

Hospiz-Forum

Ambulanter Hospizdienst – Caritas-Zentrum Traunstein

Ausgabe 5 – Oktober 2013

Seien Sie begrüßt!

Gelingendes Leben, so lautet das Motto der Veranstaltungen des Katholischen Bildungswerks (KBW) im neuen Herbstprogramm. Seit vielen Jahren besteht nun die Zusammenarbeit des Ambulanten Hospizdienstes (AHD) mit dem KBW, an dieser besonderen Fragestellung, wie Leben gelingen kann, beteiligt sich der AHD ebenfalls wieder gerne. Sehen Sie dazu in diesem Rundbrief die Vorschau auf Vorträge und einen Film.

Auch für mich persönlich, als Einsatzleitung im Hospizdienst vielfach mit Menschenschicksalen am Lebensende konfrontiert, stellt sich stets wieder die Frage: Was ist gelungenes Leben, wo werden die Weichen dafür gestellt? Kann uns an den Weggabelungen des Lebens das Bedenken der eigenen Endlichkeit zu tragenden Entscheidungen für das noch vor uns liegende Leben verhelfen?

Menschen am Lebensende befragt, was ihnen im Rückblick besonders wichtig bleibt, nennen meist die Familie, die Gesundheit – und das Leben mit den vielfältigen Erfahrungen gelebt zu haben, andererseits begegnen wir Menschen, die betrauern, was sie **nicht** gelebt haben.

So ziehe ich für mich den Schluss: Manchmal braucht es den „Mut zum Lebensrisiko“ und dann wieder das Innehalten mit der Schau auf die kleinen leisen Töne des Lebens. So wünsche ich Ihnen viel Lebensfreude und vielleicht finden Sie den einen oder anderen anregenden Gedanken in diesem Rundbrief.



Christina Erl-Danhof,
Einsatzleitung / Koordination
im Ambulanten Hospizdienst

Begleitung bei Demenz: Kontakt ohne Worte

Für seine aktiven Hospizbegleiterinnen und -begleiter bietet der Ambulante Hospizdienst regelmäßig Fortbildungsseminare an. Mitte Oktober stand das Thema „Kommunikation mit Demenzkranken“ auf der Tagesordnung. Eine Teilnehmerin, Silke Schröder, berichtet von ihren Eindrücken.

Gefüllt mit den Eindrücken eines ganz besonderen Seminartages darf ich versuchen, Nicht-Teilnehmer ein Stück mitzunehmen in das Thema „Nonverbale Kommunikation mit demenzkranken und sterbenden Menschen“. Den Kurs leitete Rosmarie Maier, Lehrerin für Pflege, freiberufliche Referentin, Buchautorin, sie arbeitet auch im Bereich Bildung durch Schauspiel.

„Nur durch Kontakt mit den Menschen können wir erfahren, was sie wirklich brauchen. Kommunikation ist die Schwierigkeit, aber auch die Basis“, so ihr Leitgedanke. Doch wenn die verbale Kommunikation erschwert ist, werden nonverbale Zeichen besonders wichtig. Was sind nonverbale Zeichen, auf die bei beginnender Demenz geachtet werden sollte? Das sind z. B. Atmung, Mimik, Gestik, Augenausdruck, Muskeltonus, Speichelbildung und vokale Laute.

Was unterscheidet einen Begleiter mit gesunden kognitiven Fähigkeiten von einem Menschen mit Demenz? Beide haben eine Biographie und nehmen äußere Realitäten wahr. Bei beiden kommt es zu Realitätsvermischungen, der Gesunde kann dies jedoch kognitiv beeinflussen. Beide haben einen „inneren Topf“, gefüllt mit Gefühlen, beim Gesunden ist dieser Topf meist gut und fest verschlossen, während in der Demenz Gefühle ungefiltert herausbrechen können, echt und unmittelbar, da die eigenen Reaktionen nicht reflektiert werden können. Wenn diese Gefühle auf den Begleiter treffen, können sie dort etwas auslösen. Die häufigste spontane Reaktion ist dann Abwehr, Beschwichtigung oder Bagatellisierung, so dass der an Demenz Erkrankte sich von seinem Gegenüber unmöglich angenommen oder verstanden fühlen kann. Mit vielen praktischen Beispielen illustrierte Kursleiterin Maier ein angemessenes Verhalten gegenüber einem an De-

