht angesprochen, aber es gibt auch eine bilanzierende Dankbarkeit und weitere Aspekte, die dieses Themenheft aufgreift.

Als Vorsitzende dieses ebenso komplexen wie dynamischen Vereins erleben auch wir Dankbarkeit in vielen Facetten, direkt und indirekt und auch vermittelt durch unsere haupt- und ehrenamtlichen MitarbeiterInnen. Wir sind immer wieder berührt davon und können darauf nur mit unserer eigenen Dankbarkeit antworten. Könnte es sein, dass Dankbarkeit ansteckend ist? Tatsächlich ist so Vieles im Leben Geschenk, nicht verdient, unerwartet, manchmal überwältigend. Für uns z.B. die Gründung der HospizAkademie aufgrund großzügiger Förderung durch die Dietmar Hopp Stiftung. Was sonst als Dankbarkeit wäre hier angemessen?

Zurück zu ‚Dankbarkeit und Erinnerung‘: Als religiös grundierte Menschen erkennen wir noch eine andere Dimension, die sich jedem sofort erschließt, der einen geliebten Menschen verloren hat. „Gott schenkt uns Erinnerungen, damit wir Rosen im Winter haben“ – auch im Winter der Trennungsangst, der Trauer und der Verlassenheit. Die in diesem Heft gesammelten Dankbarkeiten können das bezeugen.



Dr. Wolfgang Nieswandt, 1. Vorsitzender



Prof. Dr. Albert Mühlum, 2. Vorsitzender

Geistliche Grußworte

Dankbarkeit

„Danke“ – das Wort geht uns im Alltag vermutlich oft über die Lippen, für Kleinigkeiten, für Alltägliches. Es gehört zum höflichen Umgangston. Wir sagen ‚Danke‘ und ‚Bitte‘, wenn wir etwas geben oder empfangen.

Wenn jemand jedoch ganz bewusst sagt: „Ich bin dankbar“, dann kommt eine Lebenseinstellung, eine Haltung zum Ausdruck. Oft im Rückblick auf einen bestimmten Lebensabschnitt oder sogar auf das Leben als Ganzes. Wer dankbar ist, weiß, dass auch schwere Zeiten zum Leben gehören. Aber in der Gesamtschau überwiegt, was an Gutem empfangen wurde – Glück, Bewahrung, Segen.

„Im normalen Leben wird einem oft gar nicht bewusst, dass der Mensch überhaupt unendlich viel mehr empfängt, als er gibt, und dass Dankbarkeit das Leben erst reich macht.“¹

Dietrich Bonhoeffer schreibt diese Zeilen im September 1943. Fast ein halbes Jahr war der deutsche Theologe zu diesem Zeitpunkt aufgrund seines Widerstands gegen das Hitlerregime in Haft. In dieser Situation formuliert er, was im Alltag – im „normalen Leben“ – oft zu kurz kommt: Dass wir Menschen viel empfangen – mehr als uns bewusst ist.

Doch wie entsteht Dankbarkeit? Es gibt eine Übung, die vorschlägt, jeden Abend drei Dinge zu notieren, für die man an diesem Tag dankbar ist. Wer dies einübt, blickt verändert auf die Welt und das Leben. Die Dankbarkeit führe zu einer positiven Grundhaltung, die hilft, auch schwere Zeiten durchzustehen.

Dankbarkeit gelingt jedoch nicht immer und jedem Menschen. Manchmal sind Trauer, Schmerz, Wut oder Angst größer. Gerade wenn wir mit Sterben und Tod konfrontiert sind.

Zugleich erlebe ich an Sterbebetten immer wieder eine große Dankbarkeit, gerade wenn andere Menschen da sind, zuhören, Anteil nehmen. Dankbarkeit für die gemeinsame Zeit, für kostbare Momente der Liebe, für ein behutsames Abschiednehmen, für Großes und Kleines, das das Leben reich gemacht hat. Das finde ich bewundernswert, und ich denke: Gott sei Dank!

*Pfarrerin Ulrike Scherf
Stellvertreterin des
Kirchenpräsidenten der EKHN,
Beirätin in der Hospiz-Stiftung Bergstraße*



Dankbarkeit – Gedächtnis des Herzens

Das Kind hat vom Besuch ein Spielzeug geschenkt bekommen und will sofort anfangen, damit zu spielen. Da bekommt es zu hören: „Nun sag erst mal Danke“. Es gehört zur Höflichkeit, wer etwas bekommt, antwortet mit einem „Danke“ - selbst wenn ihm das Geschenk nicht gefällt. Das sind wir schließlich dem Geber schuldig. Und doch ist es mit der Dankbarkeit, so ist die Wahrnehmung, oft nicht weit her. Überzogene Wünsche und der Eindruck, zu kurz zu kommen, verzerren den Blick auf die vielen Gründe, dankbar und zufrieden zu sein. Wer unersättlich wird, kann nicht mehr genießen. Auch so kommt Dankbarkeit abhanden. Dostojewski bringt es auf den Punkt; er sagt: „Ich glaube, die beste Definition des Menschen lautet: undankbarer Zweibeiner.“ Und der Kabarettist Dieter Hildebrandt spottet: „Statt zu klagen, dass wir nicht alles haben, was wir wollen, sollten wir lieber dankbar sein, dass wir nicht alles bekommen, was wir verdienen.“

Ich bewundere die Menschen, die sich trotz einer Erkrankung oder des Verlustes eines lieben Menschen den Blick für das Gute in ihrem Leben bewahrt haben. Bei ihnen spüre ich viel Dankbarkeit. Häufig sagen sie „Gott sei Dank“ und meinen es genauso. Sie verdeutlichen mir den Unterschied zwischen dem eingeforderten, manchmal gequälten „Danke“ und wirklicher Dankbarkeit. Offensichtlich gelingt Kindern und Menschen mit Handicap das Danken besonders gut. In einer Schulstunde wurde bei Kindern mit Down- Syndrom gefragt, wofür sie danken könnten. Einige der Antworten waren: Danke für das schöne Schulhaus! Danke für die neue Rutschbahn! Danke für das gute Mittagessen! Danke, dass du mir zugehört hast! Danke für das Vogelgezwitscher am Morgen!

Es gibt so vieles, was uns dankbar stimmen kann: die Augenblicke überwältigender Seligkeit in einer geglückten Beziehung, die Umarmung nach einem guten Gespräch, die ausgestreckte Hand nach einem bösen Streit.

Ein dankbarer Mensch vergisst nicht, dass er sich und sein Leben nicht selbst verdankt. Ja, es stimmt: Dankbarkeit ist das Gedächtnis des Herzens!

Es ist einen Versuch wert, jeden Abend in aller Kürze zu überlegen: Was alles am heutigen Tag verdanke ich jemandem? Was habe ich geschenkt bekommen, ohne dass ich dafür etwas leisten musste? Wer so fragt, wird möglicherweise entdecken, dass wir alles Wesentliche im Leben nicht selber machen oder verdienen können: Die Liebe, die Sympathie, die Zuneigung. Wir haben allen Grund, ein Dankeschön zu sagen.

*Pfarrer Thomas Catta
Bensheim, St.Georg*



¹ Brief an Karl und Paula Bonhoeffer, 13. September 1943, aus: Dietrich Bonhoeffer: Werke. hg. von Eberhard Bethge u.a.; Gütersloh: Kaiser, 1986–1999; Band 8 (WE), S. 157f.

Über die Wirksamkeit von Dankbarkeit

Vortrag von Dr. Swantje Goebel beim 7. Bergsträßer Hospiz- und Palliativtag am 23. September 2017
(gekürzte Fassung)

Liebe Zuhörerinnen und Zuhörer,

wenn wir gute Dinge erleben, empfinden wir Menschen Dankbarkeit, nicht wahr? Wir sind dankbar, wenn es unseren Liebsten gut geht, wenn wir auf einer Zugfahrt lauter freundlichen Menschen begegnen oder uns jemand an der Supermarktkasse mit unseren drei Artikeln vorlässt... Dankbare Menschen haben schlichtweg Gutes erfahren, so könnte man schlussfolgern. Kein Grund zu Klagen. Dennoch will diese Gleichung nicht ganz aufgehen. Vielleicht haben Sie in der Begegnung und Begleitung Schwerstkranker schon die Erfahrung gemacht, dass diese – neben all den Belastungen und Herausforderungen – auch Dankbarkeit spüren? Dass sie dankbar sind für die Fülle an gelebtem Leben, die noch verbleibende Zeit. Für das Miteinander mit ihren Liebsten, für die Liebe...

Solcherart Dankbarkeit können wir immer wieder feststellen. Und das ist doch bemerkenswert, schließlich befinden sich die Menschen, zu denen wir uns aufmachen, in der für sie wohl schwersten und herausforderndsten Zeit ihres Lebens! Das eigene Sterben absehbar zu wissen (oder das absehbare Sterben eines geliebten Menschen) das ist eine existenzielle, weil die eigene Existenz und Identität bedrohende Krise! Und dennoch hat Dankbarkeit einen Platz, und zwar keinen kleinen.

Was ist Dankbarkeit? ein positives Gefühl, eine Haltung zum Leben

Dankbarkeit ist eben weit mehr als eine nüchterne Bilanzierung, sondern auch eine Haltung, ein Lebensgefühl, das den gesamten Menschen umfasst. Wenn es ums Lebensende geht, mag dies vielleicht besonders eindrücklich werden: Dankbar zu sein bedeutet, das Leben nicht selbstverständlich zu nehmen. Weil das Leben auch zerbrechlich ist, wir unser Leben ja nicht uns selbst verdanken. Dass wir am Leben sind, ist ein Geschenk. Wir werden in dieses Leben hineingeboren, in diese Welt, an diesen Platz und in diese Zeit.

Mitten in diesem Leben stehend darüber nachdenkend, paart sich Dankbarkeit schnell mit Demut angesichts der Tatsache, dass wir hier leben dürfen, in Sicherheit und Frieden, in Wohlstand und Überfluss. Da relativiert sich das Dankbarkeitsgefühl schnell, es wird schal. Wir können doch nicht dankbar sein, dass es uns gut geht, während die Welt um uns im Argen ist!? Doch wem nützt es, wenn wir uns grämen?

Dankbarkeit ist ja kein Zynismus, sondern eine gute, menschenverbindende Kraft. Dankbar zu sein bedeutet ja auch wahrzunehmen, sich bewusst zu sein. Das Verb danken geht nämlich genauso wie das Verb denken auf die indogermanische Wurzel teng = empfinden/denken

zurück, der ursprüngliche Bedeutungszusammenhang ist also „etwas in Gedanken halten“ (DWDS).

So gesehen: Ist Dankbarkeit – ich bin mir bewusst, empfinde meine Existenz als Geschenk – vielleicht sogar die Voraussetzung, an der Not in der Welt Anteil zu nehmen? Dieser Gedanke stammt vom Theologen Thomas Naumann (2009): Eine Haltung der Dankbarkeit öffnet mich für das Leid und die Bedürfnisse Anderer. Habe ich zu mir, meinem Sein und Haben eine grundsätzlich dankbare Haltung, bin ich frei, mich aufrichtig dem Anderen zuzuwenden.

