



Beistand am Lebensende

Seit vielen Jahren arbeitet unser Senioren-Wohnstift mit den Aschaffener Hospizgruppen zusammen. Bereits seit 2009 besteht eine Kooperationsvereinbarung mit der Hospizgruppe Aschaffenburg e.V., die 2016 intensiviert wurde. Zurzeit gibt es drei ehrenamtliche Hospizbegleiter, die regelmäßig im Haus präsent sind, wenn Beistand erforderlich ist.

Ursprünglich entstanden Hospize im 4. Jahrhundert entlang der Pilgerrouten und boten kranken wie gesunden Pilgern Gastfreundschaft auf ihrem Weg an. Die moderne Hospizbewegung ging von England aus, wo Cicely Saunders 1967 das erste Hospiz gründete, um unheilbar kranke Menschen zu pflegen und ihnen einen Ort der Geborgenheit am Ende ihres Lebensweges zu geben. In der heutigen Zeit sind teilweise gesellschaftliche und religiöse Rituale einer Sterbekultur, wie sie die Generationen zuvor noch kannten, verloren gegangen. Der Umgang mit dem Sterben überfordert viele Menschen. Sogar gut ein Drittel der Beschäftigten in der Pflege sah sich laut einer Umfrage durch die Ausbildung nicht ausreichend vorbereitet, Sterbende zu begleiten. Zudem braucht die Begleitung viel Zeit und Ruhe, was im normalen Pflegealltag nur schwer zu leisten ist.

Vertrauen von Senioren gewinnen

Michael Gerlach ist seit zwei Jahren regelmäßig ehrenamtlich im St. Elisabeth tätig. Er suchte einen Ausgleich zu seinem Beruf im Metallbereich: »Da habe ich eher wenig mit Menschen zu tun.« Regelmäßig besucht er einen älteren Bewohner, geht mit ihm spazieren und unterhält sich. Bei den gemeinsamen



Ich bin sehr froh über das vielfältige Engagement unserer Ehrenamtlichen und der Hospizbegleiter, die mit viel Herz und Mitmenschlichkeit zum Wohl der Bewohner beitragen. Sie leisten einen ganz wichtigen Beitrag in unserem Haus.

*Marco Maier,
Wohnstiftsleiter*

Gängen durch das Haus sah Gerlach auch in den ausliegenden Trauerbüchern, wer im Hause verstorben war und kam mit den Pflegekräften ins Gespräch. »Ich hörte, dass es vorkam, dass Menschen alleine starben. Die Pflegekräfte machen zwar Kontrollgänge, können aber selbstverständlich nicht rund um die Uhr am Bett sein.« Dies bewog Gerlach, die Ausbildung zum Hospizbegleiter zu beginnen. Im Rahmen seiner Ausbildung machte er ein Praktikum im St. Elisabeth. »Während dieser Zeit saß ich öfter am Bett einer Bewohnerin, die als eher misstrauisch beschrieben wurde. Ich war erstaunt, wie sie mir gegenüber immer offener wurde.« Den Kontakt zu den Menschen empfindet er als bereichernd, Berührungsängste hat er abgelegt. Seit einem halben Jahr kommt Michael Gerlach nun auch regelmäßig nach der Arbeit und ehrenamtlich als Hospizbegleiter ins St. Elisabeth. Montags,

von 16:30 bis 17:30 Uhr, ist er im Pflegewohnbereich 1 anzutreffen.

Sterben gehört zum Leben

Bei der Geburt wird ein Mensch von liebenden Menschen empfangen, im Sterben von liebenden Menschen verabschiedet. Wenn ein Bewohner keine Angehörigen an seiner Seite hat oder diese Unterstützung benötigen, bitten die Mitarbeiter des St. Elisabeth eine der Aschaffener Hospizgruppen um Hilfe. Gisela Maaskola, hauptamtliche Mitarbeiterin und Koordinatorin bei der Hospizgruppe Aschaffenburg e.V., berichtet, dass im vergangenen Jahr 18 Begleitungen im St. Elisabeth stattfanden. Drei Bewohner werden darüber hinaus schon über einen längeren Zeitraum regelmäßig von ehrenamtlichen Hospizbegleitern betreut. Derzeit hat der Verein 125 aktive Hospizbegleiter. Sie alle arbeiten ehrenamtlich

und kostenfrei und unterliegen der Schweigepflicht. »Nach Möglichkeit wollen wir vermeiden, dass die Begleitung erst in den letzten Tagen oder sogar Stunden stattfindet. Besser ist es, wenn schon vorher ein persönlicher Kontakt geknüpft werden konnte.« Dem wollen Anneliese Scholz, Martina Gerum und Michael Gerlach mit ihrer regelmäßigen Präsenz Rechnung tragen. Noch während unseres Gesprächs klingelt das Telefon. Ein Mitarbeiter des St. Elisabeth fragt bei Gisela Maaskola an, ob sie für die Nacht eine Begleitung für einen Bewohner organisieren könne. Es ist fast 18:00 Uhr. Nach mehreren Telefonaten hat sie eine Hospizbegleiterin gefunden, die bereit ist, in der Nacht am Bett des Bewohners zu wachen. – Wunsch und Realität gehen manchmal eben auseinander.