menz Erkrankten. Sie wies auf die Möglichkeit hin, dass Angehörige sich professionell beraten lassen können, z.B. bei der Alzheimer-Gesellschaft, da wiederkehrende Persönlichkeitsverletzungen aufgrund unangemessenen Verhaltens zu immer mehr Rückzug und häufig zu Depression führen. Auch Vergebungsarbeit könnte für Angehörige hilfreich sein.

Eine Sequenz des Theaterstückes „Die verlorene Tochter und die wiedergefundene Mutter“ von Rosmarie Maier gab uns Einblick in eine angemessene Kommunikation, die aus wertschätzender und stärkender Grundhaltung resultiert.

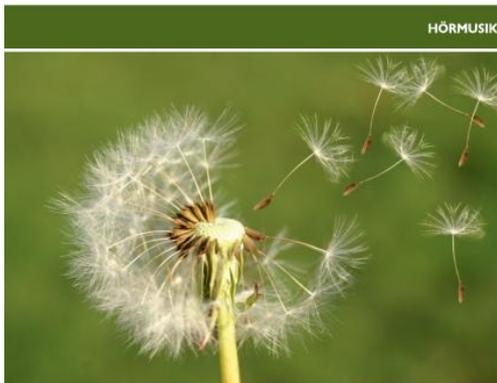
In praktischen Übungen konnten wir am eigenen Leib spüren, dass Berührung, Blickkontakt, eine sanfte Tonlage und Stille in der nonverbalen Kommunikation Brücken schlagen können. Es geht darum, Ja-/Nein-Fragen zu stellen, zu *entlasten* statt zu *überfordern*.

Wir konnten feststellen, dass neutrale Berührungen eine Chance in der Kommunikation darstellen. Auch ohne eine zustimmende Rückmeldung kann die Berührung als angenehm empfunden werden, vielleicht sogar die Verkapselung eines Demenzerkrankten im fortgeschrittenen Stadium durchbrechen. Zum Ende des Seminars stellte uns Rosmarie Maier an einer Teilnehmerin das Ausstreichen und Umformen des Kopfes als basale Stimulation vor. Es gäbe noch viel zu erzählen...

Abschließend bleibt dankbar zu sagen, dass es der Referentin auf beeindruckende, kompetente und leidenschaftliche Art gelungen ist, uns Teilnehmer im Spannungsfeld zwischen großer Ruhe und aktivem Lernen in die nonverbale Kommunikationswelt einzuführen – eine Fortbildung von ganz großem Wert.

Silke Schröder

HÖRMUSIK



Silke Aichhorn
Harfenklänge für die Seele

Bis Weihnachten ist es zwar noch etwas Zeit, aber gute Geschenkideen kann es nicht früh genug geben: zum Beispiel die CD der Traunsteiner Harfinistin Silke Aichhorn, die sie speziell für den Ambulanten Hospizdienst der Caritas eingespielt hat.

Für Silke Aichhorn, die „Hospizbotschafterin“ des AHD, ist es ein persönliches Anliegen, das Engagement der ehrenamtlichen Hospizbegleitung aktiv zu unterstützen. Die CD hilft ihr dabei – und dem AHD.

Mit der CD „Harfenklängen für die Seele“ machen Sie nicht nur Freunden und Verwandten eine Freude, Sie unterstützen mit dem Kauf gleichzeitig die Hospizidee, denn der Reinerlös kommt dem AHD zugute.

Zu beziehen ist die CD über den AHD, sie kostet 12,50 Euro.