Für die Psychologie jedenfalls ist klar (Blickhan 2015): Dankbarkeit ist ein positives, psychologisch mächtiges Gefühl mit messbaren innerpsychischen und zwischenmenschlichen Auswirkungen. Ihre Grundformen sind:

- zum einen innerpsychisch eine existenzielle Dankbarkeit, die zunächst nur mich und mein Dasein in der Welt betrifft. Ich bin mir selbst gegeben.
- Und zum anderen wirkt Dankbarkeit im sozialen Miteinander, Dankbarkeit ist ein sozialer Akt.



Eine dankbare Haltung wirkt positiv auf Gesundheit und Wohlbefinden

Was bewirkt eine dankbare Haltung in mir? Wer einmal mit dieser Frage im Gepäck den Büchermarkt oder das Internet durchforstet, wird schnell feststellen: Dankbarkeit zu propagieren, ist offensichtlich in Mode. Eine Fülle an Ratgeberliteratur empfiehlt eine dankbare Haltung als sicheren Weg zu Glück und innerer Zufriedenheit. Dankbarkeit wird da fast als Allheilmittel angepriesen: Wenn du nur regelmäßig Dankbarkeitspraktiken ausübst, dann schützt dich das vor Burn-out, vor Angst, depressiven Verstimmungen, macht dich glücklich und gesund usw.

Klingt ja schon mal gut. Macht aber auch skeptisch. Und doch: Diese positiven Wirkungen einer dankbaren Lebenshaltung werden durch wissenschaftliche Forschungsergebnisse bestätigt. Inzwischen existieren zahlreiche empirische Untersuchungen dazu, wie Dankbarkeit in positiver Weise auf unser Gehirn, unsere Gesundheit und Lebenszufriedenheit wirkt.

Dankbarkeit als sozialer Akt: Wir brauchen positive soziale Aufmerksamkeit

Die Psychologin und Bestsellerautorin Eva Wlodarek (2017) beschreibt Dankbarkeit als einen sozialen Akt so: „Ich erkenne und fühle, was du für mich oder die Gruppe bedeutest oder tust.“ Ich anerkenne dein Tun, ich wertschätze dich als Person. Und noch mehr: In der Dankbarkeit mitbedenke ich zusätzlich mich als die empfangende Person. „Ich würdige deine Bedeutung für mich und erkenne in deinem Wirken ein Geschenk.“ Und das hat natürlich eine Kraft! Für mich und ganz genauso für jene Person, der ich meine Dankbarkeit entgegenbringe. Denn wir Menschen sind soziale Wesen. Wir brauchen positive soziale Aufmerksamkeit, sind ja von Geburt an darauf angewiesen wahrgenommen zu werden. Wir möchten als Person gesehen werden, aber auch mit unseren Leistungen, mit dem, was wir in unsere soziale Gruppe einbringen.

Ohne Zweifel ist ein Wort des Dankes wohltuend, eine Bestätigung für das eigene Sein und Wirken. Positive Aufmerksamkeit motiviert und spornt uns an und kann eine Art von „Entlohnung“ sein, die ihre Berechtigung hat. (Wlodarek 2017)

Dankbarkeit in der Hospizarbeit: Wie merke ich, wenn mir das Danke zu wichtig wird?

Das ist aber genau der Moment, an dem wir – als Fachkräfte oder als Ehrenamtliche, die Schwerstkranke und Sterbende umsorgen und begleiten – besonders aufmerksam zu sein haben. Denn wir wollen alle helfen und tun das mit großer Motivation. Es gibt inzwischen eine Reihe von Studienergebnissen, die das bestätigen (z.B. Schneider 2012, Goebel 2012). Wir wollen durch unser Engagement einen Beitrag an die Gemeinschaft

leisten, vielleicht auch etwas zurückgeben. Wir erinnern uns: Ich bin gesund, wohlgenährt, sozial geborgen – und kann mich deshalb für das Leid der Anderen öffnen.

Gleichzeitig ist Hospizarbeit immer noch etwas, auf das die Menschen selten neutral reagieren, eher so: „Wow, was du da tust, toll! Ich könnte das ja nicht...“ Usw. Geballte positive Aufmerksamkeit also. Tut gut: Schön, wenn das wahrgenommen und anerkannt wird. Aber wie spüren wir, wenn uns das Danke zu wichtig wird? Wenn wir es nicht nur genießen, sondern auch erwarten, dass unsere guten Taten entsprechend gewürdigt werden? Da gilt es aufmerksam zu sein!

Hilfe erbitten (müssen) – Herausforderung für Schwerstkranke

Nehmen wir nun einen Perspektivwechsel vor und fühlen uns in die Situation unserer Hospizgäste ein: Wie fühlt es sich an, als schwerstkranker Mensch auf Hilfeleistungen angewiesen zu sein? Wenn einem gefühlt wenig mehr übrigbleibt, als sich mit Dankbarkeit erkenntlich zu zeigen? Gegenüber der Familie, den Freunden und den zahlreichen Fachkräften – all den Menschen eben, die den Erkrankungsweg mit einem gehen, einen umsorgen und pflegen, während man immer weniger selbst tun kann?

Unsere Hospizgäste haben meist einen langen, herausfordernden Weg hinter sich. Sie haben ja nicht nur eine Krankheitsgeschichte, sondern auch eine Behandlungsgeschichte, haben vielfach erlebt, hilflos zu sein, ausgeliefert, angewiesen. Immer weniger können sie ihr Leben wie gewohnt gestalten, sie müssen Verluste hinnehmen und aushalten: den Verlust körperlicher Integrität, den Verlust sozialer Rollen, den Verlust von Selbstbestimmung, Autonomie, der Privatsphäre, das Loslassen von Lebensträumen und Plänen. Ein Anpassen und Hineinfinden in das, was jetzt ist und was noch geht.

Dazu kommt, dass es sich hier um einen Grenzbereich handelt: Schwerstkranke empfangen Unterstützung nicht periodisch. Sie können sich nicht damit trösten, dass sie sich irgendwann revanchieren können. Schließlich begleiten wir sie aus dem Leben.

Bei aller Akzeptanz des Todes, so bleibt doch das eigene Sterbenmüssen die größte, weil existenzielle Krise, die wir Menschen selbst zu bewältigen haben. Hier auf die Unterstützung durch Mitmenschen angewiesen zu sein, in unserer autonomiegeprägten Zeit, kann eine ganz besondere Herausforderung sein. Etwas anzunehmen kann sich wie ein Eingeständnis anfühlen: Ja, ich bin auf Hilfe angewiesen. Ja, ich bin verletzlich. Ich bin nicht so autonom, wie ich das für mich eigentlich beanspruchen möchte. Nicht mehr... Vielleicht fühle ich mich da in meinem Selbstbild angegriffen. Fühle mich der gebenden Person gegenüber unterlegen, mich im Hilfe-annehmen-müssen mit meiner Krankheit konfrontiert. Ihr ausgeliefert?

Das mitzudenken, ist deshalb unsere Aufgabe. Und das hat mit Haltung zu tun, mit Respekt und Würde den Menschen gegenüber, die sich uns anvertrauen. Aber auch uns selbst gegenüber. Denn tatsächlich liegt in der Reziprozität, im Verbundensein von Geben und Nehmen, eine Chance für beide Seiten.

Soziologische Einordnung: Reziprozität als Chance für beide Seiten

Soziologisch betrachtet ist der Dank eine Form des kommunikativen Austauschs (Simmel 2005). Ich empfangen, was ich mir selbst nicht geben kann und gestehe mit meinem Dank ein, dass ich auf die Wohltat der Anderen angewiesen bin. Das Danke als Antwort auf etwas, das jemand anderes für mich tut oder gibt, lernen schon unsere Kleinen; das gehört zum Grundkanon der Höflichkeit.

De facto funktioniert so jede Gemeinschaft. Gesamtgesellschaftlich betrachtet hat das Prinzip der Reziprozität nichts Beschämendes, sondern ist selbstverständlich. Gemeinschaft wie Gesellschaft sind vielfach miteinander verflochtene Austauschbeziehungen. Schauen wir auf das Geben und Nehmen als Austausch, so bedeutet es: Die gebende Person ist eine, die Hilfe leistet; die Person, die Hilfe ersucht oder erhält, nimmt diese an. Das macht sie mit dem Wissen, dass sie bei der nächsten Gelegenheit die Person sein kann, die gibt. Dieses füreinander Handeln ist eine Grundform des sozialen Lebens. So hat das der Soziologe Georg Simmel vor 100 Jahren schon beschrieben.

Dankbarkeit entsteht aus solchen Wechselverhältnissen und ist zunächst mal ein persönlicher Akt. Gleichzeitig ist Dankbarkeit sowas wie das moralische Gedächtnis der Menschheit. Ich bin dankbar für die mir erwiesene Wohltat und Sorge dafür, dass auch ich mich auf einem anderen Feld in einem anderen Kontext als Wohltäterin erweisen kann. Durch dieses Netz – das vielfache hin und her und kreuz und quer miteinander in Geben und

Nehmen Verbundensein – wird Dankbarkeit zu einem starken gesellschaftlichen Bindemittel, sie erfüllt eine gemeinschaftsstärkende Funktion.

Denn Dankbarkeit ist mehr als das rationale Ergebnis einer Austauschbeziehung: Eine Wohltat lässt sich nicht einfordern, sie ist eine freiwillige Gabe. Etwas zu erbitten bedeutet ein Bekenntnis der eigenen Bedürftigkeit; im Geben liegt die Anerkennung dessen – und der darin eigenen Würde, die uns alle miteinander eint. Indem die beschenkte Person dankt, würdigt sie die Freiwilligkeit im Geben und dankt für die Entscheidung dazu; sie würdigt die Gabe des Anderen als Wohltat am eigenen Leben. Im Vorgang des füreinander Handelns werden somit Schenkender wie Beschenkte gleichermaßen gewürdigt und sozial aufgewertet (Naumann 2009).

Eine hospizliche Haltung ist eine der Dankbarkeit

So gesehen wirkt in der Hospizarbeit – wie in anderen Versorgungssituationen auch – die unausgesprochene gesellschaftliche Vereinbarung der Reziprozität, des Gebens und Nehmens, das keine Aufrechnung braucht. Deshalb ist eine hospizliche Haltung eine Haltung der Dankbarkeit. Weil sie das Wissen um die eigene Verletzlichkeit impliziert. „Ich weiß, ich bin du.“ Ich begegne dir als Mensch, nicht als Träger einer Krankheit, sondern als unverwechselbare Person. Ich begegne dir mit Respekt und mit Freundlichkeit, ich achte deine Würde und halte mich mit Mutmaßungen über dich und deine Situation zurück. Sag du mir, was ich über dich als Person wissen sollte, um dich bestmöglich zu begleiten (Chochinov 2017). Dann richte ich mich auf deine Bedürfnisse aus und lasse dich deinen Weg gehen. Begleite dich ein Stück. Das ist hospizliche Haltung.

Eine Liste der verwendeten Literatur kann über Swantje Goebel bezogen werden.



7. Bergsträßer Hospiz- und Palliativtag

Ein Rückblick auf den 23.09.2017 — Schwerpunktthema „Dankbarkeit am Lebensende“

„Es sind nicht die Glücklichen, die dankbar sind, sondern die Dankbaren, die glücklich sind!“, so heißt es treffend in einem alten Sprichwort.

