

Hospizdialog Nordrhein-Westfalen

Januar 2025 Ausgabe 102

Schwerpunkt:

SPIRITUALITÄT

SCHWERPUNKT

SPIRITUALITÄT

4 EIN FINDEN UND SICH-ENTZIEHEN: DER BEGRIFF SPIRITUALITÄT

Andreas Stähli

7 IST DA JEMAND?

Existenzielle und spirituelle Fragen
brauchen ein Gegenüber

Karin Scheer

10 SPIRITUELLE BEGLEITUNG VON MENSCHEN IM STATIONÄREN HOSPIZ

Perspektiven aus der Praxis

Schwester Imelda Schmiemann

12 UNBEGREIFLICH? - SPIRITUALITÄT UND KÖRPERLICHKEIT

Sinnes- und Nervenzellen machen das
Immaterielle und Übersinnliche erfahrbar

Felix Grützner

INFORMATIONEN

15 BLICK IN EINE BLÜHENDE LANDSCHAFT – LIVE UND ONLINE

Begegnung, Austausch und Impulse
für die Praxis prägen die zentrale
Veranstaltung der Hospiz- und
Palliativtage NRW 2024 in Köln

Felix Grützner

20 BYE

Ein Gespräch über Tod, Abschied
und das, was bleibt

Insa Verbeck / Laura Letschert /
Julia Felicitas Allmann

23 UNTERSTÜTZUNG AUF ZEIT – DIE VERTRETUNGSSTELLENBÖRSE DES HPV NRW

Auch in der ambulanten Hospizarbeit
macht sich der Fachkräftemangel
zusehends bemerkbar.

Judith Kohlstruck

25 VERANSTALTUNGEN

Liebe Leserinnen und Leser,

im Jahr 2002, also vor mehr als 20 Jahren, hat die Weltgesundheitsorganisation in der Definition von Palliative Care die Bedeutung von Spiritualität in der palliativen Begleitung herausgestellt (Stähli). Sechs Jahre später widmete sich der Hospizdialog dem Thema in gleich zwei Ausgaben vor dem Hintergrund der sich rasant entwickelnden Forschungslage.

Seit diesen beiden Ausgaben sind wiederum sechzehn Jahre vergangen, in denen das Thema Spiritual Care in der Hospiz-Bewegung einen festen Platz gefunden hat, was sich in Haltung, Kultur und nicht zuletzt vielen Angeboten und Schulungen zu diesem Thema ausdrückt.

Die WHO stellt in ihrer Definition die Bedeutung von Spiritueller Gesundheit als unverzichtbare Dimension in ihrem Total Health Concept heraus.

Doch in der alltäglichen Arbeit mit schwerkranken und sterbenden Menschen zeigt sich, dass die zentrale Auseinandersetzung mit den existenziellen Fragen des Lebens hinter die medizinische und pflegerische Versorgung zurücktritt, dass sie Unsicherheit hervorruft und Spiritualität noch nicht ausreichend Raum und Ausdruck findet.

Zugleich hören wir jedoch auch, dass sich viele haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende der Hospiz- und Palliativversorgung diesem Thema widmen, dass sie Voraussetzungen für eine persönliche Auseinandersetzung mit Spiritualität schaffen und den Menschen in ihren existenziellen Krisen und Fragen nicht ausweichen.

Wir freuen uns, wenn die erste Ausgabe des Hospizdialoges im Jahr 2025 Sie inspiriert, nachdenklich stimmt und motiviert, sich dem Thema Spiritual Care intensiver zu widmen – und wir weiterhin unser Wissen teilen können.

Wenn aber die Erreichung des Ziels leidenschaftlich in uns lebt, dann wird es uns nicht an Kraft fehlen, die erforderlichen Mittel zu finden, um das Vorhaben in die Tat umzusetzen.

Albert Einstein

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen einen gesunden und friedvollen Start in das neue Jahr und viel Freude beim Lesen.

Ihr ALPHA Team



EIN FINDEN UND SICH ENTZIEHEN: DER BEGRIFF SPIRITUALITÄT

ANDREAS STÄHLI

Wer versucht, den Begriff Spiritualität genauer zu bestimmen, der muss feststellen, dass er sich, wie alle großen, uns leitenden Worte, nicht einfach durch eine Definition „einfangen“ lässt. Spiritualität ist wie eine Quelle, die sprachlich und im Erleben nicht ausschöpfbar ist. Jedes Bemühen ist immer nur eine Annäherung, ein wiederkehrendes Kreisen um ihre Bedeutungsfülle. Dabei lässt sie uns – wie sollte es anders sein – oftmals als Fragende zurück. Viele ihrer Wesenszüge bleiben unergründlich.

Als ich im Jahr 2008 gebeten wurde, für den HospizDialog NRW etwas zu diesem Thema zu schreiben, habe ich mich auf zwei lateinische Worte bezogen und diese inhaltlich aufgeschlüsselt: „Spiritualitas“ und „Spiritus“ (Stähli, 2008). Seit diesem kleinen Beitrag sind 16 Jahre vergangen, eine Zeit, während der zu Spiritualität und Spiritual Care in

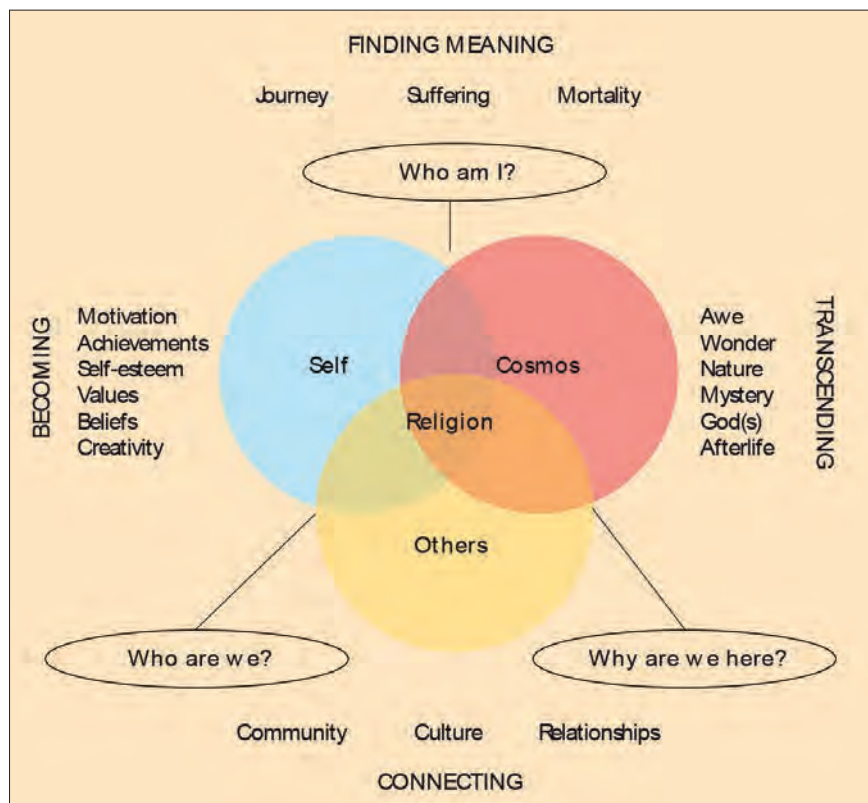
Forschung und Lehre viel entwickelt wurde. Jüngstes Beispiel ist die mehrjährige Erarbeitung eines berufsgruppenübergreifenden Curriculums zu Spiritual & Existential Care (SpECi; Giebel, Gerundt, 2024).

Dimensionen von Spiritualität

In meinem eigenen fortlaufenden Suchen, Lernen und Vertiefen hoffe ich, dass auch ich mich in Praxis und Lehre weiterentwickelt habe. In den Fachweiterbildungen und Befähigungskursen für das Ehrenamt arbeite ich bevorzugt mit dem anschaulichen Modell von Michael Wright zur Spiritualität. Es eignet sich methodisch gut für einen ersten Zugang (Stähli, 2016). Spiritualität entfaltet sich darin in vier große Dimensionen: Entwicklung, Sinn finden, Transzendenz und Beziehungen. Diese Bedeutungshorizonte werden jeweils genauer bestimmt, so zum Beispiel die Transzendenz durch die Begriffe Ehrfurcht, Wunder, Geheimnis, Gott

bzw. Göttinnen und Götter, Leben nach dem Tod. In der Mitte des Modells befinden sich drei konzentrische, sich überschneidende Kreise: das Selbst, die Anderen, der Kosmos. Ihr Gemeinsames wird der Religion zugeordnet. Um diese Mitte wird ein Dreieck skizziert mit den Fragen: Wer bin ich? Wer sind wir? Warum sind wir hier? (Wright, 2004).