Impressum:

Hospiz-Forum

Der Rundbrief erscheint dreimal pro Jahr und wird herausgegeben vom Ambulanten Hospizdienst Caritas-Zentrum Traunstein, Herzog-Wilhelm-Str. 20, 83278 Traunstein; Tel. 0861 98877-18; Mail: ambulanter-hospizdienst-ts@caritasmuenchen.de; Homepage: www.caritas-hospiz-traunstein.de; Redaktion / Layout: Susanne Pühler V.i.S.d.P.: Franz Burghartswieser, Caritas-Zentrum Traunstein



Sie können diesen Rundbrief per Mail be- oder abbestellen.

Spenden mit dem Kennwort „Hospiz“ kommen nur dem Ambulanten Hospizdienst zugute.

Caritas-Zentrum Traunstein
UniCreditbank Traunstein
BLZ 710 221 82, Konto 3611213

Sie erhalten eine Spendenbescheinigung, wenn Sie auf der Überweisung Ihre Adresse angeben.

Umfrage: Begleiten Männer anders?

Nachdem an der Universität Zürich untersucht wurde, ob zwischen Männern und Frauen Unterschiede bei der Hospizbegleitung feststellbar sind und auch „Chrismon“ das Thema Männer in der Pflege behandelt hat, befragte die Einsatzleitung des AHD die Traunsteiner Hospizbegleiter nach ihren Erfahrungen.

Eines vorweg: Männer, die in der Hospizarbeit tätig sind, stellen eine ganz besondere Auswahl dar. Ihre „sorgenden“ Anteile sind stärker ausgeprägt als bei vielen anderen Männern, die sich beispielsweise lieber um Fußball kümmern. Aber interessant könnte es doch sein, ob die Hospizbegleiter und -begleiterinnen selbst Unterschiede zwischen männlichen und weiblichen Begleitungen feststellen können. Hier einige Erfahrungen:

Für die Patienten kann es durchaus von Bedeutung sein, ob sie von einem Mann oder einer Frau ehrenamtlich begleitet werden. Männliche Patienten vertrauen eher auf weibliches Verständnis, wenn sie von eigenen Schwächen berichten, vor Männern möchten sie vielleicht eher als stark erscheinen. Für männliche Patienten kann es außerdem einen besonderen Reiz haben, wenn sie von einer Frau begleitet werden. Die eigenen Erwartungen der Patienten an ihre Begleiter prägen also ihr eigenes Verhalten dem Begleiter/der Begleiterin gegenüber. Der Mann, der selbst erwartet, dass Männer über Technik reden und stark sein müssen, wird zunächst versuchen, dem zu entsprechen. Wer aber meint, dass Frauen Gefühle zulassen, traut sich dies vielleicht eher und spricht mit der Begleiterin über die eigenen Gefühle.

Für Hospizbegleiter gibt es in diesen Berichten Anzeichen, dass männli-

che Begleiter etwas eher ihre Aufgaben begrenzen und das erledigen, was als ihre Zuständigkeit definiert wurde, während Frauen leichter darüber hinaus Tätigkeiten übernehmen. Sie tragen Verantwortung für den anderen, vielleicht glauben sie auch manchmal, sie wüssten, was für den anderen gut ist.

Frauen haben weniger Scheu bei Körperkontakt mit den Patienten (Männern und Frauen), körperliche Berührung ist für sie gewohnter. Männer ernten für dieses Ehrenamt manchmal mehr Anerkennung als Frauen, weil es immer noch als etwas Besonderes gilt, wenn sie in diesem Bereich tätig sind.

Aus diesen Erfahrungssplittern ziehen die Einsatzleiterinnen des AHD das vorsichtige Fazit: Einen großen Einfluss auf das Verhalten der Hospizbegleiter und -begleiterinnen haben neben ihren individuellen Fähigkeiten und Stärken die Erwartungen der Patienten und der Angehörigen an die Begleiter, auch an die Geschlechterrollen. Durch dieses vorgeprägte Rollenbild wird viel in Gang gesetzt. „Darum ist es wichtig“, meint Christa Seitz, Einsatzleiterin beim AHD, „dass sich die Begleiterinnen und Begleiter dieser Dynamik bewusst sind, um nicht darin gefangen zu bleiben, sondern um im Prozess neue Handlungsspielräume für alle Beteiligten zu eröffnen.“ /püh

Wie möchte ich sterben?