Dass dem wirklich so ist, lernten die 140 Teilnehmenden des 7. Bergsträßer Hospiz- und Palliativtages schon im Eröffnungsvortrag von Dr. Swantje Gobel, einer der beiden Leitungen der HospizAkademie. Da verwundert es nicht, dass man während der Tagung so viele glückliche Gesichter sah.

In interessanten Workshops konnte Jede und Jeder Neues – nicht nur zum Thema Dankbarkeit – lernen und in den Pausen in Gesprächen mit anderen Teilnehmenden vertiefen. Die großen Mengen an leckerem Obst und Schokoküssen, die die Akademie geschenkt bekommen hatte, trugen ebenso zur guten Stimmung in den Pausen bei wie die liebevolle Umsorgung der Gäste durch ehrenamtliche Helferinnen, die nonstop mit Kaffee kochen und Geschirr aufräumen beschäftigt waren.

Allerdings waren in diesem Fall die Pausen nicht nur zur Erholung gut, sondern auch, um weiteren spannenden und berührenden Input zu bekommen. Bei der Besichtigung einer Ausstellung oder bei Atemübungen, bei moderierten Tischgesprächen oder im informellen Austausch – der „geheime Lehrplan“, der ja so wichtig ist, kam bei unserer Tagung sicher nicht zu kurz und wurde vielfach gelobt. „Endlich muss man mal nicht von einem Workshop zum anderen hetzen, sondern hat Zeit neue Leute kennen zu lernen!“ war ein oft zu vernehmender Kommentar.

So waren auch wir als Veranstaltende besonders dankbar, nicht nur für die großzügige Unterstützung der Akademiearbeit durch die Dietmar

Hopp Stiftung, sondern auch für die vielen positiven Rückmeldungen aus den Reihen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

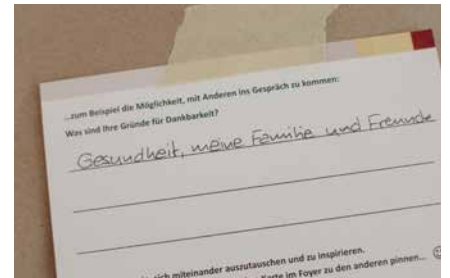
Am Ende der Tagung kamen alle ReferentInnen noch einmal auf der Bühne zusammen, um in einem bunten Potpourri Blitzlichter aus ihren Workshops für das ganze Plenum zu präsentieren.

So erfuhren alle Anwesenden in Kurzform, was über Resilienz oder Musiktherapie, über Rituale oder Patientenverfügung, zu Biographiearbeit und Kindertrauer oder auch Philosophie und Aromatherapie wissenswert ist. Dass man in anderen Kulturen eben andere Ansätze hat und auch eine Intensivstation ein Ort ist, wo andere Kulturen herrschen, aber man dennoch hospizliches Denken und Handeln hineinbringen kann, insbesondere wenn es um ärztliche Entscheidungen am Lebensende geht. Dass Kunst einen hohen Stellenwert besitzt und sehr segensreich wirken kann und wie durchdacht und schön das Hospiz eingerichtet ist, konnte ebenfalls erlebt werden.

Insgesamt herrschte nach Ende der Tagung eine große Erleichterung darüber, dass alles auch Dank der guten Organisation so wunderbar geklappt hat. Ein schöner Auftakt der Akademiearbeit, der Mut macht, neue Projekte anzupacken.

Wir freuen uns auf die Herausforderung, das über mehr als zwei Jahrzehnte angesammelte Wissen und die Erfahrungen nun unter dem Dach der HospizAkademie Bergstraße weitergeben und verbreiten zu dürfen.

Doris Kellermann,
Leitung HospizAkademie





Große und kleine Gründe dankbar zu sein

Ich bin dankbar dafür, dass ich in meiner Zeit als Lehrer keinem wirklich unsympathischen Kind begegnet bin.

Ich bin dankbar für **über siebzig Jahre Frieden** in meiner Heimat.

Ich bin sehr dankbar, in einem Hospiz und mit sterbenden Menschen arbeiten zu dürfen. **Ich empfinde von diesen Menschen so viel mehr, als ich ihnen zu geben vermag.**

Ich bin dankbar, tolerante, geduldige, zuhörende Menschen zu kennen. Ich bin dankbar erkannt zu haben, dass ich selbst hier noch Aufholpotenzial besitze.

Ich bin dankbar **für den überraschenden Kuss**, die meine Enkelin dem im Sessel dösenden Opa einfach mal so auf die Backe drückt.

Dankbarkeit – was fällt Ihnen ein? Hier die Antworten unsere Hospizfreundinnen und Hospizfreunde

Wir haben unsere HospizfreundInnen zur Dankbarkeit befragt. Dies ist eines der Poster einer resultierenden Ausstellung.



Über die HospizAkademie Bergstraße

Zu den Aufgaben der Hospizarbeit gehören

- die Qualifizierung von Menschen, die Schwerstkranke und Sterbende umsorgen und begleiten
- die Verbreitung des Hospizgedankens in Sozial-, Gesundheits- und Bildungseinrichtungen
- die Ermutigung, sich mit Fragen zum Lebensende auseinanderzusetzen
- die Vertretung hospizlicher Positionen in gesellschaftlichen Debatten zum Lebensende.

Diesem Bildungsauftrag widmet sich die HospizAkademie Bergstraße.

Am 23. September 2017 als Abteilung des Hospiz-Vereins gegründet, richtet sich die Hospiz-Akademie Bergstraße an Menschen in Haupt- und Ehrenamt in und außerhalb Palliative Care sowie an interessierte Bürgerinnen und Bürger.

Mit der Akademie zielen wir auf die Vermittlung aktueller (fach)spezifischer Kenntnisse und Fertigkeiten sowie die Förderung einer wertschätzenden, ganzheitlichen Haltung gegenüber Schwerstkranken und ihren An- und Zugehörigen. Wir initiieren Begegnungen und Gespräche über Professions- und Institutionsgrenzen hinaus – auch im Sinne der Organisationsentwicklung und Vernetzung und verstehen uns als Ansprechpartnerin für hospizliche und palliative Fachfragen.

Wir möchten hospizliche Kompetenz überall dort implementieren, wo Schwerstkranke und Sterbende umsorgt und begleitet werden. Voraussetzung dafür ist die Bereitschaft, sich mit der Vergänglichkeit des Lebens auseinander zu setzen.



Fotos © Marc Fippel Fotografie

Was unsere Tagungsgäste rückgemeldet haben:

Wir haben die TeilnehmerInnen des Hospiz- und Palliativtags nach ihrer Meinung gefragt – hier ihre Antworten:

Wie bewerten Sie den Verlauf der Veranstaltung insgesamt?

49 x sehr gut, 2 x gut, 1 x mangelhaft

Was hat Ihnen am besten gefallen? Ein Auszug

Sehr gute Organisation

Atmosphäre und Räumlichkeiten

Die gute Versorgung und die Freundlichkeit

Empfand mich sehr umsorgt und wertgeschätzt.

Die Vielfaltigkeit der Angebote

Die lockere Art der Workshops trotz ernstem Thema

Praxisnähe

Die Rede von Swantje Goebel

Die Atempause

Der Austausch mit anderen

Die Begegnung mit verschiedenen Pflege- und Palliativteams

Die gelebte Herzlichkeit

Die Sonne in der Mittagspause

Der ganze Tag war stimmig!

Am besten: dass die Akademie wirklich jetzt lebt!

Was hat Ihnen am wenigsten gefallen? Ein Auszug

Mittagessen (in Plastikgeschirr, keine vegetarische Alternative)

Mittagsprogramm

Es könnten Stehtische gebraucht werden

Das Resümee hat viel Zeit gekostet

Viel zu wenig Zeit für die unerschöpflichen Themen

Dass der Tag so schnell vorbei war

Für die Zukunft habe ich folgende Veränderungsvorschläge, Wünsche, Fragen:

Anmeldebestätigungen verschicken

Klebeschilder mit Namen

Kleiner Mittagsimbiss vor Ort statt Essen, vegetarisch statt Fleisch

Ein paar Stehtische zum Abstellen der Tassen und Gläser

Der Verpflegungsaufwand schien mir persönlich fast etwas übertrieben.

Die Tischdebatten waren schlecht platziert, der „Durchgangsverkehr“ störte.

Berichte aus den Workshops entbehrlich

Begleitausstellung: super

Hinweis, wo Infos zu weiteren Veranstaltungen zu finden sind

Ein toller Tag mit viel Engagement Ihrerseits für uns gestaltet. Danke.

Viel Erfolg weiterhin!



Fotos: © Marc Fippel Fotografie

Was macht den Menschen aus?

Erfahrungsbericht aus einer Begleitung von Martin Reeb

„Was macht den Menschen aus? Seine jeweils eigene, unverwechselbare Identität und Individualität? Wir möchten es gerne Seele nennen, können diese aber nur schwer fassen.

Annähern können wir uns über das, was wir sehen können. Seine Taten und Handlungen, seinen Lebenslauf. Wie hat er, dort wo es möglich war, in freier Entscheidung aktiv gestaltet? Und wie hat er, dort wo es nötig war, auf äußere Ereignisse und Umstände reagiert, sich verhalten?“

So habe ich eingangs gefragt auf der Beerdigung von Günther. Und manchen Hinweis zu seiner Person konnte ich geben nach einer vergleichsweise langen Begleitung von fast anderthalb Jahren.

Gleich ziemlich zu Anfang der Begleitung hat er überrascht mit einem unerwarteten, und Gott sei Dank ziemlich dilettantisch ausgeführten Selbstmordversuch. Es war ein Moment der Schwäche, wohl aus der Motivation heraus, seiner Frau nicht weiter Last sein zu wollen.

Noch auf der Intensivstation liegend versicherte er mir schon, dass das „Blödsinn“ gewesen sei. Zumal er sich aufgrund der Reaktion seiner Umwelt doch weitaus mehr geliebt wissen durfte, als er das in seinen dunklen

Momenten vielleicht zu ahnen gemeint hatte.

Uns verband die Freude am Gedankenaustausch im angenehmen Kleid südhessischen Dialekts. Auch tranken wir schon mal gern ein Bier dazu. Das führte bald zu Ritualen. Und so fuhr ich ihn donnerstags, wenn es das Wetter zuließ, mit seinem Rollstuhl in eine der drei oder vier Kneipen in der Bensheimer Innenstadt, die eine Behindertentoilette aufzuweisen haben. Es war aber auch kein Problem bei ihm zu Hause zu sitzen. Der Gesprächsstoff ging uns deshalb nicht aus.

Und hier lag wohl auch der Kern unserer Beziehung. Ich interessierte mich für ihn und er interessierte sich für mich jeweils als Person, aber darüber hinaus auch als Vertreter einer anderen Generation. Und so konnten wir beide voneinander lernen, unseren jeweiligen Horizont erweitern.