Vor mehr als 20 Jahren hat die Weltgesundheitsorganisation in der Definition von Palliative Care die Bedeutung von Spiritualität und ihrem Einbezug in die palliative Begleitung klar herausgestellt (WHO, 2002). Diese Würdigung erscheint mir immer noch sehr bedeutsam, ist es doch in keiner Weise selbstverständlich und erwartbar,



Neben Wrights Modell gibt es natürlich viele andere mögliche Zugänge. Sie alle versuchen, die Komplexität des Begriffes durch Anknüpfung an eigene Bilder und Erfahrungen zu erhellen. Eine dem Modell von Wright nahe Bestimmung ist die konsensbasierte Definition der Europäischen Fachgesellschaft für Palliative Care:

„Spiritualität ist die lebendige Dimension des menschlichen Lebens, die sich auf die Art und Weise bezieht, wie Menschen (Einzelne und Gemeinschaften) Sinn, Zweck und Transzendenz erfahren, ausdrücken und/oder suchen, und auf die Art und Weise, wie sie sich mit dem Augenblick, mit sich selbst, mit anderen, mit der Natur, mit dem Bedeutsamen und/oder dem Heiligen verbinden“ (EAPC, 2010).

dass Spiritualität in der Charakterisierung einer Versorgungsform im Gesundheitsbereich ein so hoher Stellenwert zugeschrieben wird, ja überhaupt genannt wird. In ihr kommt zum Ausdruck, dass wir in der Hospiz- und Palliativarbeit den Menschen nicht eindimensional betrachten, sondern in seiner Ganzheit.

Spiritualität und Passio

Im Rahmen des Projektes „SpECi“ habe ich mich zuletzt mit dem Thema „Passio“ beschäftigt. Im Duden steht zum Wort passio unter anderem folgende knappe Information: Substantiv, feminin, aus dem Lateinischen. Seine Bedeutung wird lediglich mit Erleiden, Erdulden angegeben. Ihr Gegenbegriff ist die „Actio“. Für eine Leistungs-

gesellschaft mit ihren Prinzipien von Stärke, Steuerung und Effizienz ist die Passio gleichsam ein Unwort. Schwäche und Bedürftigkeit stehen quer zu Erfolg und Anerkennung, jedoch wissen wir aus unseren je eigenen Biografien und Lebenserfahrungen, dass zu unserem Menschsein der Schmerz, das Unerfüllte und das Geschehen lassen gehört. Es sind doch gerade die Sterbenden, die uns diese Tatsache immer wieder vor Augen führen. Wenn wir daher über Spiritualität nachdenken, müssen wir diese wichtige Dimension in den Blick nehmen. Ich sehe sie in jeder der von Michael Wright angezeigten vier Bedeutungsrichtungen von Spiritualität eingebettet: In der Frage der persönlichen Entwicklung, der Welt der Beziehungen, der Transzendenz und dem Erschließen von Sinn. Und keine der Religionen kommt ohne eine Anerkennung und ein Verständnis der Passio aus.

Für mich verbindet sich die Frage nach der Spiritualität immer auch mit dem Ringen um Sprache. Es ist die Suche nach jenem Wort, das eine geistige Wirklichkeit trifft.



LITERATUR

EAPC (2010). <https://eapcnet.eu/eapc-groups/reference/spiritual-care/> (Zugriff: 11.10.2024).

Giebel, A., Gerundt, M. (2024). SpECi. Verfügbar unter: <https://speci-deutschland.de/> (Zugriff: 11.10.2024).

Stähli, A. (2008). Der Begriff der Spiritualität. Hospiz-Dialog NRW – April 35: 10.

Stähli, A. (2016). Spiritualität – Annäherungen an ein weites Wort. In: Leidfaden. Fachmagazin für Krisen, Leid, Trauer. 5 (1): 84-87.

Stähli, A. (2024). Ein Nukleus der Spiritualität: der spirituelle Tiefenstrom der Passio. In: Büssing, A., Giebel, A., Roser, T. (Hrsg.). Spiritual & Existential Care interprofessionell. Berlin: Springer: 295-301.

WHO (2002). WHO Definition of Palliative Care 2002. https://www.dgpalliativmedizin.de/images/stories/WHO_Definition_2002_Palliative_Care_englisch-deutsch.pdf (Zugriff: 12.10.2024).

Wright, M. (2004). Hospice care and models of spirituality. In: European Journal of Palliative Care 11(2): 75-78.



DER AUTOR

Dr. phil. Andreas Stähli
Hohenzollernring 62
48145 Münster
<https://palliamict.com>

IST DA JEMAND?

Existenzielle und spirituelle Fragen brauchen ein Gegenüber

KARIN SCHEER

Hintergründe zum Projekt SpECI

„Insgesamt gehörten Ende 2023 45,9 Prozent der Deutschen einer der beiden großen Kirchen in Deutschland an. Ende 2023 gab es erstmals genauso viele konfessionsfreie Menschen (ca. 46 Prozent) wie römisch-katholische und evangelische Kirchenmitglieder zusammengenommen (24 bzw. 22 Prozent)“. Die Statistik liefert Fakten und Zahlen, aber was heißt das jetzt im Einzel- und Krankheitsfall?

Manch religiös beheimateter Mensch schöpft Kraft aus dem Glauben, andere wiederum suchen nach ihrem eigenen Weg des Umgangs mit existenziellen Fragen. Ob als Betroffene, Angehörige oder Mitarbeitende im Gesundheitswesen, wir alle sind konfrontiert mit Fragen wie: Ist da jemand? Hat jemand Zeit? Gibt es Raum für Gespräche?

„Ist da jemand im Krankheitsfall, bei Verlusterfahrung oder Trauer? Wer ist für mich da, wenn Veränderungen so unter die Haut gehen? Wer hat eine Antenne für meine Fragen? Und dann kommen die Stunden, da frage ich mich: Wo hole ich meine Kraft her? Wie geht Abschiednehmen?“

Unterstützung in schwierigen Gesprächs- und Lebenssituationen wünschen sich sowohl Mitarbeitende als auch Kranke, ihre Angehörigen, Freunde und Freundinnen.

Wie sind wir im beruflichen Kontext oder Kranke und ihre An- und Zugehörigen darauf vorbereitet?

Diese Fragen wurden zum Ausgangspunkt einer gemeinsamen Arbeit unterschiedlicher Akteure im Gesundheitswesen und der hospizlich-palliativen Versorgung.



Was steckt hinter dem Begriff SpECi?

Das Akronym SpECi setzt sich aus den Begriffen „Spiritual / Existential Care Interprofessionell“ zusammen und meint, dass sich jede Berufsgruppe für diese Aspekte verantwortlich fühlen sollte. Der interprofessionelle Ansatz kommt aus dem „Spiritual Care“-Gedanken und sieht die Spiritual Care-Schulungen als einen selbstverständlichen Bestandteil der Ausbildung und beruflichen Praxis im Gesundheitswesen. Das berufsgruppenübergreifende „Curriculum Spiritual / Existential Care interprofessionell (SpECi)“ baut auf den vorhandenen Kompetenzen im Bereich der pflegerischen, ärztlichen, therapeutischen und hospizlich-palliativen Versorgung auf und vertieft diese um den existenziellen / spirituellen Care-Ansatz; eine diesbezügliche Qualifizierung wird von vielen Mitarbeitenden gewünscht.

Eine bundesweite Arbeitsgruppe von DGP, DHPV, Diakonie Deutschland und des Diözesan-Caritas-Verbandes für das Erzbistum Köln hat das SpECi-Curriculum hervorgebracht. Wissenschaftlich unterstützt wurde sie von dem Lehrstuhl für Lebensqualität, Spiritualität und Coping, Fakultät für Gesundheit der Universität Witten/Herdecke.

Das Ziel ist, durch Weiterbildung die spirituelle Begleitung am Lebensende in die gesundheitliche Versorgung zu integrieren. Die Umsetzung eines durch die DGP zertifizierten Curriculums, die Durchführung von „Train the Trainer“-Programmen und die Organisation von Fachtagen, um Mitarbeitende im Gesundheitswesen für spirituelle Fragen zu sensibilisieren und zu befähigen, gehört dazu. Letztendlich ist die Implementierung der Weiterbildungen und die Umsetzung des SpECi-Ansatzes in den Versorgungsstrukturen nötig und strukturell wie organisatorisch Trägeraufgabe. Die Handlungsempfehlungen geben dazu weitere

Informationen auf der personellen, strukturellen und organisatorischen Ebene.

Spiritual Care in Kooperation mit der konfessionellen Seelsorge

In unserer Gegenwart, die von kultureller und religiöser Vielfalt sowie neuen spirituellen Angeboten geprägt ist, sollen Mitarbeitende im Gesundheitswesen in der Lage sein, ihre Kommunikationsfähigkeit und Handlungskompetenz in der Begleitung schwer kranker und sterbender Menschen zu erweitern. Spiritual Care wird nicht als Konkurrenz zu Kooperation mit der konfessionellen Seelsorge.

Spiritual Care - eine wichtige Ressource im Gesundheitswesen

Schon 2002 schloss die WHO-Definition Spiritual Care in ihr Konzept ein und wies auf die sorgfältige Einschätzung bio-psycho-sozial-spirituelle Fragen hin. Spiritual Care hat demnach einen signifikanten Einfluss auf die Lebensqualität von Patientinnen und Patienten. Sie hilft ihnen, in schwierigen Lebenssituationen inneren Halt zu finden und ihre existenziellen Krisen zu bewältigen. Studien belegen, dass spirituelle Begleitung sowohl allgemein-gesundheitlichen als auch genesungsspezifischen Nutzen hat. Sie unterstützt die Menschen dabei, mit Leid, Schmerz, Tod und Sterben umzugehen und kann auch bei der Kommunikation über Sterbewünsche und in der Suizidprävention hilfreich sein. Insgesamt trägt Spiritual Care dazu bei, dass Patientinnen und Patienten sich in ihrer seelischen Not wahrgenommen und unterstützt fühlen, in weltanschaulicher, religiöser oder spiritueller Hinsicht.