In jedem Grundseminar für Hospizbegleitung setzen sich die Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit der Frage auseinander: Wie stelle ich mir mein eigenes Sterben vor? Auch im Hospiz-Grundseminar, das im Frühjahr in Siegsdorf stattfand, haben die Teilnehmer darauf ihre eigenen Antworten gesucht. Ein Beispiel drucken wir hier ab.

Grundsätzlich ist der Tod für mich kein ENDE, sondern ein Abschied aus diesem Leben, meinen Gewohnheiten, meinem sozialen Umfeld. Tot bin ich für die Anderen, nicht für mich selbst. Trotzdem sind mir Abschiede schon immer schwergefallen. Ich denke, es würde mir leichter fallen, wenn meine Aufgaben erfüllt sind und ich nicht mehr „gebraucht“ werde.

Wie ich aus dem Leben scheidet, möchte ich meinem Schicksal überlassen und werde es annehmen und ertragen. Schön wäre es, wenn es nicht plötzlich geschieht, wie gesagt, ich brauche ein bisschen Zeit für Abschiede. Wichtig ist mir auch, meine Kinder nicht im Stich zu lassen, sie sollten schon mit beiden Beinen fest im Leben stehen. Idealerweise schlafe ich dann irgendwann bewusst friedlich ein.

Was ist los?

Das **Hospiz-Forum** organisiert – auch zusammen mit anderen Einrichtungen – Veranstaltungen, die sich dem würdevollen Leben bis zuletzt widmen.

So 20.10. und Mo 21.10.2013, 18:30 Uhr

Kinofilm: „Dienstags bei Morrie“

Siehe nebenstehender Text

Kooperation mit KBW und ARTSKINO

Ort: Kino am Bahnhof, Traunstein

Mo 4.11., 19:30 Uhr / Di 19.11, 17 Uhr

Informationen zur Vorsorgeplanung

Mit Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung treffen Sie in gesunden Tagen Vorkehrungen für Zeiten, in denen Sie nicht mehr selbst entscheiden können. **Eintritt: 5 €**

4.11.: Referent Wolfgang Müller-Arends

Ort: VHS Traunreut, Marienstr. 20, Raum 7
Anmeldung: 08669-864828

19.11.: Referenten: Lisa Weßels, AHD, und Ruth Wiedemann-Ruf, Palliativstation.

Ort: Bildungszentrum f. Gesundheitsberufe TS, Herzog-Friedrich-Str. 6, Raum 2.07

Anmeldung: 0861-69495 bis 15.11.

Di, 12. November, 19 Uhr

Mein Sterben – (m)ein heiliger Raum.

Vortrag von Pastoralreferent und Klinikseelsorger Hubert Gallenberger. Was brauche ich als Angehöriger oder Begleiter, um das Sterben als Lebensraum oder heiligen Raum wahrzunehmen?

Ort: Palling, Kath. Pfarrsaal, Kirchgasse 4

Di, 26. November, 19:45 Uhr

Das letzte Geleit. Vortrag von Pastoralreferentin Irmingard Gruber.

Wie können wir den Abschied von unseren Verstorbenen würdig und persönlich gestalten? Ausgangspunkt ist das christliche Verständnis von Sterben und Tod.

