

# Hospiz-Forum

Ambulanter Hospizdienst – Caritas-Zentrum Traunstein

Ausgabe 23 – Okt. 2019

## Seien Sie begrüßt!

In der Geschichte der internationalen Hospizbewegung treten zwei Frauen als Pionierinnen besonders hervor: Cicely Saunders aus Großbritannien, eher Insidern vertraut, und Elisabeth Kübler-Ross, heute einer breiten Bevölkerungsschicht zumindest dem Namen nach bekannt. Insbesondere ihr Buch „Interviews mit Sterbenden“ entwickelte sich in meiner Jugend schon fast zu einer Art Pflichtlektüre. „On death and dying“, wie es im Original heißt, ist 1969 erschienen, kann also heuer auf 50 Jahre zurückblicken und ist immer noch aktuell und prägend – von welchem Buch kann man das behaupten? Neben den berührenden Interviews mit sterbenden Menschen, die auch einen tiefen Einblick in den damaligen Alltag in Krankenhäusern geben, entwickelt Elisabeth Kübler-Ross daraus ihr bekanntes Phasenmodell des Erlebens und Verhaltens Sterbender: Leugnung, Zorn, Verhandeln, Depression, Zustimmung. Hierfür ist sie oft kritisiert worden, negiere sie doch darin die Individualität und Einzigartigkeit des Menschen. Mag dieses Buch auch wissenschaftlichen Anforderungen nicht ganz genügen und mögen die Phasen sehr verallgemeinert dargestellt sein, so war doch ihr Anliegen wegweisend: den Fokus mehr auf das Erleben sterbender Menschen zu legen und damit die Begleitung und Versorgung Sterbender zu verbessern. Insofern können wir in Cicely Saunders und Elisabeth Kübler-Ross auf zwei Frauen des 20. Jahrhunderts blicken, die die hospizlich-palliative Versorgung einen großen Schritt vorangebracht haben.

Lisa Weßels,  
Einsatzleitung/  
Koordination  
im Ambulanten  
Hospizdienst



## Trauern und Trösten

**Der renommierte Trauerfachmann Waldemar Pisarski referierte auf Einladung des Ambulanten Hospizdienstes über den Umgang mit Abschied, Trauern und Trösten im Rahmen eines öffentlichen Vortrags mit anschließender Aussprache im Caritas Zentrum Traunstein.**

„Trauer ist die Antwort unserer Seele auf einen Verlust, ist eine notwendige Reaktion“, so die Überzeugung von Waldemar Pisarski, evangelischer Theologe und Gestalttherapeut. Bindungen an eine verlorene Person werden nicht im Augenblick des Todes gekappt. Sie bleiben bestehen, gehen in den „leeren Raum“, noch gebunden an die verlorene Person. Diese Bindungen müssen zurückgenommen und verwandelt werden, um bereit zu sein für neue Bindungen. Diese Aufgabe nennt man „Trauerarbeit“. Es ist eine fordernde, mühsame, anstrengende Aufgabe, die den trauernden Menschen in seiner Ganzheit fordert. Doch tröstlich stellt Pisarski in Aussicht: Trauer hat einen Anfang und ein Ende. Es wird mit der Zeit leichter, das Leben kehrt allmählich zurück, auch wenn der erlebte Verlust mitunter zum Teil des zukünftigen Lebens wird. In der Trauerarbeit sind die wichtigen Fragen: Wie kann Heilung geschehen? Was tut gut? Dazu gehört laut Pisarski das „Fließen lassen“, von Gefühlen, von Tränen. Das, was sich „eindrücken will“, zum Ausdruck bringen, zum Beispiel durch Gespräche, Schreiben, Singen oder Malen, das Entdecken von tröstlichen Ritualen, wie dem Gang zum Friedhof, dem Begehen von Jahrestagen,



dem Entzünden von Kerzen. Heilung kann laut Pisarski nicht „am Schmerz vorbei“ gelingen, nur durch den Schmerz hindurch. In der Begleitung von trauernden Menschen sei es daher wichtig, nicht zu „ver-trösten“ (z.B. „Das wird schon wieder!“ oder „Komm, wir lenken dich ab!“), sondern wahrhaftig zu trösten, den Schmerz zu teilen, mit auszuhalten, da zu sein, mitzufühlen. Dann kann Trauerarbeit mehr werden als die Bewältigung eines Verlusts. Sie kann eine Möglichkeit sein, innerlich zu wachsen, in Kontakt mit den eigenen Gefühlen zu kommen und sich tiefer mit sich selbst zu verbinden. Bei der Aussage, die vor allem Buben oftmals zu hören bekommen, möchte Pisarski folglich einen Buchstaben ändern: Von „Ein Indianer kennt keinen Schmerz“ hin zu „Ein Indianer kennt seinen Schmerz“!

## Was ist los?

### Offenes Trauercafé

Die nächsten Termine sind:

17. Okt., 14. Nov., 12. Dez. 2019 und  
23. Jan. 2020

Jeweils 15:30 bis 17:30 Uhr,

Ort: Pfarrheim Hl. Kreuz, Traunstein.

