

So lange haben wir noch nie gebraucht..... Impressionen zum neuen Aufbaukurs 2021

Eigentlich wollten wir im Frühjahr 2020 mit dem neuen Aufbaukurs zur Vorbereitung auf die Hospizbegleiter - Tätigkeit beginnen.

Aber dann machte uns, wie so vielen anderen, die Corona-Pandemie einen Strich durch die Rechnung. Also verschoben wir den Kurs auf den 11.7.2020.

An diesem Wochenende starteten wir mit 13 Teilnehmerinnen den Kurs, in dem sie sich auf ihre ehrenamtliche Arbeit als Hospizbegleiterinnen vorbereiten wollten.

Alle waren wir voller Energie. Für alle begann eine Zeit der spannenden und oft überraschenden Auseinandersetzung mit diesem so gern verdrängten Thema.

Jetzt waren wir hier und wollten uns gemeinsam damit beschäftigen.

An diesem ersten Wochenende ging es vor allem um die eigenen Zugänge zu Krankheit und Tod, um den biographischen Hintergrund der einzelnen Teilnehmerinnen. Dies ist die Grundlage, auf der wir die Begleitung kranker und sterbender Menschen aufbauen. Wer nichts über seine eigenen Ängste, Gefühle, Befürchtungen und auch Hoffnungen weiß, der kann anderen keine gute Begleitung sein. Gerade in der Endphase des Lebens kommen wir mit unserem Geworden-Sein noch einmal ganz stark in Kontakt. Dann braucht es Menschen, die erfahren haben, was ihre Geschichte ist, damit sie auf die der anderen eingehen können und beide nicht vermischen.

Die Vorbereitung auf die Aufgabe der Hospizbegleitung sollte an 4 Wochenenden und 14 Abenden geschehen. Alles war geplant, alle Räume reserviert.

Aber auch da sollten wir nochmal überrascht werden.

Zunächst beschäftigten wir uns mit Kommunikation, ein bisschen theoretisch mit Kommunikationsmodellen, aber dann auch ganz konkret: in welchen Bildern, mit welchen Worten sprechen Sterbende. Wie können wir mit ihnen in Kontakt kommen, sind wir doch in einer ganz anderen Lebensphase. Was brauchen diese Menschen am Ende ihres Lebens und was sind denn ihre eigentlichen Themen. Muss ein Sterbender immer über den Tod reden, über das, was alles so schwer macht oder „darf“ er auch übers Wetter, über vergangene Reisen oder über Fußball reden? Was ist unsere eigene Haltung dazu, was ist unsere Meinung oder was sind unsere Vorurteile? Wie können wir offen werden, gut hinhören lernen, so dass wir verstehen, was jemand meint und wie kann wertfreie Kommunikation überhaupt gelingen?

Wir erarbeiteten uns, wie wir einen Krankenbesuch gestalten könnten, wie wir uns vorstellen bei den Menschen. Wie wir zeigen, dass wir für sie da sind.

Wir beschäftigten uns mit unserer Identität als ehrenamtliche Hospizbegleiterin und mit dem, was andere von uns erwarten könnten.

An einem Abend stellten sich drei erfahrene Hospizbegleiterinnen vor, die von ihren unterschiedlichen Arbeitsfeldern auf der Palliativstation des Ebersberger Krankenhauses, in den Altenheimen und von ihren ambulanten Einsätzen zu Hause erzählten. Das war für alle sehr berührend und intensiv.

An einem weiteren Abend stellte Dagmar Kiefert vom SAPV-Team (Spezialisierte ambulante Palliativ-Versorgung) die Arbeit ihres Teams vor, das Menschen solange wie möglich medizinisch zuhause versorgt. Wir vom Hospizverein arbeiten ganz eng mit diesem Team zusammen.

An einem weiteren Wochenende beschäftigten wir uns in einer geführten Sterbemeditation mit unserem eigenen möglichen Tod, eine sehr intensive Übung, die ein ganz klein wenig an die Situation am eigenen Lebensende heranführen kann. Wir machen das, damit wir uns einfühlen können in die Lage eines sterbenden Menschen.

Weitere Abendthemen waren: der konkrete Einsatz, den meine Kollegin Christine Schlosser vorstellte sowie der Umgang mit dementiell erkrankten Menschen und die Patientenverfügung. Zwei Themen, die Maria Sommer (erster Vorstand des Hospizvereins Ebersberg) referierte.

Mittlerweile hatten alle auch ihr Praktikum über 10 Besuche in einem Altenheim begonnen.

Dann mussten wir wieder pausieren.... Die zweite Welle traf auch uns.

Altenheimbesuche untersagt! Praktikum unterbrochen! Beziehungen, die gerade aufgebaut waren, mussten auf Eis gelegt werden oder nur noch telefonisch weitergeführt werden.

Corona Pause!

Erst nach langen Monaten machten wir weiter: Was haben wir uns gefreut, endlich wieder in der gewohnten Runde zu sitzen..... Wir tauschten uns über unsere Erfahrungen während des lock downs aus und vor allem über die praktischen Erfahrungen, die unsere Teilnehmerinnen in den Altenheimen bei ihren Besuchen von alten Menschen sammelten. Manche durften schon gleich zu Beginn nicht mehr ins Heim, andere durften noch lange hinein. Das wurde von Heim zu Heim unterschiedlich gehandhabt. Von Mai bis Juni 2021 haben wir wöchentlich an einem Abend mit jeder Teilnehmerin ihre Besuche reflektiert.

Dieser Aufbaukurs war ganz besonders: es war ein Kurs, in dem wir selber immer wieder den Abschied eingeübt haben. Den Abschied von unseren Plänen, aber auch von den begonnenen Begleitungen in den Heimen und immer wieder von der Gruppe, wenn wir uns über längere Zeit nicht treffen konnten.

Es war ein Kurs voller Überraschungen und mit der Erfahrung, dass alles, was so selbstverständlich und sicher ist, in Frage gestellt wurde. Uns begegnete also letztlich Ähnliches, was Menschen am Ende ihres Lebens auch erleben: Pläne und Gewohnheiten werden durchkreuzt, Abschied wird fühlbar und es ist nicht mehr alles machbar...

So hat uns Corona eigentlich mit all dem konfrontiert, was wir uns in dem Kurs lernen wollten.

Birgit Deppe-Opitz (Koordinatorin, Einsatzleitung und eine der beiden Referentinnen, die den Aufbaukurs geleitet und durchgeführt haben).