Er spielte und experimentierte auch gern. Da war zum Beispiel jene alte Dame, die so pedantisch war, dass sie immer zur selben Zeit einkaufen ging, so dass wir sie auf unserem Donnerstagnachmittäglichen Jour fixe unweigerlich treffen mussten. Jedes Mal zog er sie ins Gespräch und suchte sie mit neuen Argumenten zu bezirzen, ihn doch einmal zu besuchen, zumal sie ja in unmittelbarer Nachbarschaft

wohne. Und jedes Mal, wenn sie vorbei gegangen war, sagte er: „Die is steif.“ und „Die kimmt nie“. Und er sagte das mit der Mine eines Taschenspielers, der gerade ein Ass aus dem Ärmel gezogen hat.

Ich habe den starken Eindruck, dass er nach dem Selbstmordversuch noch einmal aufgeblüht ist, sich der Kostbarkeit des immer kürzer werdenden Restes seiner Zeit auf Erden bewusst wurde und im Rahmen des Möglichen das Beste daraus machen wollte. Und das hat er dann auch gemacht. Seine Frau und einige gute Freunde haben ihm dabei geholfen.

Am Ende meiner Gedenkrede an Günthers Grab konnte ich folgendes Resümee ziehen: „Was mich am meisten beeindruckt hat:

- die Neugier bis zum Schluss
- die Kraft und der Wille, sich immer wieder neu auf eine sich verändernde Lebenssituation einzustellen
- das Fehlen jeglicher Weinerlichkeit, sein Humor und die Fähigkeit zur Selbstironie.

Der eine Moment der Schwäche, der auch da war, ändert das Bild nicht.“

Ein halbes Jahr später starb meine Mutter. Zu ihrer Beerdigung kam auch Somjai, Günthers Frau. Sie hatte meine Mutter gar nicht gekannt. Ich glaube, sie tat es mir zuliebe.



Foto: © Marc Fippel Fotografie

Das Größte

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal spazierengehen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal seine Lieblingsmusik hören kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal sein Tier streicheln darf.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal singen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal die Sonne auf dem Balkon genießen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal mit Pinseln malen darf.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal fiktive Zukunftspläne schmieden darf.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal im Rollstuhl durch das Ziel im Stadtlauf fahren darf.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal die Hand von einem geliebten Menschen halten kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal sagen kann, wie sehr man sich liebt.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal einen frisch gemahlene Kaffee trinken darf.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal die Sonne aufgehen sieht.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal für andere da sein kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal festhalten, aber dann auch loslassen darf.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal Tennis spielen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal sein Lieblingseis genießen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal die Familie zusammenführt.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal für seine Lebensentscheidungen verstanden wird.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal die Angst vor dem Tod verliert.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal den Wind durch die Haare spürt.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal einkaufen gehen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal Liebe spüren darf.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal seine Leibspeise essen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal einen Lachkrampf hat.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal massiert wird.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal baden und dabei einen Champagner trinken kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal träumen darf.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal von Ehrenamtlichen besucht wird.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal von den Pflegekräften
auf seine Einzigartigkeit hingewiesen wird.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal dankbar sein kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal andere Menschen zum Lachen bringen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal andere Menschen beschenken kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal seine Lieblingsblumen geschenkt bekommt.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal gemeinsam Schweigen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal einen Streich spielen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal Verantwortung für etwas bekommt.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal heimlich naschen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal Lebensweisheiten vermitteln kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal seinen letzten Hochzeitstag feiern kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal einen Brief an die Familie schreiben kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal erleben darf,
was Zusammensein „in guten und schweren Zeiten“ bedeutet.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal einen Alltag haben darf.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal einen Freund findet und nicht alleine sein muss.

Harmeet Dawan



Foto: © Marc Fippel Fotografie



Als junger Mensch ins Hospiz?

Ein Experiment von Harmeet Dawan

**„Wenn ich gegangen bin, geh raus, schließe die Augen und denk an mich – ich werde überall bei dir sein.“
Peter D.**

So antwortete mir mein liebgewonnener Freund Peter D. auf meine Frage, wo ich ihn denn besuchen sollte, falls ich ihn vermissen würde. Sein großer Wunsch war es nämlich, nach dem Sterben von einem hohen Berg aus in die Natur verstreut zu werden.

Das Leben und der Tod. Wenn eine Sache im Leben gewiss ist, dann, dass jeder, der auf diese Welt kommt, auch gehen muss. Das Sterben gehört genauso zum Leben dazu wie das Essen, Trinken und Lieben. Grundlegende Dinge, die zum Menschsein dazugehören – keiner würde dies abstreiten. Warum aber sind das Sterben und der Tod in unserer Gesellschaft so tabuisiert? Warum redet keiner darüber? Warum entsteht immer eine angespannte Atmosphäre, wenn es um den Tod und das Sterben geht?

Oftmals habe ich mich gefragt, wie sich Menschen fühlen müssen, die

wissen, dass ihre Zeit aufgrund von Erkrankungen schon sehr beschränkt ist. Können diese noch an der Gesellschaft, die das Thema tabuisiert, teilhaben? Was ist diesen Menschen besonders wichtig am Lebensende?

Vor allem jenen Fragen bin ich im vierwöchigen Experiment im Hospiz Bergstraße in Bensheim nachgegangen. Für diese Zeit habe ich als junger Mensch – als Gast – Tag und Nacht mit den Gästen gegessen, getrunken, geschlafen, genossen, gelacht und vor allem gelebt!!!

Ich bin ehrlich, wenn ich sage, dass ich unglaublich großen Respekt und große Ehrfurcht vor dem Experiment hatte. Vor den Krankheitsbildern der Sterbenden, den Angehörigensituationen, der traurigen Stimmung im Haus, meiner fehlenden Expertise bei der Trauer- und Sterbebegleitung und den einsamen Nächten, während man in seinem Bett liegt und weiß, dass gerade im Nachbarzimmer jemand im Sterben liegt.

Das Sterben: Leben bis zum Schluss. Dieser Satz hat sich in mir eingebrannt, weil es genau das ist, was täglich im Hospiz gelebt wird. Es gibt unzählige Situationen, meist alltägliche Dinge, welche ich in meiner Zeit im Hospiz erleben durfte, die in Anbetracht der endlichen Zeit einen ganz anderen Wert gewinnen.

Es gibt so viele „große“ Momente, die ich in meiner ereignisreichen Zeit im Hospiz miterleben durfte. Auch nun, nachdem einige Zeit nach dem Experiment vergangen ist, merke ich, wie ich mich verändert habe und wie mich das Hospiz lebensentscheidend geprägt hat und auch weiter prägen wird. Jegliche Entscheidungen werden immer im Hintergrund der Hospizerfahrungen getroffen. Wie würde sich Herr/Frau XY verhalten? Was würde sie dir jetzt in dieser Situation sagen? Ist es wirklich wichtig, so verbissen zu sein? Sollte ich eher viel Kraft in Karriere oder in Freunde stecken? Oder noch wichtiger: Wie will ich leben, damit ich zufrieden sterben kann und dabei mit mir selbst im Reinen bin? Wie muss ich dafür mein Leben gestalten?

Ich merke, dass ich durch meine Denkweise auch mein Umfeld beeinflusse und es teilweise schaffe, dass viele Streitereien nicht mehr so eng betrachtet werden und vor allem bewusster gelebt wird. Bewusster leben – dieser Appell geht an alle, die noch keinen Umgang mit Sterben und Tod hatten – oftmals ist es nicht die Traurigkeit mit der Schwermütigkeit des Todesthemas, sondern das Hin-gewiesenwerden auf das Leben, das pralle, bunte und frohlockende Leben. Es wird einem immer wieder bewusst gemacht, wie schön es ist, am Leben zu sein – eine Basis, die jeder von uns haben sollte, wir aber im Alltag immer wieder verdrängen und vergessen.

Und dafür bin ich dem Hospiz so dankbar. Ich bin dankbar für die Möglichkeit, dass ich als Gast unter Gästen im Hospiz verbleiben durfte. Dass ich im Anblick des Todes wiedererlernen durfte, was es eigentlich heißt zu leben. Dass ich erfahren durfte, wie wichtig die alltäglichen, kleinen Dinge im Leben sind. Dass ich die vielen Hände der geliebten Menschen halten durfte, um ihnen nochmals viel Wärme auf ihren Reisen mitzugeben. Dass ich so viele würdevolle, einmalige Momente miterleben durfte. Dass ich lernen durfte, dass es kein höheres

Gut als Zeitverschenken gibt. Dass ich erkennen durfte, dass gemeinsames Schweigen manchmal wertvoller ist als stundenlanges Reden. Dass ich miterleben durfte, wie schön und individuell das Sterben sein kann und wie viel man selbst noch machen kann, um Freude, Wärme und Liebe zu vermitteln. Dass ich Gästen die Angst vor dem Alleinsein am Lebensende nehmen durfte.

Und dass ich Freundschaften schließen durfte, die im wahrsten Sinne des Wortes bis zum Lebensende gehalten haben...

Ich bin dankbar für jede Begegnung die ich im Haus erleben durfte – Gäste, Angehörige, Ehrenamtliche und Personal. Durch alle bin ich ein Stückchen gewachsen und habe sie alle mitsamt den Ratschlägen gebündelt in mich eingesaugt. Gerade das Ehrenamt und das Personal sind für mich das größte Geschenk. Eine ganz große Expertise trifft auf eine ganz große Menschlichkeit. Wenn man schon durch solch eine Situation im Leben gehen muss, dann am liebsten mit Hilfe dieser Mitarbeitenden und der Begleitung dieser Ehrenamtlichen. Jeder Mensch am richtigen Platz!

Hiermit zünde ich nochmals eine Kerze für alle Gäste an, die gehen durften. Ich wünsche ihnen allen eine gute Reise und einen liebevollen und warmen Aufenthalt im Paradies mit ihren Liebsten. Den Familien und Angehörigen wünsche ich viel Kraft für die nächsten Tage, Wochen, Monate und Jahre. Im Hospiz hat man jedenfalls immer ein offenes Ohr für jegliche Probleme. Für mich ist ein Mensch wirklich erst gänzlich tot, wenn nicht mehr an ihn gedacht wird – so möchte ich mich besonders lebendig fühlen – also renne ich nachts mit meiner kurzen Hose durch den Schnee, atme noch einmal ganz tief die kalte Luft ein, so tief, dass es fast schon weh tut, schließe die Augen und denke an Peter, wie er mir tief in die Augen schaut, seine Hand auf meiner Schulter legt und sagt:

„Wenn ich gegangen bin, geh raus, schließe die Augen und denk an mich – ich werde überall bei dir sein.“

Mögen sie alle in Frieden ruhen...

*Harmeen Dawan,
„Gast“ im Hospiz Bergstraße, Zimmer
11, Student Gerontologie und Sport
(Berufsschullehramt)*



Foto: © Marc Fippel Fotografie





Leben im Hospiz Bergstraße: Eindrücke einer Angehörigen

Das Interview wurde von Harmeet Dawan mit Gabrielle Krafczyk am 25.09.2016 geführt.

Im August 2016 wurde Herr Krafczyk als Gast im Hospiz aufgenommen. Seine Frau hat, um bei ihm zu sein, viel Zeit im Hospiz verbracht. Sie möchte ihre Eindrücke und Erfahrungen gerne weitergeben.

Seit wann sind Sie schon im Hospiz?

Wir sind seit dem 1. August 2016 im Hospiz.