Die umfassende Versorgung und Begleitung unabhängig von weltanschaulichen Überzeugungen soll aus Sicht von SpECi mehr Berücksichtigung finden.

Bei Alltags-Begegnungen mit Schwerkranken hören wir schon einmal Sätze wie: „Voriges Jahr konnte ich noch in meinem Garten die Rosen schneiden ...aber meine Kinder wollen das nicht hören. Und jetzt?“ In solchen Krisen brauchen Menschen jemanden, der nachfragt und bleibt. Das ist eine allseits bekannte Lebenserfahrung bei tiefgehenden Lebensfragen, die die existentielle / spirituelle Dimension menschlicher Existenz eröffnen.

Seit 2015 gibt es in der bundesdeutschen Gesetzgebung das Hospiz- und Palliativgesetz (HPG), das die Integration spiritueller Begleitung in die Versorgung vorsieht. Dies bleibt jedoch in der Praxis meist ein blinder Fleck, trotz der formulierten Wertschätzung und dem klar ausgesprochenen Bekenntnis zur spirituellen Begleitung.

Spiritual Care geht uns alle an

Am 13. März 2024 fand im Rahmen des Modellprojekts „Spirituelle Begleitung am Lebensende (SpECi)“ ein Digitaler Parlamentarischer Abend statt, der sich dem Thema „Spiritual Care geht uns alle an! – Spiritualität in der gesundheitlichen Versorgung“ widmete. Dabei wurde die Bedeutung der Integration spiritueller Begleitung in die gesundheitliche Versorgung hervorgehoben und die notwendigen Handlungsempfehlungen für die Gesundheitspolitik beschrieben.

Wie die Umsetzung von Spiritual Care im Gesundheitswesen voranzubringen ist, damit Menschen in ihren Krisen bei tiefgehenden Lebensfragen zu Sterben, Tod und Trauer nicht alleingelassen werden in ihren vielfältigen kulturellen und spirituellen Bedürfnissen, ist handlungsleitend. Spiritual Care hat einen signifikanten Einfluss auf die Lebensqualität von sterbenden Menschen - und nicht nur für diese.

LITERATUR

<https://fowid.de/meldung/religionszugehoerigkeiten-2023>
(abgerufen 10.11.2024)

<https://speci-deutschland.de/> (abgerufen 10.11.2024)

Büssing A, Giebel A, Roser T (Hrsg.): Spiritual Care & Existential Care interprofessionell
Handbuch spiritueller und existentieller Begleitung in der Gesundheitsversorgung. Springer: Berlin (2024)

<https://link.springer.com/book/10.1007/978-3-662-67742-1>
(abgerufen 10.11.2024)

<https://speci-deutschland.de/handlungsempfehlungen-zur-spirituellen-begleitung-alter-und-oder-schwerstkranker-menschen/> (abgerufen 10.11.2024)

<https://www.youtube.com/watch?v=iWtga4BnrFo>
(abgerufen 10.11.2024)



DIE AUTORIN



Karin Scheer

Supervisorin (Gestaltinstitut Frankfurt)
Ethikberaterin (cekib Klinikum Nürnberg)
Systemische Hypnotherapeutin (Milton Erickson Institut)

Universitätsklinikum Essen (AöR)
Westdeutsches Tumorzentrum
WTZ 4 Palliativstation
Hufelandstraße 55
D- 45147 Essen
0201 - 723 27 46

karin.scheer@uk-essen.de

SPIRITUELLE BEGLEITUNG VON MENSCHEN IM STATIONÄREN HOSPIZ

Perspektiven aus der Praxis

SCHWESTER IMELDA SCHMIEMANN

Was bedeutet Spiritualität für Sie? Wenn Sie heute Menschen diese Frage stellen, bekommen Sie sehr unterschiedliche und interessante Antworten. Über Spiritualität wird heute viel gesprochen. Das zeigt sich für mich in den vielen Kursangeboten und in der Fülle spiritueller Literatur. Schließlich erfahre ich auch in der Klinikseelsorge, dass im Bereich von Medizin und Pflege die Spiritualität eines Menschen immer mehr anerkannt wird. Scheinbar erkennen und erfahren wir zunehmend, dass vor allem in Zeiten einer Krise, wenn durch Krankheit und Leiden gewohnte Strukturen des Lebens zerbrechen, Spiritualität eine wichtige Ressource ist. Gerade in diesen Momenten tauchen spirituelle Sehnsüchte auf, wie etwa der Wunsch nach Transzendenz, nach einem tiefen Sinn und dem Gefühl, vertrauensvoll gehalten zu sein und nicht in ein Nichts zu fallen. Da Spiritualität unser ganzes Sein umfasst,

möchte ich einige Aspekte und Facetten von Spiritualität benennen und sie mit der Tätigkeit als Klinikseelsorgerin in Verbindung bringen, die ich seit 25 Jahren im Hospiz Lebenshaus in Münster-Handorf ausübe.

Wenn ein Gast im Hospiz spirituelle Begleitung möchte, nehme ich zunächst einmal Kontakt auf. Im Gespräch, im gegenseitigen Kennenlernen, in der achtsamen Begegnung bekomme ich ein Gespür dafür, aus welcher Sicht heraus der Mensch sein Leben, seine Krankheit und sein Sterben deutet. Die Wertschätzung seines Lebens, seiner Einmaligkeit und Würde hat für mich zutiefst mit Spiritualität zu tun. Mit einer Spiritualität allerdings, die nicht unbedingt auf Konfession und Religion festgelegt ist, sondern die den Raum öffnet, damit der Mensch mit seinen Fragen und dem Sinn seines Lebens in Berührung kommen kann. Gerne erinnere ich mich an einen Gast, der um ein seelsorgliches Gespräch bat und mir von sei-

nen wichtigsten Stationen im Leben erzählte. Er verschwieg auch nicht, was für ihn schwer und belastend war. Mit großer Aufmerksamkeit hörte ich ihm zu und sprach selbst kein einziges Wort. Nach etwa dreißig Minuten sagte er zu mir: „Vielen Dank, Sie haben mir sehr geholfen, Sie können jetzt gehen.“ Nur kurze Zeit später verstarb er. Diese unvergessliche Begegnung hat mir eindrücklich vor Augen geführt, welche Schlüsselfunktionen das aufmerksame Zuhören und die eigene Präsenz haben und wie in der Unmittelbarkeit der Begegnung spirituelle Momente aufleuchten.

Der Mensch, der sich vom irdischen Leben verabschiedet, setzt sich mit seinem Leben auseinander. Ich glaube, dass jeder Mensch am Ende seines Lebens ein Bedürfnis hat, herauszufinden, was der Sinn und das Ziel seines Lebens waren.

So sind die folgenden Fragen immer wieder auch Inhalte von Gesprächen in spiritueller Begleitung: Wer bin ich, wenn ich jetzt sterben muss?

Ist der Tod das Ende? Oder habe ich Hoffnung, zu Gott zu kommen, zu einer größeren Wirklichkeit, in der mein Leben verwandelt und meine Sehnsucht nach unendlichem Leben gestillt wird? Stärkend, entlastend und ermutigend sind häufig für konfessionell gebundene Gäste die regelmäßige Kommunionfeier am Krankenbett, die Krankensalbungsfeyer, bestimmte Gebets- und Meditationsformen, Rituale und Segnungen. All diese äußeren Spiritualitätsformen sind Kraftquellen, Hilfen und Angebote auf dem inneren Weg des Menschen.

Aber auch manche Symbole, Körperempfindungen und die klare Kommunikation können ebenso spirituelle Aussagen über das Leben und Sterben enthalten. Ich denke dabei an einen älteren Gast, der um Begleitung bat und im Erstkontakt äußerte: „Bitte bleiben Sie für eine Zeit einfach bei mir und schenken Sie mir Ihre Nähe, aber sprechen Sie nicht von Gott, den gibt es für mich nicht.“ Unvergesslich ist für mich eine 40-jährige Frau, die es am Ende ihres Lebens nicht übers Herz brachte, ihrem Mann für die wunderbaren Ehejahre zu danken. Sie ahnte, wie ihm das Herz schwer werden würde, wenn sie die schöne gemeinsame Zeit Revue passieren lassen würde. Ein Diktiergerät machte es möglich, die wertvollen Erlebnisse und Erfahrungen und auch den Dank für die gemeinsame Zeit aufzunehmen. Viel Trost empfand der Ehemann,

als ich ihm das Tonband nach dem Versterben seiner Frau übergab.