Beitrag leisten für ein möglichst selbstbestimmtes und schmerzfreies Leben bis zuletzt

Dies ist ein Leitsatz des Aschaffener Hospizvereins, der 1993 gegründet wurde und 300 Mitglieder hat. Neben der Hospizbegleitung bietet der Verein auch Beratung zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung sowie Trauerbegleitung an. Diese kann auch auf Wunsch im St. Elisabeth geschehen. In seinen Räumen in der Hanner Straße lädt der Verein jeden ersten Samstag im Monat zum Trauercafé ein. Jedes Jahr bildet der Verein 15 Personen zum Hospizbegleiter aus. Die theoretische Ausbildung umfasst 100 Stunden, hinzu kommt ein Praktikum von 30 Stunden. Auch Martina Gerum absolvierte ihr Praktikum im St. Elisabeth und fühlte sich

schon in dieser Zeit hier richtig am Platz. Seit Januar ist sie regelmäßig dienstags von 17:00 bis 18:00 Uhr im Wohnstift St. Elisabeth im Pflegebereich 3 tätig. Auch sie kommt nach ihrer Arbeit direkt vom Büro. Sie spricht mit den Pflegekräften ab, wem sie ihre Zeit am besten widmet, wer gerade besondere Zuwendung benötigt oder wenig Besuch erhält. »Wenn ich im Bekanntenkreis von diesem Ehrenamt erzähle, reagieren alle mit Respekt.« Sie wurde auch schon um ihren persönlichen Rat gebeten und war froh, dass sie helfen konnte.

Ausbildung ist Pflicht

Jeder Hospizbegleiter muss vor seinem Einsatz an einem Ausbildungsseminar teilnehmen. Auch bietet der Verein regelmäßige Fortbildungen und Supervision an. Wichtige



Die drei ehrenamtlichen Hospizbegleiter in Senioren-Wohnstift St. Elisabeth besuchen unsere Bewohner regelmäßig.
Von links: Anneliese Scholz, Michael Gerlach und Martina Gerum.

Gemeinsam teilen wir im Wohnstift die Erinnerungen an verstorbene Bewohner. Zwei Mitarbeiterinnen haben sich privat zu Hospizbegleiterinnen ausgebildet.



Themen wie Sterben, Tod und Trauer, Selbsterfahrung, Krankheitsbilder, rechtliche Fragen und Kommunikation gehören zu den Inhalten. Auch zwei Mitarbeiterinnen des Sozialtherapeutischen Dienstes haben privat diese Ausbildung absolviert, wovon sie bei ihrer täglichen Arbeit profitieren. Gaby Schmittner, Alltagsbegleiterin im Senioren-Wohnstift, entschloss sich nach dem Tod ihrer Mutter zu der Ausbildung zur Hospizbegleiterin: »Dadurch habe ich gelernt, mit dem Thema anders umzugehen.« Eines ist ihr besonders wichtig: »Jeder sollte in seinen letzten Stunden jemanden an seiner Seite haben.« Auch Maria Brand, examinierte Altenpflegerin und Mitarbeiterin im Sozialtherapeutischen Dienst, hat sich aus persönlichem Interesse für die Ausbildung entschieden. »Das hat mir neue Impulse gegeben.« Sie gestaltet mit Bewohnern eine Gedenkfeier für

die Verstorbenen ihres Wohnbereiches, zeigt Bilder und gemeinsam teilen die Bewohner Erinnerungen an diese Personen. Für sie steht fest: »Wenn jemand glaubt, dass der Tod nicht das Ende ist, kann er mit einer anderen Einstellung mit dem Sterben umgehen. Der Glaube, die spirituelle Ebene, ist für mich ein wichtiger Faktor.«