Und wie gefällt es Ihnen?

Es ist wunderbar!

Warum?

Familiär, geborgen, schön. Wir fühlen uns einfach wohl.

Was haben Sie hier, was Sie zu Hause nicht gehabt hätten?

Die Pflege rund um die Uhr.

Ist das das Wichtigste für Sie?

Ja!

Sonst könnten sie das auch alles zu Hause?

Nein, könnte ich nicht, weil es ist hier wie in einer Familie. Man steht gemeinsam früh auf, frühstückt zusammen, kann den Tisch decken, geht in die Küche und macht Kaffee, redet mit jedem, der gerade da ist, geht in die Stadt spazieren. Wenn der Rollstuhl kaputt ist, kann man ihn reparieren. Man kann sich häuslich betätigen und auch im Garten mithelfen. Kann einfach mal ein Nickerchen machen und braucht keinen Wecker, weil man sich immer darauf verlassen kann, dass man geweckt wird.

Was gibt Ihnen das Hospiz?

Geborgenheit. Zuversicht. Hilfe.

Die Schwestern. Auch wegen unserem Hochzeitstag – dass man eben diesen Hochzeitstag hat und dieser zelebriert wird. Oder der Geburtstag. Da sagt man eben, dass man morgen einen Kuchen backen muss, weil Geburtstag ist. Die Schwestern haben uns an diesem Tag so überrascht – es hat uns so gut gefallen, dass die Tränen geflossen sind. Nicht nur bei mir, sondern auch bei den Schwestern und meinem Ehemann. Das war schon herzergreifend. Ein wunderschöner Tag. Das werde ich auch irgendwann mal in meinem Buch notieren, welches ich vielleicht eines Tages schreiben werde. Dadurch, dass ich jeden Tag im Hospiz bin, ist es hier wie in einer Familie. Schön, so zwanglos. Man muss sich um nichts Sorgen machen. Jeder Wunsch wird erfüllt, egal was es ist.

Fußreflexmassage habe ich einfach so bekommen, ohne danach gefragt zu haben. Es wurde mir von den Augen abgelesen, sage ich mal so. Einfach schön.

Ihr Mann ist hier eigentlich zum Sterben, wie gehen Sie damit um?

Ich bin jetzt ein wenig ruhiger geworden und stelle mich dem Tod. Einfach ist es nicht. Aber er ist hier in guten Händen, in einem schönen Haus, wo man in Würde sterben kann.

Wie war das am Anfang, als Sie hierher gekommen sind, denn immerhin sind Sie schon ein Weilchen da.

Wir hatten keinen Bezug zum Hospiz, wir wussten, dass das ein Haus für Sterbende ist. Wir wussten aber nicht,



dass das so schön sein kann. Wir haben immer den Tod vor Augen gesehen, aber nicht das drum herum.

Das wäre?

Das Spaziergehen mit dem elektrischen Rollstuhl. Das ist erst einmal eine Erleichterung in den Weinbergen im „hügeligen Bensheim“. Ja, man ist gelassener, ruhiger geworden. Man stellt sich der Aufgabe, was noch auf einen zukommt. Das können Tage, können Wochen aber auch Monate sein.

Was sind weitere Highlights für Sie in der Zeit im Hospiz?

Ein Spaziergang zum Kirchberghäuschen.

Was genau ist da passiert?

Der Aufstieg war sehr anstrengend, trotz elektrischem Rollstuhl – mit Unterstützung vom Taxi-Fahrer. Eine Überraschung haben wir vom Inhaber des Kirchberghäuschens erhalten. Eine Apfelsaftschorle und ein Geschenk, einen Bilderfernseher. Das ist ein Fernseher, auf den man drücken kann und es sind Bilder von Bensheim zu sehen. Eine Rarität, da es nur 160 Stück gibt. Und ich habe einen bekommen, weil ich so tapfer war und mit meinem kranken Mann zum Kirchberghäuschen hochgelaufen bin. Das war sehr gut. Das war eine Leistung!

Wie sind Sie runtergekommen?

Ich habe im Hospiz angerufen und Schwester Alexandra hat uns mit den Worten „Schön Frau Krafczyk, dass Sie angerufen haben, jetzt komme ich auch mal hoch auf das Kirchberghäuschen. Da war ich noch nie“, abgeholt. Und auch sie hat eine Apfelsaftschorle spendiert bekommen.

Weitere Highlights?

Das Schönste für mich war, als er, nach der Tubus-Entfernung, wieder essen konnte. Das war an einem Dienstag und am nächsten Tag konnte er wieder über den Mund essen und hat sich nicht verschluckt und konnte wieder normale Nahrung zu sich nehmen – das war ein Highlight und sehr schön, und er kann das bis heute.

Es sind viele kleine Momente, die schön sind.

Früh morgens Zeitung lesen. Ich komme sonst nie zum Zeitung lesen und hier kann ich das, während mein Mann zurechtgemacht wird. Und so sitze ich jeden Morgen hier und lese meine Zeitung. Das konnte ich zu Hause nie, weil der Peter so viel am Frühstückstisch geredet hat – das kann er jetzt leider nicht mehr.

Auch wenn wir mal spazieren gehen und immer wieder neue Sachen erleben. Und wenn wir dann am Dönerladen vorbeigehen: „Eine Portion Pommes bitte, mit Ketchup“ und davon 10 Pommes essen und den Rest in die Tasche einpacken, um in einer Stunde weiter davon zu naschen. Und auf dem Nachhauseweg den Rest der Pommes mit ins Hospiz nehmen und ich darf sie dann glücklicherweise fertig essen.

Oder heute, er hat Johannisbeerschorle auf seinen Teller geschüttet und aus dem Teller getrunken – das war einfach super. Man lacht hier ganz viel. Ich muss hier viel lachen – mal etwas Neues.

Oder im Stadtpark sitzen und den Autos und Motorrädern zuschauen. Immerhin ist mein Mann Harley-Davidson gefahren und beobachtet die anderen Motorräder noch gerne. Er hört schon von Weitem die Geräusche und ich gehe immer eine Fanta holen und die trinken wir dann zusammen. Wir teilen uns sowieso alles – ob das ein Eis

an der Eisdiele ist oder ein Hefeweizen-Radler – wir teilen alles.

Was bedeutet Lachen für Sie im Hospiz?

Ich stehe hier schon mit einem Lächeln auf. Ist mir vielleicht in die Wiege gelegt worden. Manche sagen zu mir, dass der Sonnenschein kommt.

In einem Ort wie im Hospiz – ist Ihnen da zum Lachen zu Mute?

Ja klar. Ich habe vorher gar nicht gewusst, was ein Hospiz ist. Das war mir überhaupt nicht bewusst, weil ich es nicht kannte. Und jetzt, wo wir damit konfrontiert sind, ist es anders als man glaubt.

Ich sehe Sie ständig lachen. Warum lachen Sie hier oft?

Weil man eben mit den Mitbewohnern oder Schwestern nicht nur traurige Momente hat. Man hat ja auch was Lustiges zu erzählen und es wird nicht nur über den Tod geredet. Es wird viel über frühere Zeiten geredet, oder von Eigenheiten des Gastes – wie mein Mann immer sein Leben lang darauf geachtet hat, dass die Hose mit den Bügelfalten immer schön über den Stuhl gehängt wird. Und dass der Deckel der Flasche geschlossen wird.

Was würden Sie Menschen, die kein Hospiz kennen, sagen, nachdem Sie fast zwei Monate hier leben?

Es kommt immer Besuch und dieser bekommt einen Einblick vom Leben im Hospiz. Ob das die Schwester, die Freunde oder die Arbeitskollegen sind. Jeder sagt, so haben sie sich ein Hospiz nicht vorgestellt. In der Erwartung, dass nichts so dargestellt wird, wie man es vermutet: trist, abscheulich, grau, schrecklich und schlimm.

Peter ist ein Stehaufmännchen. Er ist dem Tod schon oft von der Schippe gesprungen – dass es so etwas auch gibt, darf man nicht vergessen.

Wir haben hier auch schon viele kommen und gehen sehen.

Die Einrichtung hier ist wie zu Hause – Wohnzimmer, Küche, Bad, Terrasse – manch einer hat zu Hause nicht einmal einen so schönen Ausblick wie hier. Es ist alles so gemütlich.

Manchmal wenn ich früh aufwache, denke ich, wir sind im Hotel. Weil der Frühstückstisch gedeckt ist. Es ist wie im Hotel, sage ich. Aber die Realität mit der Erkrankung holt einen dann wieder zurück, weil man direkt draußen wieder eine Kerze an einer Tür, brennen sieht – das sind Rituale, die bekommt man dann im Laufe der Zeit mit.

Was bedeutet das für Sie, wenn Sie immer wieder so Kerzen sehen? Was macht das mit Ihnen?

Eigentlich sind Kerzen etwas Schönes, zu Weihnachten, zu Ostern, zu festlichen Angelegenheiten – eigentlich, aber in diesem Fall... hmm... denkt man, da ist wieder jemand gegangen.

Und was macht das so mit Ihnen so, als Frau eines Gastes?

Tja, man denkt, wann ist der nächste dran? Und wann ist es so weit beim Peter?

Und denken Sie dann auch, dass es Ihren Mann erwischt kann?

Ja. Heute, morgen, wie gesagt, Tage, Wochen, Monate. Manchmal kann es auch in Stunden gehen.

Letzte Woche ging es Ihrem Mann ja kurzzeitig sehr schlecht. Was haben Sie dabei gedacht?

Dass es zu Ende geht? Aber es war nicht das erste Mal, dass ich das erlebt habe. Es ist schon öfters passiert. Wie gesagt ein Stehaufmännchen. Oder will der liebe Gott ihn da oben noch nicht haben?

Waren/Sind Sie vorbereitet auf den Tod?

Ja, eigentlich schon. Ich muss ehrlich sagen, ich habe die Kerze vor der Tür schon brennen sehen.

Aber dem war nicht so – und was nehmen Sie für eine Erfahrung aus diesem Wochenende mit?

Man kann nicht sagen, dass es Höhen und Tiefen sind – in diesem Fall ist das Anders. Es geht hier um meinen Mann, das ist schwierig zu beschreiben. Es kann nicht mehr so lange dauern, und ich glaube nicht, dass er Weihnachten noch erleben darf. Wenn ja, wäre es schön, aber ich glaube es nicht.

Ich genieße den Moment noch mehr. Ich will gar nicht mehr nach Hause. Die Zeit, die ich hier mit ihm verbringe ist schon absolut, etwas Besonderes. Ihm jedem Wunsch, den er möchte, erfüllen zu können – egal wie und was.

Wir sind fast 40 Jahre verheiratet. Das ist eine lange Zeit. Es gab immer Höhen und Tiefen, aber wir haben alles zusammen gemeistert. Bis auf die Erkrankung – die werden wir auch noch gemeinsam meistern. Bis dass der Tod uns scheidet. So wie wir es uns am 24. September 1980 versprochen haben.

Ihr Mann hat ja jetzt auch einen Tumor im Gehirn, ein Glioblastom, dass immer wieder auf Areale im Gehirn

drückt und zu einer teilweisen Wesensveränderung führt. Wie kommen Sie damit klar?