Kurz vor seinem Tod sagte ein junger Mann zu seiner Freundin: „Nach meinem Tod werde ich dein Engel sein. Ich werde dich begleiten. Dich unterstützen und dir Mut machen. Tu alles, was für dich gut ist. Und du kannst ganz sicher sein, dass ich es sehr gut finde.“ Und schließlich ein letztes Beispiel dafür, dass Spiritualität auch bedeuten kann, Wünsche von Gästen ernst zu nehmen. Eine alte Frau, die ich über einen längeren Zeitraum im Hospiz begleitet hatte, setzte sich aktiv mit ihrem Leben und Sterben auseinander und freute sich über jede Zigarette, die sie in ihren letzten Wochen noch rauchen konnte. Bei meinem letzten Besuch äußerte sie einen allerletzten Wunsch, den ich ihr erfüllen möge: „Bitte sorgen Sie dafür, dass in meinen Sarg drei Zigaretten gelegt werden.“ Ich gab ihr meine Zusage, die sie sehr entlastet und freudig aufnahm.

Ja, in der Situation des Sterbens kommt für mich noch einmal die Einmaligkeit und Einzigartigkeit des Menschen zum Ausdruck, die mich achtsam und ehrfürchtig werden lassen. Um den Menschen in diesen Stunden und Situationen nahe sein zu können, ist es für mich notwendig, dass ich selbst immer wieder die eigene Mitte und die Quelle suche, aus der ich lebe. Und so ist Spiritualität für mich persönlich eine wichtige Kraftquelle, die mich gerade im Alltäglichen trägt und mich in die Begegnung zum Mitmenschen führt. Manche Gesichter, Schicksale und geteilten Erfahrungen sind nach Jahren noch ganz lebendig in meiner Erinnerung. Ich glaube, es liegt an der hohen Präsenz während der Stunden, Tage und Wochen, die wir miteinander erlebten und für die ich sehr dankbar bin.



DIE AUTORIN



Sr. Imelda Schmiemann

Wersebeckmannweg 77
48155 Münster
imelda@bistum-muenster.de



UNBEGREIFLICH? – SPIRITUALITÄT UND KÖRPERLICHKEIT

Sinnes- und Nervenzellen machen das Immaterielle und Übersinnliche erfahrbar

FELIX GRÜTZNER

Es gibt Menschen, die sich verweigern, wenn ich sie in einer Unterrichtseinheit auffordere, den folgenden Satz fortzuschreiben: „Spiritualität ist für mich ...“. Für sie ist das, was wir als Spiritualität bezeichnen, nicht verbalisierbar. Ihnen zufolge verliere sie ihre Identität oder werde reduziert, wenn sie in Worte gefasst werde. Weil Spiritualität unbegreiflich sei, könne Sprache sie eben nicht beschreiben, begreifbar machen. Meine Erfahrungen aus Kursen und Seminaren zeigen, dass es auch unter Menschen, die beruflich mit schweren Erkrankungen, Sterben, Tod und Trauer befasst sind, solche gibt, denen es schwerfällt, ihr Verständnis von Spiritualität in Sprache zu übersetzen – dabei wird sie doch als eine der vier Säulen von Palliative Care anerkannt.

Leichter fällt es den meisten, Situationen und Orte zu benennen, an denen Menschen das spüren, erleben oder wahrnehmen, was für sie Spiritualität ausmacht: am Meer, im Wald, in der Begegnung mit Menschen, im Gebet und viele mehr. Die große Mystikerin Teresa von Ávila (1515-1582) fasste es in diese Worte: „Der liebe Gott ist auch zwischen den Kochtöpfen.“ Wenn eine Ordensfrau des 16. Jahrhunderts die Küche zu einem Präsenzraum des Göttlichen erklärt, dann scheint das provokant. Nicht allein an „heiligen“ Orten und zu „heiligen“ Zeiten – in der Kirche, während der Liturgie – oder verborgen im Nächsten, der mir begegnet, ist also Spiritualität erfahrbar, sondern auch dort, wo Essen zubereitet wird: in der Küche als einem Ort harter Arbeit, aber auch intensiver sinnlicher

Genüsse. Vielleicht ist das nicht so abwegig, wenn wir an das Sprichwort denken „Liebe geht durch den Magen.“ Wer hat nicht schon Mahlzeiten genossen, die viel mehr als nur Leibspeise waren? Es gibt Gerichte, die für uns auch Seelenspeise sind, wie etwa der in unserer Familie tradierte schlesische Streuselkuchen. Und wie bitter ist es, dass wir den Kuchen zwar nachbacken und dabei haargenau auf jedes Detail des Rezeptes achten können, um dann beim Probieren doch zu schmecken, dass eine schwer definierbare, aber unverzichtbare Zutat fehlt. Im Omakuchen ist mehr drin als Butter, Zucker, Eier, Mehl und Backpulver.

Nun fällt es leicht, den geschmeckten Mangel damit zu erklären, dass wir es ja wissen: Unsere Großmutter hatte nicht ihre Hände im Spiel. Deshalb können die mit ihr verbundenen positiven emotionalen Erinnerungen in uns nicht aktiviert werden. Andere würden dem ohne Zögern entgegensetzen: Die fehlende Zutat ist Liebe. Da macht es Sinn, dass die altindischen, ayurvedischen Traditionen vor dem Verzehr von Mahlzeiten warnen, die ein trauriger oder gar wütender Mensch zubereitet hat. Ich für meinen Teil kann nur sagen, dass im Stress Gekochtes nicht recht gelingen mag. In besonderer Weise machen Essen, Trinken und ihre Zubereitung deutlich, wie sehr wir als Menschen zugleich materiell und immateriell ausgerichtet sind und eine Speise funktional – etwa im Sinne von Ernährung zum Muskelaufbau – wahrnehmen können oder in der subtilen Qualität von „hineingekochter“ Liebe.

Die Kognitionswissenschaft beschreibt das Phänomen des Embodiment, der Verkörperung oder Verleiblichung. Dieses besagt, dass unser menschliches Bewusstsein körperliche Interaktion benötigt, dass es einen Körper braucht. Der denkende und fühlende Mensch lebt und erlebt alles mit und in seinem Körper – bis zum Zeitpunkt des Todes. Unsere Fähigkeit, die Umwelt und unsere Mitmenschen ganzheitlich und mit allen Sinnen wahrzunehmen, macht es erst möglich, dass wir auch uns selbst erfahren und kennenlernen können.

Die Interaktion zwischen Denken, Fühlen und Körper nimmt ihre Anfänge sehr früh in unserer

Entwicklung. Bereits in der 7. Schwangerschaftswoche kommunizieren erste Nervenzellen mit jungen Muskelzellen. Ein Leben lang steht unser Denken und Fühlen wechselwirksam im Austausch mit unserem Körper: Ich sehe etwas, das in mir Angst oder Freude auslöst – mein Körper reagiert auf die entstandenen Gefühle und Gedanken z.B. mit einem schnelleren Puls, feuchten Händen oder feuchten Augen. Emotional bedeutsame Ereignisse verbinden sich mit den konkreten Körperhaltungen oder sinnlichen Wahrnehmungen, wie sie zum Zeitpunkt des Erlebens gegeben waren. Das erklärt, warum zum Beispiel Menschen retraumatisiert werden können, wenn sie unvorbereitet einen bestimmten Geruch wieder wahrnehmen, den sie in einer belastenden Situation wahrgenommen hatten, oder wenn räumliche Enge Menschen Gefühle und Gedanken wieder erleben lässt, die sie vor Jahren im feststeckenden Aufzug hatten. Das gilt natürlich auch für positive Erfahrungen oder Erlebnisse: Das Parfum der ersten „großen“ Liebe ruft auch Jahrzehnte später noch angenehme Gefühle hervor, oder der Duft von Tannengrün lässt unbeschwerte Kinderweihnachten wieder präsent werden. Auch die sogenannten „Gänsehautmomente“ sind solche, in denen Wahrnehmung, Fühlen oder Denken körperliche Effekte auslöst.

Embodiment (Verkörperung) hat auch in der Unbegreifbarkeit des Spirituellen eine wichtige Bedeutung. Wie die oben beschriebene Abfrage von Situationen und Orten gezeigt hat: Spirituelles Erleben vollzieht sich dort, wo wir (auch) körperlich präsent sind. Wo wir sehen, hören, riechen, schmecken, tasten oder in unserem Körper „wohnen“. Selbst der meditierende Mensch tut dies mit und in seinem Körper. Es gibt empfohlene, überlieferte und teils eingeübte Körperhaltungen oder Bewegungen für die Meditation. Alle Weltreligionen kennen Gebetshaltungen. Diese zunächst „äußerlichen“ Körperhaltungen werden mit einer inneren Geistes- oder Seelenhaltung verknüpft. Nach einem mehr oder weniger langen Übungsweg oder regelmäßiger Wiederholung kann dann die äußerliche Gebetshaltung die innere Haltung sozusagen „automatisch“ hervorrufen, mit dem Ziel, sich zu verbinden: mit Gott, der Welt, dem eigenen inneren Sein, dem All oder dem Nichts.