Ort: Übersee, Kath. Pfarrheim, Kirchweg 4

Trauercafé –

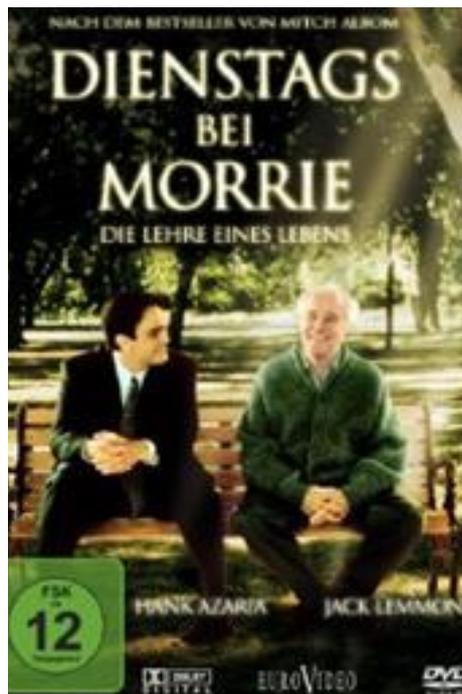
ein offenes Angebot des Ambulanten Hospizdienstes (AHD) für Menschen in Trauer. Das Trauercafé ist einmal im Monat donnerstags geöffnet.

Die nächsten Termine sind
**31. Okt., 28. Nov., 19. Dez. 2013,
23. Januar und 20. Februar 2014**

jeweils von 15:30 bis 17:30 Uhr im Pfarrheim Hl. Kreuz in Traunstein.

Weitere Informationen beim AHD unter Tel. 0861 / 98877-18

Kino: „Dienstags bei Morrie. Die Lehre eines Lebens“



Als der Journalist und TV-Moderator Mitch Albon erfährt, dass sein ehemaliger Professor Morrie Schwartz schwer erkrankt und vom Tode gezeichnet ist, beschließt er, ihm einen letzten Besuch abzustatten. Doch dabei bleibt es nicht: 14 Wochen lang treffen sich die beiden nun dienstags zu wöchentlichen Gesprächen über Gott und die Welt, über das Leben, das Älterwerden und den Tod, über Ehe und Familie, über Arbeit und Kultur, Angst und Glück – und beide gewinnen dabei.

Die Verfilmung von Mick Jackson aus dem Jahr 1999 mit den Hauptdarstellern Jack Lemmon, Hank Azaria und Wendy Moniz wird in nun in Kooperation von KBW und Ambulanten Hospizdienst an zwei Tagen in den Traunsteiner Kinos am Bahnhof gezeigt: siehe Terminleiste links.

LESE-ECKE

Begleitung bis zur Lebensgrenze

An Literatur über das Sterben herrscht inzwischen kein Mangel mehr, die Neuerscheinung der Maiworm GmbH zeigt allerdings besonderes Profil.

Kann man das Sterben und den Tod verstehen? Gudrun Orlet sagt nein, verstehen könne man es erst im eigenen Erleben, „wenn das Sterben und der Tod mich einverleiben“. Dennoch schreibt sie ein Buch darüber, weil es notwendig sei, „sich mit diesem Lebensbereich aus allen Perspektiven heraus auseinandersetzen“. So ist ein ganz besonderes Sach- und Lesebuch entstanden, das theoretisches Wissen, persönliche Lebenserfahrungen, nützliche Anregungen, anregende Bilder und vertiefende Lyrik vereint.

Der Tod, so die Schweizer Erzieherin und Sterbebegleiterin, unterstützt die Konzentration auf das Zeitliche, Irdische und Endliche, im Sterben geschieht die Entbindung daraus. Das Sterben durchdringt alle Erscheinungen des Lebens, ist als ein „psycho-sozial-somato-spiritueller Prozess“ zu verstehen, der einen neuen inneren Raum öffnet. So thematisiert Orlet diese Lebensbereiche, Prozesse und Begegnungen: unterschiedlich ausführlich, nicht immer systematisch, manchmal über Fragen oder Stichworte. Sie macht keinen Hehl daraus:

Es ist eine subjektive Annäherung an den Lebensraum des Sterbens, aber gerade darin liegt die besondere Qualität dieses Buches. Es ist unübersehbar: jedes Sterben ist individuell und besonders – und auch jede Sterbebegleitung. /püh



Gudrun Orlet: Das Jetzt im Sterben. Begleitung bis zur Lebensgrenze. MAM Maiworm GmbH, Hochheim 2012, ISBN 978-3-943261-05-9, 262 S., 24,90 €