Am Anfang sehr schlecht. Aber mittlerweile ganz gut. Heute ist er anhänglicher geworden, es hat also nicht nur Negatives. Wir sind früher Arm in Arm gegangen und heute gehen wir Hand in Hand. Das ist auf jeden Fall anders. Mein Ehemann ist ein sehr sauberer und ordentlicher Mensch. Früher musste Haushalt, Garten etc. seine Ordnung haben. Und jetzt ist es ihm egal geworden... putzt du heute nicht, putzt du morgen, es ist ihm nicht mehr so wichtig.

Das ist nur Positives, was Sie beschreiben. Gibt es auch etwas Negatives?

Ja, er ist aggressiver geworden. Ungeduldiger. Manchmal lässt er seinem Frust freien Lauf. Vor allem, weil er sich nicht mehr so gut äußern und verständigen kann, was er gerne möchte und deshalb weiter frustriert ist, denn es versteht ihn dann niemand. Dafür muss man Verständnis haben. Der Tumor arbeitet ja auch weiter im Gehirn, das verstärkt dann alles. Aber meiner Meinung nach ist das Problem eher die Verständnisschwierigkeit, die zur Frustration und Aggression führt. Der Tumor arbeitet momentan nicht, es gibt immer wieder Phasen, in denen er arbeitet und dass dann wieder ein Vulkan zum Ausbruch kommt. Das Schlimmste ist, dass er nicht laufen und nicht sprechen kann. Am Anfang konnte er aber gar nichts. Er konnte nicht einmal atmen. Er war auf der Intensivstation mit Beatmungsgerät und konnte gar nichts mehr. Als er ins Hospiz kam, konnte er wieder etwas atmen – er konnte wieder selbstständig essen. Aber er wird nie, nie wieder laufen und sprechen können. Die komplette rechte Seite ist gelähmt.

Aber Sie können sich noch küssen!

Ja – davon hast Du ja ein Foto gemacht.

Was bedeutet Ihnen diese Intimität?

Es ist ein schönes Gefühl, die Lippen zu spüren, aber es ist nicht mehr das gleiche wie früher... Es ist noch wertvoller als früher. Ein vertrautes, nahes Miteinander ist nicht mehr so möglich wie früher, das geht durch die Erkrankung nicht mehr. Durch die Krankheit wird das Wesen verändert und ein früher vertrautes Miteinander ist jetzt ganz anders.

Stimmt. Man hat ja auch trotzdem am Lebensende seine Bedürfnisse, mancher mehr, mancher weniger...

Wie gesagt, ich helfe bei der Pflege mit, ich mache alles, einfach alles. Es ist anders wie bei einem eigenen Kind, aber er ist mein Mann. Ich kenne ihn schon so lange und so gut, ich weiß, was ihm immer gut getan hat und was

nicht. Doch auch das hat sich jetzt verändert. Klar, denkt keiner darüber nach – aber das ist so im Leben. Man darf nicht vergessen, dass die Medikamente ihn einschränken. Ich denke, dass viele darüber nachdenken, aber nicht darüber reden.

Wenn Sie sich noch etwas für Ihren Mann hier wünschen würden, was wäre das?

Vielleicht eine Runde mit der Harley. Wir zwei. Wenigstens draufsitzen. Mit Montur. Der Arbeitskollege könnte beispielsweise fahren und mein Mann hinten drauf – vielleicht wäre das etwas. Aber vielleicht wäre es auch schön, dass man ihn nach Hause holt und in seinen Garten setzt. Wenn ich das wüsste, wäre das schön. Er kann das nicht schreiben. Wenn man das wüsste, wäre mir auch geholfen! Ob er nach Hause kommen will, um zu sterben – das weiß ich leider alles nicht. Ich mache alles, was er möchte! Wenn ich das aber nicht weiß, was soll ich machen?

Möchten Sie mir noch etwas auf den Weg geben?

Ja. Du bist noch jung. Viel reden mit der Partnerin. Nicht gleich auseinandergehen. Vertrauen ist wichtig. Kinder sind schön. Am besten zwei. Und nie im Streit schlafen gehen.

Letzte Worte?

Ja, Gute Nacht.



Die Würde des Menschen als Grundwert des Lebens

Vortrag beim 15-jährigen Jubiläum der Hospiz-Stiftung Bergstraße, Bensheim, am 20. Mai 2017 (gekürzte Version)



Verehrte Damen und Herren,

Sie dienen dem Menschen in seiner vielleicht schwierigsten Phase seines Lebens. Sie begleiten ihn auf dem Weg zum Sterben. Sie verdienen deshalb alle Achtung. Sie verleihen dem Menschen in seiner größten Not noch seine Würde.

Manche meinen, die Menschenwürde bestünde darin, seinem Leben selber ein Ende zu setzen. Wir wollen nicht urteilen. Es geht um das Ja zum Leben des Menschen in seiner Gänze, und da ist es würdiger, auch das Ende auf sich zukommen zu lassen. Wir haben den Anfang unseres Lebens nicht selbst bestimmt, sondern angenommen. Diese Demut zeichnet den Menschen aus, und das gilt auch für sein Ende. Wir lassen es auf uns zukommen und nehmen es in Demut an. So manches Ende ist zwar schmerzlich, aber es gibt heute viele Palliativmöglichkeiten.

Das Schwierigste dabei dürfte es sein, die Geduld aufzubringen und das Ende abzuwarten. In Sacro Speco, der Höhle des heiligen Benedikt oberhalb von Subiaco bei Rom, ist auf einem mittelalterlichen Fresco dargestellt, wie der Tod auf ein junges Paar bei der Falkenjagd einsticht, unvermittelt und unerwartet, während eine Schar alter Menschen hinter dem jungen Paar den Tod um das Ende anfleht, aber nicht erhört wird. Eine Darstellung der Realität des Lebens.

Papst Johannes Paul II., von seiner Parkinsonkrankheit gekennzeichnet, die immer schlimmer wurde, hat diese Krankheit bewusst auf sich genommen. Durch das Fernsehen wurde vor aller Welt sichtbar, wie er den Tod wieder in die Lebenswirklichkeit hereingeholt hat, während das Sterben sonst nach Möglichkeit ausgeblendet wird. Er hielt sein Leiden geradezu für eine Botschaft an die Menschheit. Wer lebt, muss des Sterbens gewärtig sein. Der Mönchsvater Benedikt hat seinen Mönchen geraten, den Tod täglich vor Augen zu haben, nicht in Angst, sondern um die Lebenswerte real zu sehen.

Wichtig ist aber für einen Kranken nicht nur die lindernde Medizin, sondern die menschliche Gemeinschaft. Sie ist die eigentliche Medizin in dieser Phase des Lebens. In den schweren Stunden nicht allein zu sein, das tröstet. Manch einer, der schon seinem Leben ein Ende setzen wollte, hat dadurch den Mut zum Ausharren gefunden. Es wird allgemein zu wenig gesehen, wie wichtig für uns die Präsenz von Menschen ist, ob die Präsenz des Chefs in der Firma bei seinen Leuten, oder der Eltern bei den Kindern, oder eben hier bei den Kranken.

Uns aber wird Gelegenheit gegeben, dem Menschen Zuneigung und Liebe zu schenken. Das kostet Zeit, aber sie ist das kostbarste Geschenk, das wir einem andern geben können. Sich ans Bett zu setzen, über die Hand streicheln, über den Kopf, vertrauensvoll und zärtlich, das stiftet Geborgenheit und Nähe. Papst Franziskus hat in seiner direkten Art die Priester Roms gefragt: „Habt ihr nicht nur gepredigt, sondern auch mal einer alten Frau, einem kranken Mann über den Kopf gestreichelt, sie in den Arm genommen?“ Damit wachsen Beziehungen, liebevolle. Das macht die Menschlichkeit aus, dem Gegenüber wird die Menschenwürde geschenkt, und man erfährt sie gleichzeitig selber.

Die Bibel geht noch einen Schritt weiter: Im Matthäusevangelium sagt Jesus: „Was ihr für einen meiner geringsten Brüder getan habt, das habt ihr mir getan“ (Mt 25,40). Wer einen Kranken besucht, besucht Jesus, entdeckt Jesus in ihm (vgl. Mt 25,36). Er sieht in jedem Bedürftigen den leidenden Christus, der uns aber zu einem Leben in Herrlichkeit berufen hat und den Weg vom Tod zum Leben gegangen ist. „Ich bin gekommen, damit sie das Leben haben, und es in Fülle haben“ (Jo 10,10). Das ist die Frohe Botschaft Jesu, nicht irgendeine Katechismuswahrheit, eine Botschaft, die alle christlichen Konfessionen übergreift.

Nun ist natürlich nicht jeder ein gläubiger Christ. Aber Gott hat jeden Menschen mit der Empathie ausgestattet. Der heilige Benedikt spricht in seiner Regel davon, dass wir Menschen schon von Natur aus zu besonderer Rücksichtnahme gegenüber Alten und Kindern neigen. Deshalb gestattet er, dass sie auch außerhalb der festgesetzten Essenszeiten etwas zu sich nehmen dürfen (vgl. Reg. Ben. 37). Dahinter steckt eine tiefe menschliche Erfahrung und Weisheit; ebenso wenn er einerseits betont, man solle den Kranken dienen wie Christus, die Kranken sollten sich auch dessen bewusst sein und keine übertriebenen Ansprüche an die Pfleger stellen. Sollten sie es aber doch tun, dann solle man das in Geduld hinnehmen (Reg. Ben. 36,1-5).

Im Blick auf die allgemein vorfindbare Empathie ist es richtig, dass unser Grundgesetz in Artikel 1 feststellt: „Die Würde des Menschen ist unantastbar.“ Das lässt sich auf dem Hintergrund unserer jüdisch-christlichen Tradition noch tiefer begründen. Im 1. Buch Mose ist die Schöpfung des Menschen folgendermaßen charakterisiert: Gott hauchte dem Menschen seinen Odem ein — „So wurde der Mensch zu einem lebendigen Wesen“ (Gn 2,7) und

machte ihn zu seinem Abbild. Als Mann und Frau erschuf er sie. Der Atem schafft die Verbindung, macht den Menschen zu einem lebenden Wesen, das heißt: der Mensch stammt von Gott und bleibt mit ihm verbunden. Beim Tod Jesu heißt es: „Er hauchte seinen Geist aus“ (Jo 19,30). Er gab sein Leben dem göttlichen Vater zurück, der ihn aber nicht bei den Toten beließ und ihn zu neuem Leben erweckt hat. Das mag etwas fromm klingen, ist aber die Botschaft, die wir den Kranken sagen sollten. Das macht die Würde des Menschen in seinem Tod aus, diese über den Tod hinausgehende Verbindung mit Gott.

Natürlich ist es nicht so einfach, wenn ein Mensch im Sterben liegt, wenn er an seinen Schmerzen leidet. Sterben ist nicht bequem, weder für den Sterbenden, noch für die Begleiter. Das gilt auch für die Angehörigen dementer Kranker. Aber Jesus hat uns nie Bequemlichkeit als Frohe Botschaft verheißen, sondern uns eine Hoffnung gegeben. So gesehen aber dürfen wir auch sterben, wir brauchen keine übermenschlichen Anstrengungen vorzunehmen, um das Leben fast gewaltsam zu verlängern. Ja zum Leben bedeutet Ja zum Sterben, für den Betroffenen wie auch für die Begleiter. Wir dürfen sterben, dürfen es aber in Gemeinschaft, denn wir sind keine Singles, sondern vom Beginn unseres Lebens an auf Gemeinschaft angewiesen und sollten das auch beim Sterben nicht vergessen. Die Würde des Menschen ist nicht nur ein Grundwert des Lebens, sondern auch des Sterbens.