Nicht nur bei Meditation oder Gebet kann unsere Körperlichkeit uns zur Begegnung mit dem verhelfen, was wir Spirituelles nennen. Finde ich spirituelle Erfahrungen in der Natur, dann gehe ich mit meinem Körper in den Wald und meine Sinnesorgane und Nervenzellen lassen mich auf allen Ebenen spüren, dass ich im Kontakt bin. Anders und nicht minder intensiv beschreiben Menschen das Erleben von Spiritualität im Kontakt zu anderen Menschen. Wieder ist es der Körper, der dies ermöglicht, etwa im Anschauen und Angeschaut werden, im Ansprechen und Angesprochen werden, im Berühren und Berührt werden. Das intensive Gefühl von Verbindung kann sich im buchstäblichen Augenblick einstellen: „Ich sehe Dich!“ oder „Ich werde gesehen!“ oder „Wir sitzen im selben Boot!“.

Für die Begleitung schwerstkranker, sterbender oder auch trauernder Menschen kann der „Weg über den Körper“ spirituelles Erleben eröffnen, etwa im eben beschriebenen „echten“ Blickwechsel oder in eingeübten und vertrauten Ritualen (nicht nur bei religiösen Menschen): Gebete sprechen, Kerzen entzünden, eine Krankensalbung empfangen, ein Gespräch mit dem Imam oder dem Rabbi. Auch die zunächst vielleicht ungewöhnlich erscheinende Ausführung einer rituellen Handlung in Stellvertretung kann im Sinne der Ressourcenorientierung stärkend wirken, wie folgende Episode veranschaulicht.

Das Gespräch ist ins Stocken geraten. Der junge Hospizbegleiter wagt nach einer längeren Pause in die Stille hinein einen mutigen Vorstoß: „Frau Mayer, das hier ist für sie alles sehr schwer, oder? – Wenn sie mögen, gehe ich gleich auf dem Nachhauseweg an der Krankenhauskapelle vorbei und zünde eine Kerze für sie an. Was meinen Sie?“ Frau Mayer schaut den jungen Mann intensiv an. Dann grinst sie und sagt: „Na ja, eigentlich glaube ich nicht an sowas. Aber es wird schon nicht schaden!“

Wir wissen nicht, ob dieser junge Mann Frau Mayer zu einer spirituellen Erfahrung verholfen hat oder ob er gar selbst in der Krankenhauskapelle oder im Blick der Schwerkranken etwas Spirituelles erspüren konnte. Spiritualität bleibt letztlich unbegreiflich – doch selbst ihre leiseste Präsenz erspüren wir in und mit unserem Körper.

DER AUTOR



Dr. Felix Grützner
ALPHA Rheinland
Heinrich-Sauer-Str. 15
53111 Bonn
0228 - 74 65 47
rheinland@alpha-nrw.de
www.alpha-nrw.de



Gut beschürzt und gut gelaunt: Ehrenamtliches Engagement wurde besonders gewürdigt.

Foto: Th. Kern

BLICK IN EINE BLÜHENDE LANDSCHAFT – LIVE UND ONLINE

Begegnung, Austausch und Impulse für die Praxis prägen die zentrale Veranstaltung der Hospiz- und Palliativtage NRW 2024 in Köln

FELIX GRÜTZNER

Zur Veranstaltung am 31. Oktober 2024, die online „im Netz“ und live im Mater-nushaus in Köln stattfand, hatten sich insgesamt über 480 Menschen aus ganz NRW angemeldet, die teils aus weit entfernten Orten anreisten. Etwa 200 Menschen nahmen digital teil und konnten so trotz anfänglicher technischer Einschränkungen von zuhause aus die Veranstaltung und ihre Workshops erleben.

Alle Teilnehmenden – ob live oder online – erhielten beim Einlass oder vorab per Post eine sogenannte „Wundertüte“, die unter anderem ein Kartenset enthielt, das eigens für diesen Anlass entwickelt wurde. Die Karten bieten Inhalte und Informa-

tionen zu den 10 Kernkompetenzen gemäß der European Association of Palliative Care (EAPC), die als Grundlage zur Versorgung schwerkranker Menschen europaweit konsentiert wurden, wie z.B. zu Symptombehandlung, Trauer, Freiwilligem Verzicht auf Essen und Trinken oder Selbstfürsorge.

Die Teilnehmenden kamen aus allen Bereichen der Hospiz- und Palliativversorgung wie auch aus Einrichtungen der Alten- und der Eingliederungshilfe. Sie gehörten unterschiedlichsten Berufsgruppen an, darunter Pflegefachpersonen, Koordinationsfachkräfte, Ärztinnen, GVP-Beraterinnen, Sozialarbeiter u.a.m. Neben einer ganzen Reihe ehrenamtlich Tätiger waren auch Vertreter-

rinnen und Vertreter der Wohlfahrtsverbände wie der Caritas, der Diakonie und des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes präsent, dazu Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Krankenkassen, des Medizinischen Dienstes und der Heimaufsicht. Diese Vielfalt bildete in erfreulicher Weise ab, wie sehr hospizliche und palliative Versorgung und Begleitung von einem Miteinander über Berufsgruppen, Dienste, Einrichtungen und Sektoren hinweg geprägt ist.

Wie schon die vorangegangenen Hospiz- und Palliativtage stand auch diese Veranstaltung unter dem Motto „Jeder Moment ist Leben“. Und wenn Leben – zumindest in der menschlich-körperlichen Dimension – immer auch Werden und Vergehen beinhaltet, so berührte der Tag im Kölner Maternushaus in unterschiedlicher Weise beide Facetten. Das Werden und ein damit verbundenes Wachstum war wichtiger Bestandteil der Grußworte, die von Landesgesundheitsminister Karl-Josef Laumann und der Vorstandsvorsitzenden des Hospiz- und Palliativverbandes NRW e.V., Ulrike Herwald, gesprochen wurden. Beide blickten mit Wertschätzung und Anerkennung auf die Entwicklung der hospizlich-palliativen Angebote im Land.

Karl-Josef Laumann:

„Der Auf- und Ausbau der Hospizbewegung und Palliativversorgung ist aus meiner Sicht die positivste gesellschaftliche Entwicklung, die wir in den vergangenen Jahrzehnten in Deutschland erlebt haben.“ Zur Versorgungssituation im Land hob er hervor: „Heute können Menschen in Nordrhein-Westfalen am Lebensende oder in schwerer Erkrankung in der Regel auf ein sehr verlässlich organisiertes System von Unterstützung, Begleitung und Versorgung bauen.“

Ulrike Herwald beschrieb es so:

„Hospizarbeit ist so vielfältig, erfüllend, herausfordernd – und auf jeden Fall ist „jeder Moment Leben“! Mir scheint es wichtig, heute innezuhalten und die Bedeutung jeder einzelnen Begegnung, jedes einzelnen Moments zu würdigen. Und ich wünsche mir, dass wir uns gegenseitig bestärken auf der Strecke, die vor uns liegt. Diese große Runde bietet die Möglichkeit, über die Herausforderungen und Chancen zu sprechen, die sowohl in der ambulanten als auch in der stationären Versorgung bestehen.“

Swantje Goebel entwickelte ausgehend von den Anfängen der Hospizarbeit und Palliativversorgung Perspektiven für einen Weg in die Zukunft. Gestaltungswille, Beharrlichkeit und Mut beschrieb sie als bedeutsame Wurzeln der Bewegung, ebenso wie visionäre Kraft und Überzeugungswillen. Letzterer äußerte sich besonders darin, der Gesellschaft und jedem einzelnen Menschen Mut zum Umgang mit Tod und Sterben zuzusprechen. Besonders hervorzuheben sei die Signalkraft, die von der Mitmenschlichkeit und Solidarität der Mitarbeitenden in der Hospizarbeit und Palliativversorgung ausgehe, insbesondere im ehrenamtlichen Engagement.

Erstmalig wurden im Rahmen der Hospiz- und Palliativtage alle ehrenamtlich Mitarbeitenden besonders gewürdigt. Stellvertretend für alle im Land erhielten die in Köln Anwesenden zum Dank eine Schürze mit dem Logo „Jeder Moment ist Leben“ aus den Händen von Gesundheitsminister Laumann. So wie das Wort „palliativ“ die schützende „Ummantelung“ unheilbar erkrankter Menschen bezeichnet, so sollte die Schürze symbolisieren, dass ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gemeinsam mit ihren hauptamtlichen Kolleginnen und Kollegen in der „ersten Reihe“ für Menschen in schweren Zeiten da sind – und zugleich durch ihre Qualifikation, durch Praxisbegleitungen und Supervision geschützt oder „beschützt“ und unterstützt werden.

