



Ursula Stege

Ehrenamtlicher Trauer- und Sterbebegleiterin

Alles hat seine Zeit. Es gibt eine Zeit der Freude, eine Zeit der Stille, eine Zeit des Schmerzes, der Trauer und eine Zeit der dankbaren Erinnerung.

Pflegebedürftige werden in den Einrichtungen der stationären Altenpflege häufig erst dann aufgenommen, wenn die häusliche Versorgung nicht mehr den pflegerischen Anforderungen entsprechend sichergestellt werden kann oder Angehörige mit der Situation insgesamt überfordert sind. Der Pflegebedarf ist dann umfänglich bereits sehr weit fortgeschritten, demenzielle Veränderungen treten hinzu. Die Verweildauer von Bewohnern in der Pflegeeinrichtung kann daher sehr kurz sein. Dabei ist es den Menschen häufig bewusst, dass dies ihr letzter Aufenthaltsort in ihrem Leben sein wird. Das Thema Sterben und damit auch ein guter Umgang in der Begleitung Sterbender erlangt für Mitarbeiter und Bewohner in den Einrichtungen der stationären Altenpflege damit eine immer größere Bedeutung.

Frau Stege, Sie haben sich zur ehrenamtlichen Trauer- und Sterbebegleiterin fortbilden lassen. Was waren Ihre Beweggründe, dieses anspruchsvolle Ehrenamt zu übernehmen?

Meine eigene Sprachlosigkeit im Umgang zu diesen Themen. Und die Hilflosigkeit der Angehörigen von Sterbenden, die ich in Gesprächen erfahren habe. Aber auch das Mitteilungsbedürfnis von Menschen über das Erlebte, wenn Angehörige oder Freunde verstorben sind.

Wie kann man sich Ihre Tätigkeit als Trauer- und Sterbebegleiterin vorstellen?

Wir Hospizler kommen da zum Einsatz, wo wir gebraucht werden. Das ist die Familie, in der Einrichtung oder auch im Hospiz selbst. Koordinatoren stellen den Erstkontakt mit der Familie oder dem Rufenden her, erfassen in einer Begleitmappe alle wichtigen Informationen zu dem zu Begleitenden, der Familie und dem Arzt. Wir sind zur Entlastung der Familie, aber auch zur Entlastung der Pflegeeinrichtung da. Wir schenken Zeit und geben auch den Familien Mut, sich gut auf den letzten Lebensabschnitt eines nahen Angehörigen einlassen zu können. Niemand soll dabei ausgeschlossen werden. Im Gegenteil, es geht darum, dass alle dem Sterbenden Nahestehenden mitgenommen werden. In ihren eigenen Bedürfnissen, aber auch dabei, einen Platz bei der Sterbebegleitung zu finden, den sie gut einnehmen können. Pflegerische Tätigkeiten übernehmen wir aber nicht.

Was erfahren Sie von den Menschen, die Sie in ihrem letzten Lebensabschnitt begleiten und gibt es letzte Wünsche von Sterbenden, die Sie häufiger hören?

Ich höre Sätze wie: ... ach hätte ich doch nur,... wenn ich nur noch einmal oder...warum passiert mir das gerade....Vielfach möchten die kleinen Dinge nochmals erlebt werden. Barfuß auf einer Wiese laufen oder in der bekannten

Eisdiele einen Kaffee trinken. Auch ein letzter Friseurbesuch kann wichtig sein. Manche Wünsche lassen sich noch erfüllen oder auf den Weg bringen und für andere ist es zu spät oder diese können durch mich nicht erfüllt werden. So einzigartig wie jeder Mensch ist, so sind auch seine letzten Wünsche. Nur reicht manchmal die verbleibende Zeit nicht aus.

Wie können Sie dabei helfen, dass Menschen vom Leben Abschied nehmen können?
Beim Sterbenden zu bleiben, das ist die Aufgabe. Aber auch, dies aushalten zu können.

Was sind Ihre Gefühle, wenn der Sterbeprozess eines Menschen bereits merkbar eingesetzt hat und wo finden Sie Stärkung, um das Erfahrene zu verarbeiten und neue Kraft zu schöpfen?

Es sind die letzten Stunden des Lebens. Wenn es vorkommt, dass ich in dieser Zeit bei einem Sterbenden anwesend bin, dann erlebe ich dies als eine vollkommen eigene Welt. Es sind seltsam grausam-schöne Bilder im Kopf und da sollen Sie auch bleiben. Gehören Sie doch zu „diesem Menschen“ und zu der Zeit, die ich mit ihm hatte. Kraft bekomme ich aus meiner Familie und die Unterstützung durch den Hospizdienst, die Arbeit im Garten, Sport und Freunde.

Frau Stege, vielen Dank für Ihre Ausführungen.

Angebote zur Trauer- und Sterbebegleitung finden auf unserer Seite www.seniorenberatung-hannover.de. Geben Sie dazu einfach den Suchbegriff Hospiz ein. Leben Sie oder Ihr Angehöriger in einer Einrichtung der stationären Altenpflege, können Sie Ihren Wunsch nach Sterbebegleitung auch mit der Einrichtungsleitung besprechen. Viele Einrichtungen halten eigene Angebote bereit oder arbeiten mit einem ambulanten Hospiz- und Palliativdienst eng zusammen.

Interview:
Thomas Gerth
Sachgebietsleitung Team Heimaufsicht im
FB Senioren der Landeshauptstadt Hannover
November 2016