„Wir sind nur Gast auf Erden“, beginnt ein altes Kirchenlied, und fährt fort: „und wandern ohne Ruh, mit mancherlei Beschwerden der ewigen Heimat zu.“ Wandern mit andern, nicht allein, das macht es aus. Wir schenken uns gegenseitig die Würde, indem wir die Liebe zum Menschen entdecken, Liebe schenken und Liebe erfahren. Möge gerade diese Erfahrung auch den Helfern in diesem Hause geschenkt sein.

*Dr. Notker Wolf OSB
Abtprimas emeritus*



*Sie wunderbarer Ort, wegen
seiner Lage, mehr noch wegen der
Menschen, die Menschen ihre
Würde schenken.*

20. V. 2017

*Notker B
Abtprimas em.*

Dankbar für Dank?!

Der Dank unserer ambulanten Patienten, unserer Gäste im Hospiz Bergstraße sowie ihrer Angehörigen bestärkt uns, mit unserer Arbeit für schwerstkranken und sterbende Menschen das Richtige zu tun. Er versichert uns, mit unserer hospizlichen Haltung für das Wohl der Menschen zu wirken und gibt uns Kraft — auch in belastenden Situationen.

Ja, wir — hauptamtliche und ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter — sind dankbar für Dank, denn er tut uns gut.

Beispielhaft hier zwei Briefe an den ambulant tätigen Hospiz-Verein Bergstraße (oben) und an das stationäre Hospiz-Bergstraße (unten), die uns Freude bereitet haben.

DANK E

- für Ihre liebevollen Worte
- für Ihre medizinische Hilfe
- für Ihre Zeit
- für Ihre wertvollen Tipps
- für Ihren Trost

Danke, dass Sie meinen Mann bzw. meinen Vater [redacted] und auch uns auf seinem letzten Weg begleitet haben. Ohne Sie hätten wir seinen Wunsch, nicht mehr in ein Krankenhaus zu gehen, nicht erfüllen können. Schön, dass es Menschen wie Sie gibt - Sie sind die Engel auf Erden!

Wir wünschen Ihnen alles erdenklich Gute!

Kalle

Liebe Pflegerinnen und Pfleger des Hospiz Bensheim.
 Ich und meine Familie wollen uns noch einmal bedanken, dass sie sich so gut um meinen Papa [redacted] gekümmert haben. Er ist zwar am 30.11.2016 von uns gegangen aber seine Seele lebt im Himmel da oben weiter. Dieser Brief ist von [redacted]

Linus (12 Jahre) } Ahrenkeel
 MERL | N (6 Jahre)

Danke

Und ich wünsche noch ein besinnliches Weihnachtsfest

Aktuelles

Leben bis zuletzt — ambulante Hospizarbeit, auch im Krankenhaus

Seit über zwanzig Jahren leisten die Palliative-Care-Fachkräfte im Hospiz-Verein einen Beitrag zu einer Kultur des Sterbens, die den Menschen mit seinen Bedürfnissen und Wünschen in den Mittelpunkt stellt. Viele Menschen wünschen sich, bis zuletzt zuhause bleiben zu können. Ein verständlicher Wunsch, dessen Umsetzung allerdings oft eine große Herausforderung für die nahen BegleiterInnen darstellt. Durch gute Information aller Beteiligten, durch Vorausplanung für Krisensituationen, die Unterstützung der Angehörigen und ein gutes Miteinander im Netzwerk mit ÄrztInnen und Pflegekräften, gelingt es oft, dem Wunsch nach einem Sterben in vertrauter Umgebung entsprechen zu können.

Der Anlass unseres Einsatzes ist oft eine deutliche Verschlechterung des gesundheitlichen Zustandes eines Menschen. In dieser Situation kommen Angehörige mit vielen Fragen auf uns zu: Meine Mutter isst und

trinkt kaum noch, was kann oder muss ich tun? Wie kann ich mit den Veränderungen im Verhalten, in den körperlichen, seelischen und geistigen Kräften umgehen? Was sind Anzeichen für ein nahes Ende? Wie kann ich mich auf eventuelle Probleme und Krisen vorbereiten? Welche Hilfen oder Möglichkeiten der Unterstützung gibt es? Ist es wichtig, eine Patientenverfügung zu haben und wie sollte sie verfasst sein?

Eine gute, weil sichere und achtsame Begleitung ist für den Sterbenden und

die Angehörigen von großem Wert. Sie hilft, ein gelingendes Abschiednehmen für alle zu ermöglichen und ist oft ein großer Trost in der Zeit der Trauer.

Unsere Unterstützung beginnt, wo immer sich der Mensch am Lebensende befindet, daheim, in einer Pflegeeinrichtung oder auch im Krankenhaus.

Informationen zur ambulanten Hospizarbeit erhalten Sie in der Geschäftsstelle des Vereins, Telefon 06251 98945-0.



Personelle Veränderungen

Im laufenden Jahr hat sich unser Team vergrößert, hinzu kamen:

- Dr. Swantje Goebel, Leitung der HospizAkademie
- Linda Herrmann-Wohlfart, Koordinatorin für Trauerbegleitungen
- Andrea Keßler, Verwaltungsteam
- Angela Schäfer-Esinger, Koordinatorin ambulante Hospizarbeit

Wir haben uns entschlossen, die Mitarbeitenden von Verein und stationärem Hospiz im Heft am nächsten Jahresende genauer vorzustellen.

Spendenkonten:

Hospiz-Verein Bergstraße e.V.

für die Hospizarbeit und die Begleitung Trauernder an der Bergstraße
Sparkasse Bensheim, IBAN: DE89 5095 0068 0005 0000 54 , BIC: HELADEF1BEN
oder
Volksbank Darmstadt-Südhessen eG,
IBAN: DE69 5089 0000 0004 8702 04, BIC: GENODEF1VBD

Hospiz Bergstraße gemeinnützige GmbH

für die stationäre Hospizarbeit
Sparkasse Bensheim, IBAN: DE39 5095 0068 0003 0730 79 BIC: HELADEF1BEN

Impulse-Stiftung

zur Unterstützung von Menschen, die aufgrund schwerer Erkrankung in finanzielle Not geraten sind
Sparkasse Bensheim, IBAN: DE38 5095 0068 0002 1256 98, BIC: HELADEF1BEN

Zustiftungskonto:

Hospiz-Stiftung Bergstraße

zur nachhaltigen Förderung der Bergsträßer Hospiz-Arbeit
Sparkasse Bensheim, IBAN: DE85 5095 0068 0005 0300 02, BIC: HELADEF1BEN
Kennwort: Zustiftung

Spenden und Zustiftungen sind bei Ihrer Steuererklärung abzugsfähig.

Wenn Sie bei Ihrer Überweisung Name und Adresse angeben, erhalten Sie eine Zuwendungsbescheinigung.

Weiterentwicklung der SAPV-Versorgung

Seit 2010 beteiligt sich der HVB an der Spezialisierten Ambulanten Palliativ-Versorgung (SAPV). Diese Krankenkassenleistung dient der intensiven Betreuung von PalliativpatientInnen durch spezialisierte multiprofessionelle Teams von u.a. ÄrztInnen und Pflegepersonal.

Träger der hiesigen SAPV-Versorgung ist das **Palliativnetz Bergstraße**, das als Gesellschaft bürgerlichen Rechts (GbR) gemeinschaftlich vom **HVB** und dem Medizinischen Versorgungszentrum **coMED** getragen wird. Das Palliativnetz fungierte

vor allem als rechtlicher Leistungsträger sowie als Vertragspartner der Patienten und Krankenkassen. Das ärztliche und Pflegepersonal wird dagegen bisher direkt vom MVZ coMED bzw. dem HVB gestellt.

Hier wird sich ab 2018 insofern eine Änderung ergeben, als die Palliativnetz Bergstraße GbR die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, welche die pflegerischen und ärztlichen Leistungen erbringen, vom HVB und MVZ in die eigene Gesellschaft übernehmen wird.

Warum diese Veränderung? Seit Beginn der SAPV-Versorgung 2010 ist die Zahl der betreuten PatientInnen kontinuierlich angestiegen. Zugleich wachsen die fachlichen Anforderungen im Bereich der Palliativversorgung (z.B. Dokumentation). MVZ coMED und HVB sind überzeugt, dass die bewährte Partnerschaft in der neuen Struktur eine noch bessere Koordination aller Tätigkeiten und Aufgaben erlauben wird, welche die SAPV-Versorgung in einem zunehmend komplexen Umfeld mit sich bringt.

Neuer Lebensraum für unsere Gäste und Angehörige

Wir bitten um Unterstützung für die Gestaltung der neuen Terrasse im Hospiz Bergstraße

Neben dem Hospizgebäude entsteht ein neuer geschützter Außenbereich für unsere Gäste mit einer großen Sonnenterrasse und einem einmaligen Blick über den Odenwald bis ins Ried.

Der gesamte Bereich soll für unsere Gäste zu einem besinnlichen Ort werden. Dieser besondere Platz bietet die Möglichkeit, die Natur noch einmal „hautnah“ zu spüren und zu erleben:

Zeit zum inneren Dialog, **Zeit** zum Rückblick halten, **Zeit** mit Angehörigen und Freunden verbringen, einfach **Zeit** zum Verweilen.

Für diesen besonderen Platz möchten wir ein besonderes Ambiente schaffen. Dazu gehört im ersten Schritt die

Anschaffung von pflegegerechten Gartenmöbeln, damit unsere Gäste die Terrasse schon bald nutzen können.

All diese Wünsche sind mit großen Ausgaben verbunden und ohne

finanzielle Unterstützung nicht zu verwirklichen. Für die Unterstützung des Projekts sind wir, besonders unsere Gäste und deren Angehörige, sehr dankbar.



€uro-Überweisung

Nur für Überweisungen in Deutschland, in andere EU-/EWR-Staaten und in die Schweiz in Euro. Überweisender trägt die Entgelte bei seinem Kreditinstitut; Begünstigter trägt die übrigen Entgelte.

Begünstigter: Name, Vorname/Firma (max. 27 Stellen, bei maschineller Beschriftung max. 35 Stellen)
H o s p i z B e r g s t r a ß e

IBAN des Begünstigten
D E 3 9 5 0 9 5 0 0 6 8 0 0 3 0 7 3 0 7 9

BIC des Kreditinstituts des Begünstigten (8 oder 11 Stellen)
H E L A D E F 1 B E N

Betrag: Euro, Cent

Kunden-Referenznummer - Verwendungszweck ggf. Name und Anschrift des Überweisenden - (nur für Begünstigte)
S p e n d e : H o s p i z t e r r a s s e , v o n :

noch Verwendungszweck (insgesamt max. 2 Zeilen à 27 Stellen, bei maschineller Beschriftung max. à 35 Stellen)

Kontoinhaber: Name, Vorname/Firma, Ort (max. 27 Stellen, keine Straßen- oder Postfachangaben)

IBAN

Datum

Unterschrift(en)

SEPA

Kunst im Hospiz Bergstraße: TH Darmstadt zeigt „Der Blick von außen“

Seit dem 27. Oktober 2017 kann die Ausstellung „Der Blick von außen“ im Hospiz Bergstraße besucht werden. Zu sehen sind eine Auswahl an Zeichnungen von Lehrenden und Studierenden des Fachbereichs Architektur der Studiengänge Architektur und Innenarchitektur der Hochschule Darmstadt.