Einer aktuellen Fragestellung der hospizlich-palliativen Arbeit widmete sich der Vortrag von Maria Bullermann-Benend. Angesichts einer steigenden Zahl von Menschen, die sich am Lebensende für einen freiwilligen Verzicht auf Essen und Trinken entscheiden oder die dies als Alternative zu einem assistierten Suizid in Erwägung ziehen, brauchen nicht zuletzt die Dienste und Einrichtungen der Hospizarbeit und Palliativversorgung profunde Kenntnisse zum möglichen Ablauf und zu Risiken bei der Umsetzung. Dieses Wissen kann bei der Konfrontation mit entsprechenden Anfragen hilfreich sein. Bullermann-Benend hob die Bedeutung der Mundsorge hervor und erläuterte das Risiko des Refeeding-Syndroms, das ein unkoordinierter Abbruch des freiwilligen Verzichts nach sich ziehen kann. Als Hilfestellung für Profis und Laien empfahl sie die Handreichung der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin zum Thema. Ihr Fazit: „Freiwilliger Verzicht auf Essen und Trinken ist kein schneller und leichter Weg!“

Die Mittagspause bot neben der Gelegenheit zu Gespräch und Imbiss allen Teilnehmenden – live wie online – die Möglichkeit, an Workshops teilzunehmen, die thematisch die Vorträge flankierten und ergänzten oder aber neue Themenfelder eröffneten. Dazu gehörte das „Mutmachseminar“ zum Umgang mit trauernden Menschen. Dies entstand 2023 im Rahmen eines ALPHA-Projektes in Westfalen-Lippe und wurde jetzt live in Köln vorgestellt.

Workshopleiterin Sabine Wüppenhorst, die im Maternushaus vor Ort war, zeigte sich zufrieden: „Meine Bedenken, ob mein Mutmachseminar überhaupt auf Interesse stößt, wurden absolut revidiert: Der erste Workshop war schon mit ca. 25 Teilnehmenden gut besucht, der zweite mit rund 40 Personen noch besser. Ich freue mich über die zahlreichen positiven Rückmeldungen zu Inhalt, Konzeption und Praktikabilität dieses Seminars. Sehr viele der Teilnehmenden haben Interesse, dieses Seminarformat auch in ihren Diensten anzubieten, um ihr Umfeld zu stärken und die Themen Sterben, Tod und Trauer gesellschaftsfähiger zu machen.“ Der Aspekt der Selbstfürsorge, der bei vielen, die in helfenden Berufen tätig sind, oft zu kurz kommt, stand im Workshop „Achtsamkeit“ im Fokus. Trainer Yesche-Udo Regel resümierte:



Teilnehmerinnen studieren das neue Kartenset mit kompakten Informationen zur Hospiz- und Palliativversorgung
Foto: I. Verbeck

„Meditative Übungen zur Stärkung von Achtsamkeit, innerer Freundlichkeit und hilfsbereitem Mitgefühl können eine wertvolle Unterstützung für professionell und ehrenamtlich Tätige im Hospiz- und Palliativwesen sein. In zwei Gruppen wurden entsprechende Meditationsformen vorgestellt und angeleitet. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zeigten sich dankbar und zufrieden.“

Mit einem Workshop und in einem Vortrag nach der Mittagspause widmete sich Barbara Klee-Reiter herausfordernden Situationen in der Kommunikation, wie sie insbesondere im Kontakt mit demenziell Erkrankten auftreten können. Durchaus als Paradigmenwechsel ist ihr Vorschlag zu verstehen, die übliche „wissende Haltung“ durch eine „suchende Haltung“ zu ersetzen. „Jede Äußerung eines Menschen, auch des oder der Demenzen, ist als Kommunikationsangebot zu verstehen. Führt die von mir zunächst als das Gewohnte versuchte Kontaktaufnahme nicht weiter, so ist es an mir, weitere Versuche zu unternehmen“, so Klee-Reiter. „Wenn ich keine einfache Erklärung dafür habe, warum sich ein Mensch in dieser oder jener Weise (z.B. Stammeln oder Pöbeln) äußert, so kann ich Hypothesen bilden

und nach Argumenten zu deren Untermauerung suchen.“ Hilfreich sei es, sich an die Leitlinien von Jennie Paul zu halten: Vermeide Konfrontation – Handle zweckmäßig – Formuliere die Gefühle und spende Trost.

In gesellschaftliche Entwicklungen hinein führte der Vortrag von Karin Ohler und Julia Strupp. Sie widmeten sich dem Konzept der Caring Community und zeigten exemplarisch, wie die Stadt Köln sich in den vergangenen Jahren diesbezüglich auf den Weg gemacht hat. Ausgangspunkt war die Frage, wer sich in Krisenzeiten einer schweren Erkrankung oder des bevorstehenden Sterbens um die betroffenen Menschen kümmert. Es ist überwiegend das persönliche Umfeld aus Familie, Freunden, Nachbarn oder Kolleginnen und Kollegen. Nur ein geringer Anteil der Sorge liegt in den Systemen der Hospiz- und Palliativversorgung oder des allgemeinen Gesundheitssystems. Eines der Ziele der Caring Community ist es, zu einer ausgewogenen Mischung von bürgerlichem und professionellem Engagement zu finden. Denn Familie, Freunde, Nachbarn und die Erkrankten



Jeder Moment ist Leben. Dieser hier macht Freude.
Foto: I. Verbeck

selbst sind häufig überfordert, was unter anderem daraus resultiert, dass Angebote und Zugänge nicht bekannt oder Bedürfnisse und Bedarfe sehr komplex sind. Diese sind auch nicht auf einzelne Sektoren begrenzt, sondern erstrecken sich über medizinische, pflegerische, finanzielle, juristische Aspekte und viele mehr. In Köln gehört es zu den



Aufmerksam folgten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer den Vorträgen zu aktuellen Themen.

Foto: Th. Kern

erklärten Zielen, Sterben, Tod und Trauer als Themen in die Stadtgesellschaft zu tragen und die Versorgung der Betroffenen besonders im letzten Lebensjahr zu verbessern.

Die Bonner Gruppe „With Four Hands“ sorgte im Tagesverlauf mit sensibel ausgewählten Musikstücken für mehr als nur einen Rahmen. Die Musiker sind selbst haupt- und ehrenamtlich in der Hospizarbeit tätig. Sie ließen das gesamte Auditorium live und online spüren, welche tröstende Kraft von Musik und Gesang ausgehen kann.

Wie die gesamte Veranstaltung, so kam auch das Feedback an die Organisation, die Veranstalter und Mitwirkenden über mehrere Kanäle. Live wie online, aber auch in Mails im Nachgang gab es viele positive Rückmeldungen, was die Teams der beiden ALPHA-Stellen in Münster und Bonn sehr gefreut hat. Sie hoffen, mit ihrer Arbeit weiterhin hilfreiche Unterstützung sein zu können für alle, die in der ersten Reihe stehen bei der Versorgung und Begleitung schwerstkranker, sterbender oder trauernder Menschen wie ihrer Angehörigen.

 DER AUTOR



Dr. Felix Grützner

ALPHA Rheinland
Heinrich-Sauer-Str. 15
53111 Bonn
0228 - 74 65 47
rheinland@alpha-nrw.de
www.alpha-nrw.de





BYE

Ein Gespräch über Tod, Abschied und das, was bleibt

INSA VERBECK IM GESPRÄCH MIT DEN AUTORINNEN LAURA LETSCHERT UND JULIA FELICITAS ALLMANN

Sie haben völlig unterschiedliche Berufe, leben mehr als 1.000 Kilometer voneinander entfernt – doch sie haben eine gemeinsame Vision: Julia Felicitas Allmann und Laura Letschert wollen mit ihrem jüngst erschienenen Buch “BYE” Menschen inspirieren und Räume für Gespräche entstehen lassen, um das Thema Sterben zu enttabuisieren – und uns daran erinnern, dass gerade diese Endlichkeit unser Leben so wertvoll macht. Insa Verbeck sprach mit den Autorinnen über die Hintergründe, den Entstehungsprozess und die Resonanzen zum Buch.

INSA: Als erstes möchte ich fragen, was euch dazu bewogen hat, dieses Projekt, diese Gespräche über Tod, Abschied und das, was bleibt, zu initiieren?

LAURA: Irgendwann erzählte ich Julia von meinem Wunsch, mich tiefer mit den Themen Tod, Sterben und Endlichkeit auseinanderzusetzen. Dass ich es traurig finde, dass wir in unserem Alltag so wenig darüber sprechen und ich es wertvoll fände, mit Menschen einerseits über die Endlichkeit zu sprechen, aber damit genauso über das Leben und das, was Menschen bewegt. Dazu kam dann auch Julias Erfahrung, die merkte, dass sie sich angesichts dieser Themen selbst häufig verunsichert fühlte und oft nicht wusste: Wie soll ich mit Menschen umgehen, die beispielsweise jemanden verloren haben? Sie sagte mir direkt: „Ich bin an deiner Seite.“

Wir haben darüber hinaus gemerkt, dass wir auch einen gesellschaftlichen Auftrag in diesem Projekt sehen. Uns wurde bewusst, das ist so ein riesiges Tabuthema und da gibt es so viele Fragen, die

wertvoll sind und mit denen wir weitere Gespräche initiieren können.

JULIA: Natürlich war uns dabei klar, dass wir das komplette Tabu nicht mit einem einzigen Buch aus der Welt schaffen können. Wir möchten dazu einladen, dass man über Tod, Sterben und persönliche Abschiede ins Gespräch kommt. Und wir merken bei den Veranstaltungen rund um das Buch, wie gut das funktioniert und wie viel Gesprächsbedarf auch da ist. So viele Menschen haben uns ihre persönliche Geschichte erzählt und uns dafür gedankt, dass jemand mal fragt.