Weitere Informationen:

AHD, Tel. 0861-98877-920

### Die Vorbereitung auf das Sterben ist die beste Vorbereitung für das Leben.

**Buchvorstellung und Gespräch** mit Palliativmediziner Prof. Dr. Gian Borasio, und Alois Glück, Netzwerk Hospiz.

Termin: Freitag, 18. Oktober, 18.00 h

Ort: Rathaussaal in Traunstein

Eintritt: frei

### Konzert: Die „Brassmatiker“

Termin: 19.10.2019, 19 Uhr

Ort: Aula des Chiemgau-Gymnasiums, Traunstein

Eintritt frei – Spenden erbeten

### Hinweise auf weitere Veranstaltungen der Reihe „Tod und Sterben“, Einzelheiten in der Broschüre der Stadtbücherei:

27.10.2019, 18 Uhr

Finstere Lieder: Chanson macabre  
Kulturzentrum Traunstein

26.11., 2019, 19:30

Lesung mit Peter Dermühl: „Sepp, jetzt geht's dah! Eine kleine bayerische Kulturgeschichte vom Tod“  
Sailer-Keller

22..1.2020, 19 Uhr

Vortrag Palliativmedizin von Monika Kinne, Palliativstation TS:  
„Ist es mit mir schon so weit?“

9.2.2020, 11 Uhr

Podiumsdiskussion: „Da ist Leben – bis zuletzt!“

Impressum:

## Hospiz-Forum

Der Rundbrief wird herausgegeben vom Ambulanten Hospizdienst Caritas-Zentrum Traunstein, Herzog-Wilhelm-Str. 22, 83278 Traunstein; Tel. 0861 98877-920; Mail: ambulanter-hospizdienst-ts@caritasmuenchen.de; Homepage: www.caritas-traunstein.de; Redaktion / Layout: Susanne Pühler  
V.i.S.d.P.: Franz Burghartwieser, Caritas-Zentrum Traunstein.



Sie können diesen Rundbrief per Mail be- und abbestellen.

## Veranstaltungsreihe „Tod und Sterben“



## TOD UND STERBEN

Die Stadtbücherei Traunstein widmet sich von September 2019 bis ins Frühjahr 2010 in einer Veranstaltungsreihe ausführlich dem Thema „Tod und Sterben“. Sie umfasst so verschiedene Formate und Genres wie Literatur, Theater, Fotografie, Vorträge, Gespräche und Musik.

„Da hab ich ein Leben lang Angst vor dem Sterben gehabt und jetzt das!“, an dieses Bonmot von Karl Valentin erinnert Anette Hagenau, Leiterin der Stadtbücherei Traunstein, in ihrem Grußwort zur Veranstaltungsübersicht.

„So wie einst Karl Valentin geht es heute vermutlich vielen Menschen, denn aus unserem Alltag wird das Thema Sterben und Tod weitgehend verdrängt. Dabei gehört das Sterben zum Leben. Dieser Satz klingt so einfach und ist doch so schwer zu akzeptieren.“

Das ist für die Stadtbücherei Traunstein ein Beweggrund, sich mit anderen Kultureinrichtungen dieser Thematik anzunehmen, um die Scheu davor abzubauen. „Es geht zum einen um die Möglichkeit der Auseinandersetzung mit dem eigenen Tod und dem Sterben anderer“, so Hagenau weiter. „Manche Veranstaltungen sollen zum Nachdenken anregen über den Tod, die Bedingungen für ein erfülltes Leben und Wünsche und Bedürfnisse am Lebensende. Aber auch die andere, manchmal makaber, zuweilen heiter anmutende Seite des Todes kommt in Wort und Bild zum Ausdruck. Der Tod gehört zum Leben.“

Die Broschüre mit dem Verzeichnis des gesamten Veranstaltungsangebotes ist bei der Stadtbücherei Traunstein erhältlich oder im Internet unter:

[http://www.stadtbuecherei-traunstein.de/Portals/0/Broschure%20Sterben%20und%20Tod\\_1.pdf](http://www.stadtbuecherei-traunstein.de/Portals/0/Broschure%20Sterben%20und%20Tod_1.pdf)

## Benefiz für AHD: Die „Brassmatiker“

Zum 25. Jubiläum des Ambulanten Hospizdienst geben die „Brassmatiker“ ein Benefizkonzert: Fünf Ärzte bzw. Zahnärzte verbindet seit ca. 20 Jahren die Leidenschaft für Musik – gemeinsam ist dem „Ärzteblech“, wie sie sich selbst nennen – neben dem medizinischen Beruf eine profunde musikalische Ausbildung. Sie haben sehr viel Spaß an der Musik und noch mehr Freude bereitet es ihnen, das Angenehme mit dem Nützlichen zu verbinden und beispielsweise den AHD spielend zu unterstützen. Das Programm des Abends reicht von der Klassik bis zur jazzigen Moderne; der Erlös geht an den AHD.

**Samstag 19.10.2019, 19 Uhr, Aula des Chiemgau-Gymnasiums**

**BRASSMATIKER**  
Das deutsche Ärzteblech

Benefizkonzert  
Veranstaltung im Jubiläumsjahr 2019  
"25 Jahre ambulante Hospiz Traunstein"

**Sa. 19.10.19**  
**19:00**

Chiemgau-Gymnasium  
Brunnwiese 1  
Traunstein

Eintritt frei - um Spenden wird gebeten

Der Ambulante Hospizdienst der Caritas in Traunstein braucht Ihre Spende. Zuwendungen mit dem Kennwort „Hospizdienst Traunstein“ kommen ausschließlich diesem Dienst zugute.

**Caritas München-Freising e.V., Bank für Sozialwirtschaft München, IBAN: DE62 7002 0500 8850 0007 14**

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