Die Supervision

Edgar Gindele ist für die Supervison zuständig. *Foto: NQ-Archiv*

Die Hospizbewegung ambulant bietet ihren 40 Begleiterinnen und Begleitern in drei Gruppen eine monatliche Supervision an. Die ehrenamtlichen Begleiterinnen und Begleiter lernen in dieser Supervision, ihr berufliches oder ehrenamtliches Handeln zu prüfen und zu optimieren.

Dies geschieht dadurch, dass in der Supervisionsgruppe jeder Teilnehmer die Möglichkeit hat, sein Erlebnis und seine Reaktionen bei der Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden zu schildern.

Die Mitglieder der Supervisionsgruppe generieren mit ihren Beiträgen, Erfahrungen und ihren Meinungen eine Reihe von Verhaltensalternativen, die einen Lernprozess bei allen Supervisanden anregen.

„Es gibt nicht das richtige Verhalten, jedoch, die für mich passende Reaktion in einer bestimmten Situation.“ Menschen handeln in der Regel intuitiv. Aristoteles hat Intuition definiert als ein Wissen über die Wirklichkeit, ohne dass der Wissende weiß, wie er zu diesem Urteil gekommen ist.

Der Supervisor muss das Geschehen beobachten und nachspüren: In wieweit benötigt der Supervisand Alternativen seines Tuns? Er hat die Möglichkeit seine Sichtweise einzubringen oder eine Gegenposition einzunehmen und dadurch den Lernprozess zu unterstützen. Der Supervisor achtet auf die Atmosphäre und die Interaktion in der Gruppe und kann darauf einwirken. Er hat auch die Möglichkeit, Beiträge aus der Theorie einzubringen, wenn dies in schwierigen Situationen hilfreich erscheint. *Edgar Gindele*

„Wir wollen, dass wir rechtzeitig gerufen werden“

Hospiztag In der Hospizbewegung ambulant Schwarzwald-Baar arbeiten 40 ehrenamtliche Sterbebegleiter – die meisten sind Frauen. Ammini Zaar und Carsten Gebhardt berichten.

Ammini Zaar stammt aus Indien. Als sie als junges Mädchen als Krankenschwester nach Deutschland kam fiel ihr vor allem eines auf: „Kein Hund und keine Katze stirbt alleine.“ Nur für die alten Menschen sei niemand da. Die heute 74-Jährige fand es traurig, dass die Leute am Ende eines langen Lebens einsam sind. Das sei wegen dem Personalmangel in den Altersheimen, aber auch eine Sache der Mentalität. Die Frau aus dem indischen Bundesstaat Kerala wollte schon damals helfen, doch der Beruf als Krankenschwester und Hebamme ließen ihr keine Zeit. Auch die junge Familie forderte sie ganz.

So kam es aber, dass Ammini Zaar sich in der Hospizbewegung engagierte, so bald sie mehr Zeit hatte. Vor genau 13 Jahren begann sie als Sterbebegleiterin. Nach den langen Jahren als Hebamme, die ja am Anfang des Lebens steht, fand sie eine besondere Symbolik darin, jetzt am Ende des Lebens für die Menschen da zu sein. Doch seien ihre medizinischen Vorkenntnisse und ihre Vergangenheit in einem sozialen pflegenden Beruf überhaupt

> „Mit unseren Trauertränen bezahlen wir für unsere Beziehungsfähigkeit.

keine Voraussetzung für die Arbeit als ehrenamtliche Sterbebegleiterin. Sie erzählt, dass in der Gruppe der ehrenamtlichen Sterbebegleiter alle möglichen Berufe vertreten sind. Vom Professor bis zur Friseurin sei alles vertreten. Doch es sei immer noch so, dass es vor allem eine Frauenangelegenheit ist. Nur drei der 40 Sterbebegleiter sind Männer. Ammini Zaar versteht dieses Ungleichgewicht nicht. Denn die Sterbebegleitung sei doch eine Aufgabe, die jeder machen kann. Die Ausbildung ist gründlich und bei irgendwelchen Problemen stehe immer die Koordinatorin mit Rat und Tat zur Seite. Es gibt auch Leute, die zwar die Ausbildung als Sterbebegleiter absolviert haben, aber gar nicht als solcher tätig sind. „Die haben das nur so für sich gemacht“, erklärt die 74-Jährige.

Von der Hebamme zur Sterbebegleiterin: Ammini Zaar sieht eine besondere Symbolik darin, an beiden Extrempunkten des Lebens tätig zu sein.

Hemmschwellen abbauen

„Wir wünschen uns, dass wir rechtzeitig gerufen werden. Dann können wir eine Beziehung aufbauen“, sagt Ammini Zaar. Leider sei dies nicht selbstverständlich. Denn die Leute hätten immer noch vor allem Angst, wenn sie das Wort Hospiz hören. Ammini Zaar und die ganze Gruppe der Sterbebegleiter, die im Schwarzwald-Baar-Kreis tätig ist, will diese Hemmschwellen abbauen und mit ihrer Arbeit und ihrem praktischen Einsatz deutlich machen, dass es keinen Grund gibt, dieses Thema zu verdrängen. Es gebe dem Sterbenden und auch seiner Familie so viel, wenn die wissen, dass sie nicht alleine sind.

So alt wie ihr Sohn

Gibt es auch Situationen und Fälle, die besonders belastend für den Sterbebegleiter sind? „Das kommt darauf an, wen man begleitet“, sagt Ammini Zaar. Sie hat schon einen 26 Jahre alten Mann betreut und auch eine 102-Jährige, die froh war, dass sie sterben durfte. „Das ist dann schon ein Unterschied.“ Sehr nahe ist der Sterbebegleiterin dann der Tod eines jungen Mannes gegangen, der genau so alt wir ihr Sohn war.

Die Frau will so lange es geht als Sterbebegleiterin im Ehrenamt arbeiten. Ob diese Tätigkeit und die vielen Erfahrungen, die sie da gemacht hat, etwas bringen, wenn es bei ihr so weit ist und ihr das Sterben dann leichter geht – das weiß sie nicht. „Ich kann nicht sagen, wenn ich im Sterbebett liege, ob es etwas genützt hat“, meint Ammini Zaar.

„Unheimlich bereichernd“ – so umschreibt Carsten Gebhardt seine ehrenamtliche Tätigkeit als Sterbebegleiter. Vor vier Jahren hat der 54-Jährige die Ausbildung gemacht. „Ich war früher in Vereinen tätig und wollte noch mal was anderes machen.“ Dann las er den Hinweis für ein Informationstreffen für die Ausbildung zum Sterbebegleiter und ging hin. Nach dem Einführungswochenende war für ihn klar: „Das mache ich.“ Da er beruflich im sozialen Bereich mit Kindern und Jugendlichen zu tun hat, wollte er ehrenamtlich gerne mit Senioren umgehen. Jeder Ehrenamtliche entscheide selber, wie viel Zeit er für dieses Engagement aufbringen könne. Berührungsängste hatte er keine.

Praktikum absolviert

Im Rahmen der Ausbildung absolvierte er ein 40-Stunden-Praktikum in einem Pflegeheim. „Es war toll, einfach nur da zu sein. Man redet oft gar nicht so viel“, schildert Carsten Gebhardt seine Erfahrungen. Den letzten Lebensabschnitt lebenswert zu machen, ist der Antrieb für dieses Engagement. Dass jemand da sei und einen in der Endphase des Lebens nicht bewerte, wird aus seiner Sicht als wichtig empfunden. Wer eine Sterbebegleitung möchte, meldet sich beim Hospizverein. Neben den schwer kranken Menschen sind das auch Angehörige.

„Wir unterstützen oft die Angehörigen, damit sie mal raus können“, sagt Carsten Gebhardt. Eine Koordinationsleiterin des Vereins fragt die jeweiligen Ehrenamtlichen an, und die entscheiden dann, ob sie die Begleitung machen können. „An Ort und Stelle entscheidet sich dann, wie viel Zeit man aufwenden kann.“ Von Vorteil ist ein Führerschein, damit man flexibler einsetzbar ist. In der Regel betreue man einen Sterbenden und nicht mehrere gleichzeitig. Die Zusammenkünfte finden bei den Patienten zu Hause, im Krankenhaus oder im Pflegeheim statt. Beide – Patient und Sterbebegleiter – entscheiden, ob sie miteinander können. Jeder bringe seine Stärken bei der Sterbegleitung ein. „Ich lese gerne vor“, sagt Gebhardt. „Wir missionieren niemanden oder stülpen dem anderen unsere Weltanschauung über.“

> „Noch einmal mit dir sprechen, gereift aus langem Weh, den Bann des Schweigens brechen.

Viel Dankbarkeit

Er erlebt viel Dankbarkeit und ist überzeugt: „Diese Tätigkeit kann jeder machen.“ Wenn er bei einem Sterbenden ist, kann er abschalten, zur Ruhe kommen und sich ganz auf die Begegnung einlassen. Das empfindet er als bereichernd.

Um das Erlebte verarbeiten zu können, sind für die Ehrenamtlichen Supervisionen Pflicht (siehe Infokasten auf dieser Seite). In Gruppen von etwa zehn Personen tauschen sich die Sterbebegleiter aus. Gegenüber Außenstehenden gilt die Schweigepflicht. Die stützenden Strukturen sind hilfreich, so Gebhardt. „Ich kann nur jeden ermutigen, diesen Schritt zu gehen und sich die Zeit dafür zu nehmen.“ Er findet es wichtig, eventuelle Hemmschwellen abzubauen bei Sterbenden und Angehörigen, dieses Angebot auch in Anspruch zu nehmen. *coh/bm*

Empfindet sein Engagement als ehrenamtlicher Sterbebegleiter als bereichernd: Carsten Gebhardt.

Fotos: Berthold Merkle

25. Kurs: „Sterbende begleiten“

Bildung Zwölf engagierte und der Nächstenliebe zugewandte Frauen trafen sich beim Einstiegswochenende

Villingen-Schwenningen. Zwölf engagierte und der Nächstenliebe zugewandte Frauen trafen sich zu einem Einstiegswochenende in Singen am Fuße des Hohentwiels.

Während man anfangs noch skeptisch aufeinander zuging, war man sich am Ende so vertraut, als würde man sich schon ewig kennen. Schließlich hatten alle das gleiche Ziel, nämlich in den kommenden sechs Monaten an einem Sterbebegleiterkurs teilzunehmen. Sie alle hatten sich entschieden, das Tabu-Thema Sterbebegleitung zu einer ihrer Lebensaufgaben zu machen. Ein Grund hierfür mag es sein, dass man eine gewisse Reife und Erfahrung im Leben braucht, um sich für diesen Schritt zu entscheiden, denn es waren alles Frauen, die mitten im Leben stehen.

Da es der 25. Kurs „Sterbende begleiten“ war, den die ambulante Hospizbewegung im Schwarzwald-Baar-Kreis angeboten hatte, war es den Organisatoren wichtig, eine kleine Feierstunde mit Sektempfang und Dankesworten nach dem Mittagessen abzuhalten. Hierfür kam eigens Michael Nopper vom Bildungszentrum Villingen-Schwenningen angereist, bevor alle Bildungsteilnehmerinnen den Heimweg wieder antraten. *eb*

Das Sterben in das Leben integrieren

Hospiztag Eine menschenwürdige Alternative, wenn eine Krankenhausbehandlung nicht mehr gewollt wird.

Villingen-Schwenningen. Am heutigen Samstag, 14. Oktober, findet der deutsche Hospiztag statt. Die Hospizeinrichtungen in Deutschland nutzen ihn für vielfältige Veranstaltungen, wie beispielsweise Benefizkonzerte und Gedenkgottesdienste. Der erste deutsche Hospiztag fand 2000 auf Initiative des Deutschen Hospiz- und Palliativverbands statt, seitdem wird er jährlich begangen. Hospizen sind eine Einrichtung der Sterbebegleitung. Ein Hospiz verfügt meist über wenige Betten und ist ähnlich wie ein kleines Pflegeheim organisiert. Träger dieser Häuser der Sterbebegleitung sind zumeist gemeinnützige Vereine, aber auch Kirchen und gemeinnützige Organisationen und Stiftungen. In Deutschland gab es im Jahr 2007 151 stationäre Hospize, 139 Palliativstationen in Krankenhäusern und 1450 ambulante Hospizdienste. Das erste Kinderhospiz in Deutschland entstand 1998. Hospize wollen das Sterben wieder in das Leben integrieren. Den Kranken und ihren Angehörigen soll ein Stück Normalität vermittelt werden, was im Krankenhaus oder zu Hause zum Beispiel durch Überforderung der pflegenden Angehörigen oft nicht mehr gegeben ist. Laut Umfragen möchten etwa 90 Prozent aller Menschen zu Hause sterben. Tatsächlich sterben nach Schätzungen jedoch etwa 50 Prozent der Menschen im Krankenhaus und weitere 20 Prozent im Pflegeheim. Hospize wollen dabei eine menschenwürdige Alternative sein, wenn eine Krankenhausbehandlung nicht mehr gewollt wird oder aus medizinischer Sicht nicht erforderlich ist, ein Pflegeheim aber aufgrund unzureichender medizinischer und pflegerischer Versorgungsmöglichkeiten bei schwerer Erkrankung nicht in Frage kommt. *eb*

Neue Koordinatorin

Villingen-Schwenningen. Neben Karin Schleicher hat die Hospizbewegung ambulant SBK e.V. eine weiter hauptamtlich angestellte Koordinatorin gewinnen können. Seit August verstärkt Jutta Bender (Foto) das Team. Ihre Aufgaben bestehen in der Koordination der Einsätze der

ehrenamtlichen Begleiterinnen und Begleiter, in der Öffentlichkeitsarbeit, der Netzarbeit und der Zusammenarbeit mit dem Vorstand des Vereins.

Bender kommt aus Calw, ist Mutter von drei Kindern und gelernte Krankenschwester. Weiterhin ist sie ausgebildete Palliativ-Fachkraft, hat ein Kontaktstudium Erwachsenbildung absolviert und hatte lange Zeit die Leitung einer Demenzgruppe und von zwei Hospizgruppen inne. Zuletzt war sie in der Nachbarschaftshilfe und Familienpflege tätig.

Sie wird sich verstärkt um die Zusammenarbeit mit allen Institutionen kümmern, die mit den Aufgaben der Hospizbewegung ambulant in Berührung kommen. *eb*