INSA: Ja, das glaube ich! Laura, wenn Du sagst, Du hast ein grundlegendes Interesse an dem Thema, war das schon immer in dir, oder gab es Auslöser in deiner Biografie?

LAURA: Anders als viele erwarten, war es bei mir kein großer persönlicher Schicksalsschlag, sondern eher die Sinnfrage, die mich schon immer umgetrieben hat. Wir sind eine begrenzte Zeit hier. Wofür will ich sie nutzen? Und dazu kamen dann auch persönliche Momente des Abschieds, an denen ich Menschen verloren habe und dabei stets das Gefühl hatte, an diesen Punkten bin ich sehr nah am Leben dran. Vor diesem Hintergrund fragte ich mich: Warum spricht denn keiner darüber? Oder warum gibt es nur so dunkle Bücher mit Rosen darauf oder Ratgeber für Trauernde?

INSA: Schön, dass Du diesen Aspekt ansprichst, denn in der Redaktion ist uns unter anderem auch die Gestaltung eures Buches aufgefallen, die Frische und Nonchalance in Aufmachung und Titel. Mögt ihr ein paar Worte dazu sagen, wie es dazu kam?

JULIA: Ja, es war uns von Anfang an sehr wichtig, dass dieser Eindruck entsteht. Und es freut uns, das zu hören, weil wir - wie gesagt - einen Raum schaffen wollten für Gespräche, und dass es eher in Richtung Coffee-Table-Book geht. Also so ein Buch, das Du zuhause liegen hast und jemand sagt: „Oh, das sieht ja spannend aus. Was ist das denn?“ Und dass sich daraus dann einfach ein Gespräch ergibt, für das man nicht in die dunkle Ecke des Bücherregals muss. Wir möchten es

leicht machen, über diese Themen zu sprechen. Und wir glauben, dass ein Design hier ebenfalls einen Beitrag zu mehr Leichtigkeit leisten kann.

INSA: Und wie war der Prozess des Schreibens? Wie habt ihr eure Protagonistinnen und Protagonisten, wie ihr sie nennt, gefunden?

JULIA: Also, einige kannten wir persönlich oder sind ihnen im Verlauf der Recherchen begegnet. Andere haben wir auch gezielt gesucht, um ein möglichst breites Spektrum abzudecken. Und dann gibt es auch sehr persönliche Geschichten, wie die des kleinen Jolle, dessen Grab Laura besuchte und dessen Mutter mit uns gesprochen hat. Kurz gesagt, es war sehr vielfältig, wie Menschen zu uns kamen.

LAURA: Wichtig war uns dabei, kein „Schicksals-Bashing“ zu betreiben und nur nach den dramatischen oder sensationellen Momenten zu suchen. Eine unserer Protagonistinnen sagt so schön: „Es ist immer plötzlich. Es ist immer schmerzhaft. Und es ist immer zu früh.“ Wir sollten genau das vermeiden, was wir als Menschen so gerne machen: vergleichen.

Was ich uns beiden hoch anrechne, ist, dass wir immer mit einer sehr tiefen Qualität und Achtsamkeit an alle Themen herangegangen sind und auch so mit den Menschen umgegangen sind. Wir haben sie Teil des Prozesses werden lassen. Und das ist es auch, was ich gesellschaftlich gesehen so unglaublich wichtig finde: auf Augenhöhe und gemeinschaftlich an Kernfragen heranzugehen.

JULIA: Was ich auch für mich gelernt habe, ist: Du darfst alles fragen. Frage ruhig, dein Gegenüber wird dir schon sagen, nein, das möchte ich jetzt nicht. Aber dafür ist es eben auch wichtig, sich Zeit zu nehmen und Vertrauen herzustellen. Viele der Protagonist*innen haben das auch als Bedürfnis benannt: „Frag mich doch einfach, bevor du jetzt sagst, ich lade dich nicht mehr ein, weil Du keinen Mann mehr an der Seite hast. Lass uns einfach darüber reden.“ Und wenn man das auf eine sensible Art tut, dann ist den meisten Menschen schon sehr geholfen.

INSA: Ihr macht Lesungen mit dem Buch, stellt es vor - was nehmt ihr dabei wahr?

JULIA: Also, was mir gerade in den Kopf kommt, ist die Überraschung vieler, die mir immer wieder sagen, dass sie gar nicht wussten, was sie erwartet, die zu Lesungen kommen, darauf eingestellt, dass es ein schwerer, trauriger Abend wird und dann sehr positiv überrascht nach Hause gehen, in Dankbarkeit und Berührung. Natürlich wird manchmal geweint, aber an vielen Stellen auch gelacht.

LAURA: Und in den Pausen und danach nehmen wir wahr, dass niemand über das Wetter oder den Job redet, sondern sich tiefe und intime Gespräche entwickeln, aus denen die Leute mit einem Lächeln rausgehen.

INSA: Nun habe ich noch eine letzte Frage, die ich die „Blanko-Frage“ nenne: Gibt es eine Frage, von der ihr euch wünscht, sie würde euch endlich mal gestellt? Oder, anders gefragt: Gibt es noch etwas, das ihr sagen wollt?

LAURA: Oh wow, das ist echt mal eine coole Frage, gar nicht so einfach. Also ich würde gern auf die Frage antworten: „Warum habt ihr denn über den Tod geschrieben?“ Und sagen: „Ja, warum denn nicht?“ Wir alle schreiben über große Themen wie Liebe und Freundschaft, und das wird gar nicht zur Debatte gestellt. Warum sollten wir kein Buch über dieses große Thema schreiben? Und das ist vielleicht auch ein Gedanke, der helfen kann, wenn man sich fragt: „Hat der Tod hier jetzt Platz und Raum?“ „Ja, warum denn nicht? Warum sollte er keinen Platz am Tisch haben? Und was kann er mir für mein Leben bringen?“

JULIA: Ja, was ich gerne mitgeben würde, ist, dass ich das Gefühl habe: Alle Menschen, die sich viel mit dem Tod beschäftigen, sind so viel mehr im Frieden damit. Und alle, die das wegdrücken, haben große Angst. Und das soll man auch gar nicht romantisieren. Eine Protagonistin sagte: „Das mit dem Tod ist auch fucking schmerzhaft“. Ja! Doch je mehr wir uns damit beschäftigen, umso mehr können wir unsere Ängste abbauen, und das ist für mich eine schöne Erkenntnis.

Vielen Dank!

Das Interview führte Insa Verbeck

DIE GESPRÄCHSPARTNERINNEN



Laura Letschert
Coachin und Autorin
mail@lauraletschert.de
www.lauraletschert.de



Julia Felicitas Allmann
Journalistin
mail@juliafelicitasallmann.de
www.juliafelicitasallmann.de

UNTERSTÜTZUNG AUF ZEIT – DIE VERTRETUNGSSTELLENBÖRSE DES HPV NRW

Auch in der ambulanten Hospizarbeit macht sich der Fachkräftemangel zusehends bemerkbar

JUDITH KOHLSTRUCK

Die Gründergeneration der Koordinationsfachkräfte in ambulanten Hospizdiensten, meist Babyboomer und Babyboomerinnen, geht nach und nach in Rente. Außerdem bringen unerwartete Stellenwechsel oder längere Krankheitszeiten von Koordinatorinnen und Koordinatoren gerade kleinere Dienste in Schwierigkeiten, da Wiederbesetzungen sich verzögern und / oder die nach der Rahmenvereinbarung nach § 39 a Abs. 2 Satz 8 SGB V (§ 4 Abs. 1 c-e) nötigen Zusatzqualifikationen erst erworben werden müssen. Andererseits gibt es engagierte Kolleginnen und Kollegen, die auch im Ruhestand gern ihr Fachwissen und ihren Erfahrungsschatz innerhalb eines

definierten Stundenumfangs in einem ambulanten Hospizdienst einbringen möchten.

Aus der Beobachtung dieser beiden Entwicklungen entstand im Vorstand des Hospiz- und Palliativ-Verband NRW e.V. (HPV NRW) die Idee, neben der bereits bestehenden Rubrik „Stellenanzeigen“ auf der Website eine Vertretungsstellenbörse zu eröffnen.

Hier können ambulante Hospizdienste, die Mitglied im HPV NRW sind, ihre Suche veröffentlichen. Es geht um eine Beschäftigung für eine begrenzte Zeit (Wochen, Monate) oder für bestimmte Aufgabengebiete (Befähigungskurs, Trauerarbeit,

Letzte Hilfe-Kurse, Erstgespräche...). Andererseits besteht für qualifizierte Koordinationsfachkräfte oder anders qualifizierte Personen (z.B. nach BVT zertifizierte Trauerbegleiterinnen und Trauerbegleiter oder Letzte-Hilfe-Kursleiterinnen und -Kursleiter) die Möglichkeit, ihr Angebot einzustellen. Durch eine Suchfunktion mit gewünschtem Radius finden beide Seiten zueinander.

Dieses kostenfreie Angebot des HPV NRW will dabei unterstützen, schwierige personelle Übergangssituationen zu meistern und kontinuierlich eine qualifizierte Arbeit der Dienste zu gewährleisten.