Ars moriendi: Die Kunst zu sterben

Aufgabe der Hospizbegleiter ist die psychosoziale Betreuung. Sie bringen Zeit, Ruhe und Geduld mit und eine große Offenheit für die Bedürfnisse der Menschen. Die Hospizbegleiter führen Gespräche. Achtung, Wärme und Respekt, Empathie, aber auch Aufrichtigkeit und Echtheit sind hier gefragt. »Man muss auch spüren, wenn genug gesprochen ist. Ich kann auch einfach ruhig sitzen und still beten«, sagt Martina Ge-

rum im Gespräch. Körperkontakt, Initialberührungen an Schulter oder Hand tun den meisten Menschen gut und helfen bei Unruhe, Angst und Schmerzen. Jeder Hospizbegleiter begleitet anders. »Ich kann zum Beispiel nicht singen, aber eine Massage kann ich gut geben«, erzählt Martina Gerum. Der Hörsinn bleibt dem Sterbenden bis zum Ende erhalten. Auch wenn er nicht spricht und die Augen geschlossen hat, kann man ihm etwas Gutes sagen, um Verzeihung bitten, eine Liebeserklärung oder einen Dank aussprechen.

Black box

Im St. Elisabeth steht in jedem Wohnbereich eine »Blackbox« bereit. Darin finden sich unter anderem verschiedene CDs, Texte zum Lesen und Vorlesen, ein Kreuz und verschiedene Duftöle. Anneliese Scholz hat bei einer Begleitung erlebt,

dass Pflegekräfte durch ruhige Musik und eine Kerze (batteriebetrieben) für eine angenehme Raumatmosphäre sorgten. »Obwohl es hell im Zimmer war, gab es ein schönes Licht«, erzählt sie. Das hat ihr gut gefallen: Kleine Geste, große Wirkung. Anneliese Scholz ist seit zwei Jahren Hospizbegleiterin, seit November ist sie donnerstags alle zwei Wochen ab 14:30 Uhr im Pflegewohnbereich 2 anzutreffen.

Gute Zeit des Abschiednehmens

Bei der Begleitung am Lebensende sind Lebensqualität, Selbstbestimmung und Würde des Menschen für alle Beteiligten wichtig. Angehörige, Pflegende, Hospizdienst, Ärzte und Palliativversorgung müssen eng zusammenarbeiten, damit das gelingt. »Wir schätzen die Zusammenarbeit mit den Hospizgruppen und dem Palliativteam sehr. Die Weiterbildung von Mitarbeitern im Bereich Schmerzbehandlung und Palliativbegleitung ist ein wei-

terer Baustein, damit unsere Bewohner ein bestmögliches Leben bis zuletzt haben«, sagt Ulrike Schickling, Pflegedienstleiterin im St. Elisabeth. Häufig geäußerte Wünsche vieler Menschen hinsichtlich ihres Sterbens sind: nicht alleine sterben, ohne Schmerzen sterben und Dinge zu Ende bringen dürfen. Es ist ratsam, seine Gedanken darüber schon in gesunden Zeiten schriftlich festzuhalten, zum Beispiel als Ergänzung zu einer Patientenverfügung. Persönliche Wertvorstellungen, Einstellungen zum Leben und Sterben und religiöse Überzeugungen finden hier ihren Platz. Wenn in der Familie über dieses Thema gesprochen wurde, wissen die Angehörigen über die Wünsche des Sterbenden Bescheid und können sie berücksichtigen.

Weil sie es können!

»Ich könnte das nicht«, hören die Hospizbegleiter oft aus ihrem Umfeld. Wie aber kommen sie mit dieser Aufgabe

zurecht? »Wir sind den Menschen nicht so nahe, wie es Angehörige sind. Wir kennen die Person nicht so lange und haben gelernt, damit umzugehen«, fassen die Hospizbegleiter zusammen.

Dennoch brauchen ehrenamtliche und professionelle Mitarbeiter sowie die Hospizbegleiter Raum zum Trauern, damit sie wieder offen sein können für neue Menschen. Auch diejenigen, die den Abschied eines Menschen begleitet haben, brauchen Zeit zum Abschied nehmen, zum Verarbeiten, zum Sortieren des Erlebten. Was hilft? Die Endlichkeit des Lebens akzeptieren, Achtsamkeit mit sich selber und den Mitmenschen, Humor als Lebenselixier, Weinen, Beten – jeder auf seine Weise.

KONTAKT dankt Gisela Maaskola, Martina Gerum, Anneliese Scholz und Michael Gerlach für die interessanten Gespräche und ihre Mitarbeit im Senioren-Wohnstift. Für uns sind Sie echte Helden des Alltags!



HOSPIZGRUPPE Aschaffenburg e.V.



Mehr über die Hospizgruppen in Aschaffenburg erfahren Sie unter www.hospizgruppe-aschaffenburg.de und www.malteser-aschaffenburg.de. Wenn Sie die QR-Codes mit Ihrem Smartphone scannen, gelangen Sie direkt dorthin.