Zum Hintergrund: An einem lauen Spätsommerabend sitzen Professoren, Lehrbeauftragte und Studierende des Fachbereichs Architektur mit den Studiengängen Architektur und Innenarchitektur der Hochschule Darmstadt im italienischen Restaurant unter Kastanienbäumen und planen ein Projekt. Gemeinsam wollen sie für das Museum Bensheim eine Ausstellung konzipieren und so entsteht die Idee, Bensheim zeichnerisch zu erfassen. Es ist kein Kurs, der sich geschlossen auf dem Marktplatz niederlässt, um die Altstadt zu zeichnen. Alle Beteiligten sollen Bensheim aus ihrem persönlichen Blickwinkel erschließen, und Bensheim auf eigene Weise entdecken. Das Ergebnis ist weit mehr als ein Konvolut von Bleistiftzeichnungen

aus dem Spätsommer und Herbst 2016. Durch das Zeichnen findet eine intensive Auseinandersetzung mit dem Motiv statt. Es wird nicht nur abgebildet, es wird interpretiert und lenkt die Betrachtenden später in die beabsichtigte Richtung. So gilt es nun in der Ausstellung „Der Blick von außen“, aber auch im begleitenden

Katalog, Bensheim aus der Sicht des Fachbereichs Architektur der Hochschule Darmstadt zu entdecken.

Die Ausstellung kann täglich bis 4. Februar 2018 von 9.00 bis 16.00 Uhr im Hospiz Bergstraße besichtigt werden.



HospizAkademie Bergstraße legt Bildungsprogramm vor - auch neue Inhouseschulungen

Das neue Bildungsprogramm für 2018 enthält eine DSP-zertifizierte Zusatzqualifikation Palliative Care für Pflegefachkräfte. Außerdem umfasst das Programm Workshops und Vorträge zu Fachthemen wie Wickel und Auflagen in der Pflege, Gespräche mit Schwerstkranken oder Umgang mit Krisensituationen in der Terminalphase sowie offene Angebote, zum Beispiel die Hospizgespräche, die aktuelle Themen aufgreifen und zum Austausch einladen. Ein besonderes Augenmerk gilt dieses Jahr dem Thema Trauer: Vorträge, Workshops, eine Theateraufführung und eine Exkursion bilden eine themenbezogene Veranstaltungsreihe, die in Kooperation mit dem Bildungswerk des Hospiz Elias, Ludwigshafen, durchgeführt wird.

Das vielfältige Angebot kann im Internet unter www.hospiz-verein-bergstrasse.de abgerufen werden. Gerne schicken wir Ihnen auch einen

Programmflyer zu, wenn Sie sich unter 06251 98945-0 bei uns melden.

Sie können uns auch für Vorträge und Inhouseschulungen anfragen. Wir entwickeln praxisnahe Schulungskonzepte, um Ihrem Team ihren Bedarfen entsprechend niederschwellig hospizlich-palliative Fertigkeiten und Kenntnisse zu vermitteln. Gerne referieren wir auf Kongressen zu unseren Themen. Wir besuchen Altenpflegeheime, Behinderteneinrichtungen, Pflegedienste, Schulen, Kindertagesstätten, Kirchengruppen, Seniorenkreise, Vereine und Firmen, um über Hospizarbeit und Hospizkultur zu informieren und mit den Menschen im Kreis Bergstraße ins Gespräch zu kommen.

Einige neue Themen — laden Sie uns ein:

- „Total pain“: zur Mehrdimensionalität des Schmerzes

- Über die Würdezentrierte Therapie („Dignity Therapy“)
- Hospizethik und Sterbehilfedebatte: Positionen und Argumente
- Kindertrauer



Ja! Ich will Mitglied werden im Hospiz-Verein Bergstraße e.V.



Name, Vorname _____

Straße _____

PLZ, Ort _____

Tel. _____ Geb. Dat. _____

E-Mail _____

Beruf _____

Der Hospiz-Verein Bergstraße e.V. informiert über die Hospizarbeit an der Bergstraße. Ich bitte um

die Zusendung des Hospiz-Briefes per Post (3x / Jahr)

die Zusendung des Hospiz-Briefes und der Rundschreiben des Hospiz-Vereins Bergstraße per Mail (rund 6x / Jahr)

Die Genehmigung zur Zusendung dieser Informationen kann ich jederzeit widerrufen.

Ich erkenne die Satzung des Hospiz-Vereins Bergstraße e.V. an.

Ort, Datum _____ Unterschrift _____

Bitte senden oder mailen an:

Hospiz-Verein Bergstraße e.V. • Sandstr. 11 • 64625 Bensheim
Tel: 06251 98945-0 • Fax: 06251 98945-29 • post@hospiz-verein-bergstrasse.de

SEPA-Lastschriftmandat

Hospiz-Verein Bergstraße e.V.

Margot-Zindrowski-Haus, Sandstraße 11, 64625 Bensheim
Gläubiger-Identifikationsnummer DE52ZZZ00000 214470

Hiermit ermächtige ich den Hospiz-Verein Bergstraße e.V., meinen Mitgliedsbeitrag

- in Höhe von 5 Euro monatlich (Mindestbeitrag)
- in Höhe von _____ Euro monatlich
- in Höhe von 60 Euro jährlich (Mindestbeitrag)
- in Höhe von _____ Euro jährlich
- in Höhe von 30 Euro jährlich (Rentner, Studenten)

bei Fälligkeit zu Lasten meines Girokontos durch Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Hospiz-Verein Bergstraße e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kontoinhaber (Name, Vorname) _____

Kreditinstitut _____

IBAN _____ BIC _____

Ort, Datum _____ Unterschrift _____



Ja! Ich übernehme eine Patenschaft für das Hospiz Bergstraße.



Name, Vorname _____

Straße _____

PLZ, Ort _____

Tel. _____ Geb. Dat. _____

E-Mail _____

Beruf _____

Der Hospiz-Verein Bergstraße e.V. informiert über die Hospizarbeit an der Bergstraße. Ich bitte um

die Zusendung des Hospiz-Briefes per Post (3x / Jahr)

die Zusendung des Hospiz-Briefes und der Rundschreiben des Hospiz-Vereins Bergstraße per Mail (rund 6x / Jahr)

Die Genehmigung zur Zusendung dieser Informationen kann ich jederzeit widerrufen.

Ich bin einverstanden, als Pate namentlich auf der Website ja nein erwähnt zu werden.

Ort, Datum _____ Unterschrift _____

Bitte senden oder mailen an:

Hospiz Bergstraße • Kalkgasse 13 • 64625 Bensheim
Tel: 06251 17528-0 • Fax: 06251 17528-10 • post@hospiz-bergstrasse.de

SEPA-Lastschriftmandat

Hospiz-Stiftung Bergstraße

Margot-Zindrowski-Haus, Sandstraße 11, 64625 Bensheim
Gläubiger-Identifikationsnummer DE30ZZZ00000 520998

Hiermit ermächtige ich die Hospiz-Stiftung Bergstraße, meinen Patenschaftsbeitrag

- in Höhe von 10,- Euro monatlich
- in Höhe von _____ Euro monatlich
- in Höhe von 120,- Euro jährlich
- in Höhe von _____ Euro jährlich

bei Fälligkeit zu Lasten meines Girokontos durch Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Hospiz-Stiftung Bergstraße auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kontoinhaber (Name, Vorname) _____

Kreditinstitut _____

IBAN _____ BIC _____

Ort, Datum _____ Unterschrift _____





**Dankbarkeit zu fühlen
und sie nicht
auszudrücken,
ist wie ein Geschenk zu
verpacken und es nicht
zu verschenken.**

Adolphus William Ward

Wir danken allen
Mitgliedern, Paten,
Spendern und
Fürsprechern
für ihre Unterstützung
unserer Hospizarbeit
an der Bergstraße!



Hospiz-Verein
Bergstraße e.V.

Hospiz Bergstraße
gemeinnützige GmbH

Machen Sie mit, unterstützen Sie unsere Hospizarbeit!

Als Mitglied im Hospiz-Verein Bergstraße

Mit Ihrer Mitgliedschaft im Hospiz-Verein Bergstraße fördern Sie die Hospizarbeit an der Bergstraße.

Insbesondere unterstützen Sie die Begleitung im häuslichen Umfeld in Bensheim, Heppenheim, Lorsch, Einhausen, Lautertal und Zwingenberg. Weiterhin fördern Sie mit einer Mitgliedschaft die Begleitung trauernder Menschen und die Bildungsarbeit im Rahmen unserer HospizAkademie Bergstraße.

Als Mitglied haben Sie die Möglichkeit, sich aktiv in unserem Verein einzubringen. Sie steigern Ihre Selbsterfahrung und Ihr Selbstwertgefühl im Bewusstsein, eine gesellschaftlich und ethisch wertvolle Aufgabe zu übernehmen.

Als Patin/Pate für das Hospiz Bergstraße

Mit Ihrer Patenschaft fördern Sie direkt die Arbeit im Hospiz Bergstraße.

Durch die Patenbeiträge ist es uns möglich, unsere Gäste und Angehörige umfassend und liebevoll zu betreuen. Die Kranken- und Pflegekassen finanzieren nur 12,5 Pflegestellen. Um Gäste und Angehörige mit viel Zeit und menschlicher Zuwendung begleiten zu können, haben wir zusätzlich 2,7 Stellen in der Pflege eingerichtet. Diese zusätzlichen Planstellen sowie weitere Angebote wie die Musik-, Kunst- und Gestaltungstherapie werden größtenteils über Patenbeiträge finanziert.

Helfen Sie mit, unsere Philosophie umzusetzen und ein würdiges und selbstbestimmtes Leben bis zuletzt zu ermöglichen.

Selbstverständlich sind diese Engagements auch kombinierbar:

Als Mitglied und/oder mit einer Patenschaft zeigen Sie sich mit der Hospiz-Idee verbunden und tragen dazu bei, dass ein sozial eingebettetes, menschenwürdiges Sterben für immer mehr Menschen möglich wird. Durch Ihr Engagement für unsere Arbeit sorgen Sie dafür, dass unsere Gesellschaft humaner und sozialer wird.

Danke!

Anträge auf Seite 26 , auf www.hospiz-verein-bergstrasse.de, www.hospiz-bergstrasse.de
beim Hospiz-Verein Bergstraße e.V., Sandstraße 11, Bensheim, Tel. 06251 98945-0, post@hospiz-verein-bergstrasse.de
oder beim Hospiz Bergstraße, Kalkgasse 13, Bensheim, Tel: 06251-17528-0, post@hospiz-bergstrasse.de