Natürlich brauchen wir Ihre Unterstützung: Auch wenn Sie gerade weder suchen noch anbieten, erzählen Sie bitte ehemaligen Kolleginnen und Kollegen und anderen Hospizdiensten von dieser Möglichkeit. Koordinationsfachkräfte können selbstverständlich unabhängig von einer Mitgliedschaft ihr Angebot auf Zeit oder für bestimmte Tätigkeiten veröffentlichen.

Wie diese Interims-Arbeitsverhältnisse gestaltet werden (auf Honorarbasis oder durch zeitlich befristete Arbeitsverhältnisse), liegt im Ermessen der Beteiligten und - wie bei anderen Stellenbörsen auch - außerhalb der Verantwortlichkeit des HPV NRW. Er bietet hier lediglich pragmatisch eine zusätzliche Plattform.

Werfen Sie doch gerne einen Blick auf die Vertretungsstellenbörse des HPV NRW:
<https://hvpv-nrw.de/v2/jobpool/index>

DIE AUTORIN



Judith Kohlstruck

Mitglied im Vorstand des HPV NRW e.V.
Königsallee 135
44789 Bochum
0234 - 97 355 147
info@hvpv-nrw.de

Veranstaltungen

- 14.02.2025 Online-Veranstaltung
Verantwortbarer Umgang mit Anfragen nach Assistenz bei der Selbsttötung. Perspektiven aus der Praxis
 Anmeldung: geschichte.ethik@uk-halle.de
17. – 21.02.2025 (Teil 1 von 2) Berlin
Modul Führungskompetenz in der amb. Hospizarbeit
 Wannsee-Akademie
 Tel.: 030 – 8 06 86 – 040 / -100
 akademie@wannseeschulen.de
 www.wannseeschulen.de/akademie
18. – 20.02.2025 (Teil 1 von 4) Ennepetal
Ausbildung in der amb. Hospizarbeit „Führen und Leiten“ nach § 39a SGB V
 Bundes-Hospiz-Akademie gGmbH/
 Tagungshaus Ennepetal (NRW)
 Online-Anmeldung:
<https://www.bundes-hospiz-akademie.de/veranstaltungen.19>
26. – 28.03.2025 Berlin
 (Theorieteil 1 von 2 + 2 x Praxisreflexion)
Berater*in Gesundheitliche Versorgungsplanung für die letzte Lebensphase nach § 132g I Abs. 3 SGB V – zertifiziert
 KPG Bildung - Stiftung Unionhilfswerk Berlin
 Richard-Sorge-Straße 21A
 10249 Berlin
 Tel.: 030 – 4 22 65 – 838
 bildung@palliative-geriatrie.de
- 31.03. – 04.04.2025 (Teil 1 von 5) Bonn
Trauer erwärmen - Seminar zur Qualifizierung für die berufliche Tätigkeit in der Trauerbegleitung
 Haus Giersberg
 Hasenweg 27, 53125 Bonn
 Tel.: 0228 – 966 37 80
 info@haus-giersberg.de
10. – 11.04.2025 St. Peter
 (Teil 1 von 4 – 2 x Präsenz, 1 x online, 1 Praxisphase)
Spiritual Care im Ehrenamt
 Kath. Akademie der Erzdiözese Freiburg
 Tel.: 0761 – 31 91 80
 mail@katholische-akademie-freiburg.de
<http://www.katholische-akademie-freiburg.de>
- 25.04.2025 – 08.05.2026 Vechta
 (22 Termine)
Große Basisqualifikation Trauerbegleitung – KEB-Zertifikatskurs
 Bildungswerk Cloppenburg-Garrel e. V.
 Tel.: 04471 – 91080
- 21.05.2025 Stuttgart
Umgang mit Todeswünschen und Suizidassistenz (in Deutschland)
 Susanne Haller
 akademie@hospiz-stuttgart.de
 Tel.: 0711 - 23741-811

IMPRESSUM

Herausgeber

ALPHA – Ansprechstellen im Land Nordrhein-Westfalen
zur Palliativversorgung, Hospizarbeit und
Angehörigenbegleitung

Redaktion

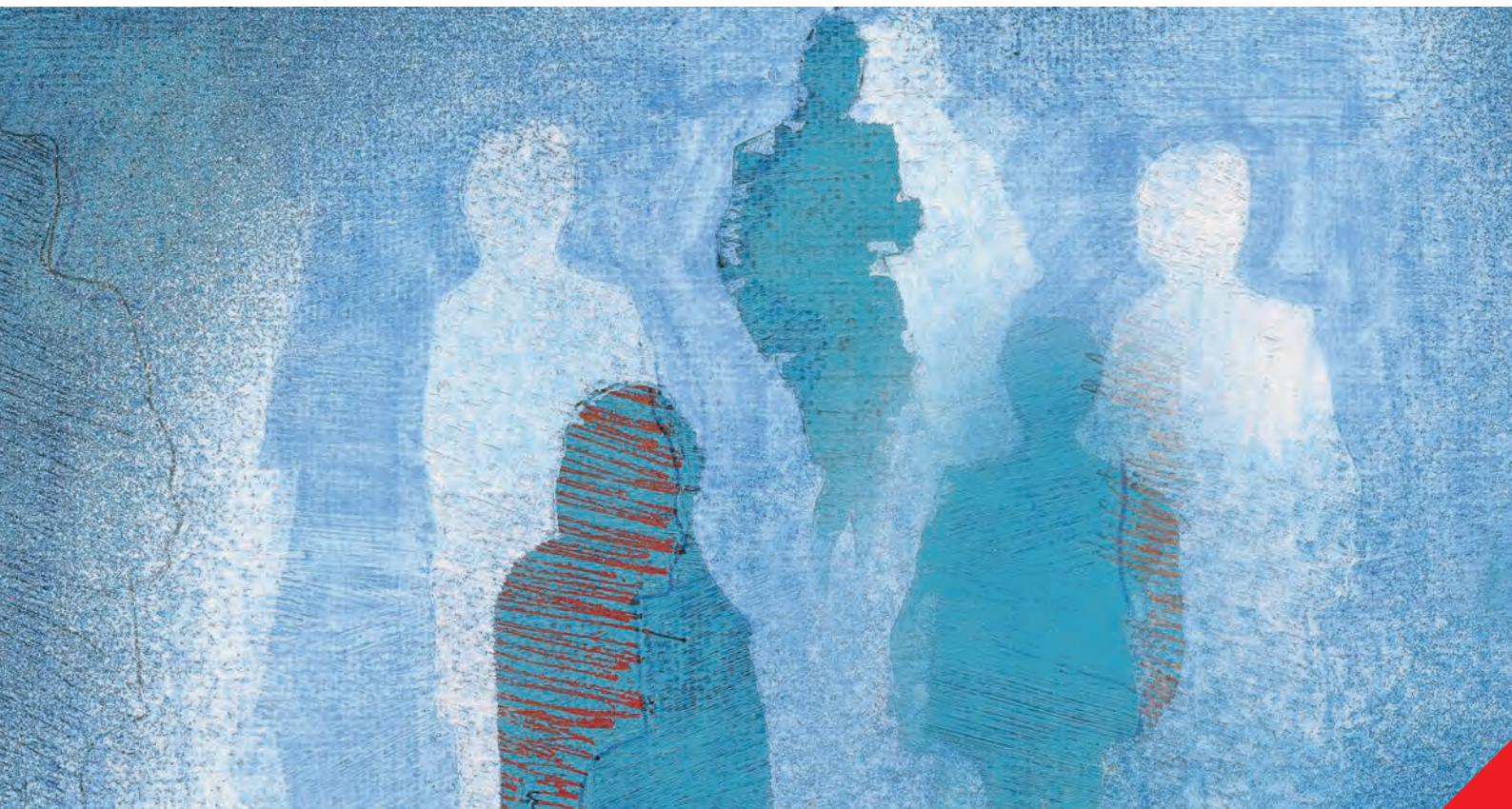
Ansprechstelle im
Land Nordrhein-Westfalen zur
Palliativversorgung,
Hospizarbeit und
Angehörigenbegleitung
im Landesteil Westfalen-Lippe
Heidi Mertens-Bürger, Ursula Schepers, Insa Verbeck
Friedrich-Ebert-Straße 157-159, 48153 Münster
02 51 - 23 08 48
westfalen-lippe@alpha-nrw.de
www.alpha-nrw.de

Satz & Druck

Druckerei Joh. Burlage, Meesenstiege 151, 48165 Münster

Die im Hospiz-Dialog-NRW veröffentlichten Artikel geben nicht unbedingt die Auffassung der Redaktion und der Herausgeber wieder. Für unverlangt eingesandte Manuskripte wird keine Gewähr übernommen. Fotos der Autorinnen und Autoren mit Zustimmung der abgebildeten Personen.





ALPHA-Rheinland

Heinrich-Sauer-Straße 15
53111 Bonn
02 28 - 74 65 47
rheinland@alpha-nrw.de
www.alpha-nrw.de

ALPHA-Westfalen

Friedrich-Ebert-Straße 157-159
48153 Münster
02 51 - 23 08 48
westfalen-lippe@alpha-nrw.de
www.alpha-nrw.de

Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen

