

Gast _freundschaft

Hospiz Schöneberg-Steglitz
Newsletter Nr. 2 / 2015

Liebe Freundinnen und Freunde des Hospizes Schöneberg-Steglitz,

Abweichungen vom Fahrplan empfinden wir als Störung. Wenn wir sterbende Menschen begleiten, müssen wir uns recht schnell von diesem Konzept verabschieden. Nicht, dass wir nicht weiter planen – nicht zuletzt, um unseren Begleiteten verbindliche und verlässliche Partner zu sein. Doch ist die Planänderung, die plötzliche Wendung, ein konstanter Faktor, auf den sich alle in diesem Prozess einlassen müssen. Ein Gast ist heute noch wohlafund und fällt am nächsten Tag ins Koma, die als große Unterstützung eingeführte Tochter packt über Nacht die Koffer und verschwindet, unerträgliche Übelkeit verwandelt sich in großen Appetit, beim erst gestern mit dem Erkrankten vereinbarten Erstbesuch öffnet der Bestatter die Tür, ein im Sterben begriffener Mensch regeneriert sich wieder – all das kann geschehen und fordert Besonnenheit und Flexibilität. Davon erzählen die Autorinnen und Autoren dieses Newsletters und vermitteln etwas von der Bereicherung, die diese »Überraschungen« fast immer mit sich bringen, wenn wir uns darauf einlassen können. Wir wünschen Ihnen eine interessante Lektüre.

Stefan Schütz

Stefan Schütz,
Leiter Ambulanter Hospizdienst

 Nachbarschaftsheim Schöneberg
Pflegerische Dienste gGmbH

www.nbhs.de



Im Handumdrehen

Es ist Freitagnachmittag, als ich mich wie so oft mit dem Fahrrad auf den Weg zu Familie G. mache. Am Morgen hatte sich die Schwiegertochter gemeldet und um Unterstützung wegen ihres schwerkranken Vaters zu einem Beratungsgespräch im Hospiz war.

Frau G., die Ehefrau, erwartet mich, und auch ihr Sohn ist anwesend. Als ich ins Wohnzimmer trete, kommt er gerade aus dem Schlafzimmer seiner Eltern, wo sein Vater im Bett liegt. Sein Vater sei etwas unruhig, aber jetzt wieder eingeschlafen. Deshalb bitten mich die beiden zunächst an den Wohnzimmertisch. Frau G. berichtet, dass sie gerade mit der Ärztin gesprochen habe, damit ihr Mann noch mal ein Schmerzmittel bekommen kann. Dann beginnt sie von den letzten sehr unruhigen Tagen zu erzählen. Ihre Schwiegertochter hatte ihr gleich nach der Hospizbesichtigung die Möglichkeit ehrenamtlicher Unterstützung vorgeschlagen, aber erst jetzt sieht sie mehr und mehr ihre Belastung und die Notwendig-

keit, Unterstützung anzunehmen. Sie erzählt auch von ihrer engagierten Nachbarin, die so viel für sie tue.

Während unseres Gesprächs kommt der Sohn, der kurz nach seinem Vater geschaut hatte, und bittet mich, mit ihm zu kommen. Sein Tonfall, die Dringlichkeit in seiner Stimme, und die Bitte an seine Mutter, sie möge draußen bleiben, lassen mich bereits ahnen, was passiert ist: Herr G. ist gerade verstorben. Im Handumdrehen befinde ich mich in einer neuen Situation. Es geht nicht mehr darum, die nächsten Tage zu planen, sondern im Hier und Jetzt den Angehörigen zur Seite zu stehen. Ich wende mich Frau G. zu, die hinter mir das Zimmer betreten hat, um ihr zu sagen, dass ihr Mann verstorben ist. Ich spüre ihre Aufregung und trete mit ihr ans Bett. Sie fasst dann sichtlich Mut und beginnt zu sprechen, sie berührt ihren Mann, streichelt sein Gesicht, schwankt zwischen Fassungslosigkeit, Pragmatismus und auch ein wenig Erleichterung.



Neues aus dem Hospiz

Seit Ende September hängen am Eingang des Hospizes die Fotoleisten mit den Portraits unserer haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen.



Vier Staffeln waren im Juni am Start bei der jährlichen 5 x 5 km-Teamstaffel im Tiergarten. Enthusiastisch angefeuert gelang es einer Staffel, eine Zeit unter 2 Stunden zu erlaufen.

Für das Sommerfest für unsere Ehrenamtlichen wurden schon am Tag zuvor köstliche Cigarro Børreks von unseren Mitarbeiterinnen fabriziert.



Beim Tag der offenen Tür am 29. September konnten sich Interessierte bei Führungen durch das Haus einen Eindruck von unserer Arbeit verschaffen. Den Tag rundete Birgit Wysotzki vom Vitanas Senioren Centrum am Stadtpark mit ihrem Vortrag über die Einführung von Palliative Care in ihrem Pflegeheim ab.



Dann überwiegt ihr Pragmatismus und sie fragt, wie es weitergeht, was sie tun muss. Ich vermittele ihr, dass gar nichts sofort passieren muss, dass sie sich vor allem Zeit nehmen kann, sich in Ruhe von ihrem Mann zu verabschieden. Sie und ihr Sohn überlegen, wen sie gerne informieren möchten, und der Sohn beginnt mit den ersten Anrufen. Ich sitze noch eine Weile bei der Ehefrau. Als der Sohn wiederkommt, lasse ich die beiden alleine mit dem Verstorbenen und übernehme den Anruf bei der Palliativärztin. Frau G. hat anschließend weitere Fragen, und ich erkläre ihr, was zu überlegen ist. Die Möglichkeit, dass ihr Mann gewaschen und angekleidet werden kann, gefällt ihr besonders, und sie hat auch gleich eine Idee zur Kleidung, die sie mit ihrem Sohn bespricht. Wir sprechen auch darüber, dass ein Bestattungsinstitut zu informieren ist und sie überlegen kann, ob sie ihren Mann noch bis morgen in der Wohnung behalten möchte. Das kann sie sich allerdings gar nicht vorstellen. Ein bisschen Zeit möchte sie schon noch haben, und so wird sie um eine Abholung am späten Abend bitten.

Angehörige können oft sehr genau sagen, was sie möchten und was ihnen wichtig ist. Sie brauchen jedoch Informationen und das Aufzeigen von Möglichkeiten, um herauszufinden, welche Form des Abschieds ihnen und dem Verstorbenen entspricht. Wie wichtig das ist, hat mir dieser Nachmittag wieder gezeigt. Besonders in Erinnerung ist mir, dass mir Frau G. beim Abschied erzählt, dass sie mit vielem bei ihrem Mann zu spät dran waren, weil sich sein Zustand so schnell verschlechtert hat. Sie habe einen Rollator bestellt, doch da hatte ihr Mann schon nicht mehr die Kraft zu laufen, als der bestellte WC-Stuhl kam, konnte ihr Mann schon nicht mehr aufstehen. Aber ich sei nun zur rechten Zeit da gewesen, wie ein Engel.

Carmen Dietrich, Koordinatorin ambulanter Hospizdienst

Willkommen

- 4. November**, 9 bis 16 Uhr **Sterben in der Wohnungslosigkeit**
Workshop für Mitarbeiter/innen der Wohnungslosenhilfe im Hospiz Schöneberg-Steglitz
- 12. November**, 18 Uhr **Bertha, stirb endlich!** Hans-Rosenthal-Haus, 14167, Bolchener Str. 5, Eintritt 4,50 € inkl. kleinem Imbiss
- 18. Dezember**, 15 Uhr **Weihnachtsfeier** für Gäste des Hospizes

Eine Begleitung mit Wendungen



Eine neue Begleitung beginnt für mich. Ich werde gleich überwältigt.

Emotionen über Emotionen, die blanken Gefühle kommen mir entgegen, Worte, viele Worte, Information auf Information dringen auf mich ein, sie bewegen mich ganz stark, gehen sie doch einher mit einer Frau, die tief getroffen wurde, plötzlich von einer unheilbaren Krankheit befallen und mit einer, laut den Ärzten, nur noch in Monaten zu beziffernden Lebenserwartung. Es geht um Frau A., keine 66 Jahre alt, vor einigen Wochen noch voller Lebenskraft, die bis dahin mit großer Freude ihr Leben gelebt hat. Mehrere Schicksalsschläge haben sie nicht niederstrecken können. Der Vater starb früh, die Mutter an einer ähnlichen Krankheit mit 55 Jahren, der Ehemann vor 20 Jahren. Nun ist etwas unfassbar geworden, es kommt daher große Traurigkeit auf, viele Tränen, auch große Wut und unendliche Verzweiflung.

Mich macht es sprachlos, so etwas habe ich noch nicht erlebt. Meine Gedanken wandern und meine Gefühle kämpfen. Soll ich

zuhören, mich emotional einlassen, nachspüren, hinschauen, auf die Körpersprache achten? Es ist zu intensiv, ich kann gar nicht soviel erfassen, wie da auf mich eindringt. Und doch, ich bin ganz stark und tief bewegt, jedes einzelne Wort, jede einzelne Information berühren mich, alles veranlasst mich zur vollen Konzentration. Die Situation spannt mich an, alle meine inneren und äußeren Antennen sind auf höchste Alarmstufe gestellt. Andererseits kann ich einiges nicht fassen, es ist zu viel, zu intensiv, ich bin irritiert und durcheinander. Erst nach und nach entfaltet sich in mir eine Struktur für das, was ich hier erlebe. Es stellt sich mir sehr vage dar, eine kleine Ahnung tut sich in mir auf, wie meine Hilfe aussehen könnte. Dann wieder Gedankenchaos, meine Gefühle überschlagen sich, eigentlich ist alles nur Nebel in mir. Mir gegenüber ein Mensch voller Lebendigkeit? Nein, am Rande des Seins, dem Tod tief in die Augen schauend, hilflos, verzagt, ja schon fast gebrochen. Spürbar ist ein Kampf, ein großer Kampf mit viel Willensstärke.

Eine Woche später treffen wir uns ein zweites Mal. Frau A. ist nun in einer anderen Umgebung, ein Wechsel in eine andere Einrichtung ist erfolgt. In dieser Pflegeeinrichtung sind Menschen mit Herz, mit dem Sinn für Pflege und Bedürftigkeit, mit Wertschätzung für die ihnen Anvertrauten. Davon erzählt mir sogleich meine Begleitete. Sie wirkt auf mich verändert. Auch jetzt sprudelt es aus ihr heraus, doch es sind andere Worte, an-

dere Emotionen. Es klingt jetzt nach Hoffnung, nach Zuversicht und Lebensbejahung. Abgesehen von den neuen angenehmen äußeren Umständen zeigt die Physiotherapie erste Wirkungen. Ein Stück Selbstständigkeit wird sichtbar, der gelähmte Arm reagiert, das gelähmte Bein bewegt sich. Ein schmerzhafter Prozess, doch mit einer neuen Aussicht. Aussicht auf Heilung? Aussicht, dem Tod ein Schnippen zu schlagen, vielleicht einen Monat oder zwei, vielleicht sogar drei Monate länger im Diesseits zu bleiben? Trotz angesichts der Vorhersage der Ärzte. Trotz oder was auch immer, es scheint mir eine mächtige Kraft zu sein. Sie schaut nach vorne, erzählt von interessanten Begegnungen, von einer neuen Bekanntschaft, hier im Heim, mit einem Mann. Erste Gefühle einer neuen Zuneigung zeigen sich. Das Rauchen gefällt ihr auf einmal wieder, aus Verbundenheit mit der neuen Bekanntschaft, aber auch weil sie sich damit wohlfühlt in der neuen Gemeinschaft und den unverhofften Emotionen. Letztendlich, was soll ihr das Rauchen noch anhaben? Meine folgenden Treffen verlaufen ähnlich und mit immer weiter fortschreitender Besserung und einem damit einhergehenden Hoch der Gefühle. Ein Kampf, der nicht zu Ende ist! Wer wird siegen?

Beim Abschied sagt Frau A. kürzlich: »Herr Lünemann, das mit der Sterbebegleitung müssen wir wohl noch etwas verschieben!« Ich gehe voller Freude.

*Georg Lünemann,
ehrenamtlicher Mitarbeiter*

Eigentlich nur eine Hospitation

In einem neuen Projekt möchten wir mit der Architektin und Cartoonistin Katharina Reineke Hospizthemen cartoonistisch aufbereiten. Ich treffe mich mit ihr, um über ihre Erlebnisse im Hospiz zu sprechen.

Katharina, wie kommt es, dass Du Dich auf dieses Projekt eingelassen hast?

Oh Gott! (*denkt nach*) Ich habe mich schon vorher mit dem Sterben befasst. Ich wollte einfach eine konkretere Vorstellung bekommen, mich auch meinen Ängsten stellen und eine Tür öffnen, hinter der sich ein gesellschaftliches Tabu befindet.

Wir vereinbarten eine dreitägige Hospitation im Hospiz. Warst Du vorher aufgeregt?

Nein, eigentlich nicht, ich war eher offen und neugierig. Erst als ich an der Hospiztür klingelte, bekam ich Herzklopfen.

Du bist mit den Pflegenden mitgelaufen und hast auch mit angepackt.

Ja, es war eine bereichernde Erfahrung, denn es fiel mir erstaunlich leicht, mich auf die Gäste einzulassen. Ich habe begriffen, dass es im Hospiz auch viel um Leben geht.

Also alles ganz easy?

So nun auch wieder nicht! Mir ist klar geworden, dass das Sterben bei aller Fürsorge auch eine sehr einsame Angelegenheit ist.

Aber es gibt doch Personal, ehrenamtlich Mitarbeitende, Besuch.

Ja, aber es gibt eben Grenzen. Ich glaube, es hat mehr mit meinem eigenen Bedürfnis nach enger Begleitung und Geborgenheit zu tun, das muss ja nicht für alle so sein.

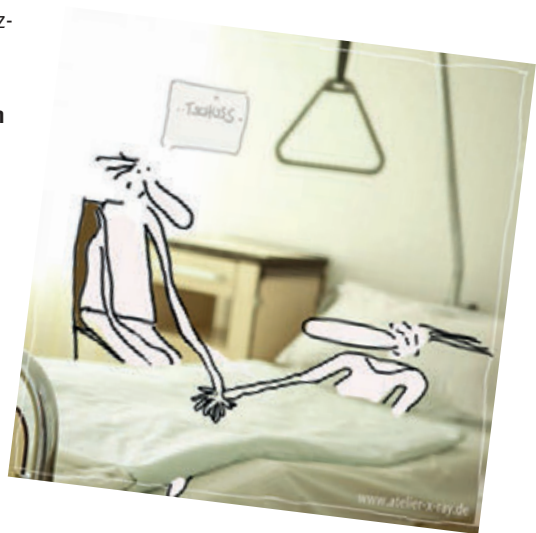
Aber meine vielleicht etwas naive Illusion ist zerplatzt. Es hat mich allerdings beruhigt, dass die medikamentöse Unterstützung so gut ist, dass Sterbende nicht leiden müssen.

Dann hat die Hospitation also einige Vorstellungen zurechtgerückt, und drei Tage sind ja auch nicht lang.

Naja, es ging ja noch weiter!

Genau! Herr B. trat in Dein Leben! (*lächelt*)

Kurz vor Ende des dritten Hospitationstages lernte ich ihn kennen. Von »Liebe« auf den ersten Blick zu sprechen, klingt seltsam, aber es hatte etwas mit Seelenverwandtschaft zu tun.



Aha.

Wir hatten ein intensives Gespräch, in dem er mich an seiner sehr bewussten Vorbereitung auf sein Sterben teilhaben ließ. Für mich war das ein Geschenk.

→ **Es blieb ja nicht bei einem Gespräch.**

Nein, ich besuchte ihn in der darauffolgenden Woche fast jeden Tag. Und an dem Abend, als er starb, war ich gerade auf dem Weg ins Hospiz, weil ich eine Nachtwache angeboten hatte.

Und als Du kamst, war er schon verstorben.

Ja, ich war sehr traurig, aber es war wunderbar, ihn gemeinsam mit der Krankenschwester zu waschen, sein Zimmer herzurichten und noch ein Glas Sekt auf ihn zu trinken. Alles war so

friedlich in seinem Zimmer. Mir wurde klar, dass der Sterbeprozess mit dem letzten Atemzug noch nicht zu Ende ist. Irgendwie war Herr B. noch da.

Uff, das hat Dich sicher alles ganz schön durcheinandergeschüttelt!

Klar, das Erlebnis hat mich noch länger beschäftigt. Ich habe gerade beim Sterbeprozess von Herrn B. eine starke Intensität erlebt, die mich sehr anzog und es mir auch schwer machte, wieder in meine ganz normale Alltagsrealität zurückzukehren.

Wir haben damals öfters gesprochen.

Ja, das war sehr hilfreich.

Und nun das Cartoon-Projekt. Wir haben Dir ja schon einigen Stoff geliefert!

Darauf freue ich mich. Ich werde mich oft an meine Erlebnisse erinnern, mich beim Zeichnen einfühlen und den Prozess besser steuern können. Schließlich habe ja ich den Stift in der Hand! (*grinst*)

Das Gespräch führte Stefan Schütz.



Wer hilft bei Fragen?

Unsere Adresse: Hospiz Schöneberg-Steglitz,
Kantstraße 16, 12169 Berlin (Steglitz)

Stationäres Hospiz

Pflegedienstleiterin Christine Seiler,
Tel 7 68 83-102, stationaeres-hospiz@nbhs.de
Sozialarbeiterin Almuth Lohoff, Tel 7 68 83-103
sozialarbeit-hospiz@nbhs.de

Ambulante Hospizbegleitung

Koordinator Stefan Schütz, Tel 7 68 83-104
ambulantes-hospiz@nbhs.de

Sozialstation Friedenua

Standort Bundesallee Ambulante Palliativpflege
Bundesallee 50, 10715 Berlin Tel 85 40 19-3 (24 Std.)
sozialstation-bundesallee@nbhs.de

Spenden Nachbarschaftsheim Schöneberg,
IBAN DE91 1002 0500 0003 1062 05
BIC BFSWDE33BER (Bank für Sozialwirtschaft Berlin)

Erkenntnisse, auf die ich nicht gefasst war

»Jenseits von richtig und falsch, von du und ich, gibt es einen Ort, dort werden wir uns begegnen ...« (Rumi)

Zu einer solchen Begegnung kam es im Laufe meiner letzten Begleitung. Unverhofft, herzergreifend, mit großer Nachwirkung. Ich lernte eine Familie kennen, deren Mutter schwer erkrankt war. Noch nicht sterbend, aber den Tod erwartend. Drei Kinder, das jüngste zwölf Jahre alt. Eine Familie, deren Lebens-Alltag mir fremd war und auch weitgehend fremd geblieben ist. Mit denen mich im Grunde nichts verband. Ich spürte eine Distanz, die durchaus etwas zu tun hatte mit einem dezenten Vorurteil. Es hatte etwas mit Äußerlichkeiten zu tun, mit dem ersten Eindruck. Es wollte kein Funke überspringen. Doch da waren diese schwer kranke Frau und ihr Mann, der ihren nahenden Tod fürchtete, sich ihm aber stellte. Ich kam, um zumindest eine kleine entlastende Hilfestellung anzubieten in Form von Zeit – wie immer sie auch genutzt werden wollte.

Ich wollte nicht kneifen. Das war ein Glück, denn im Laufe der kommenden Wochen eröffneten sich mir gleich mehrere Erkenntnisse, auf die ich nicht gefasst war. Ich stellte fest, dass Herr K. außerordentlich gut organisiert war in all dem Leid, mit dem er konfrontiert war und in der Angst und Verzweiflung, welches es in ihm auslöste. Die Erkrankung seiner Frau kam plötzlich, unerwartet, brutal und hatte in diesem kleinen Kosmos Familie die Wirkung eines Meteoriten-Einschlages. Der Einschlag traf den Mittelpunkt der Familie, wie er selbst sagte. Wie im Traum

schien er alle Kräfte der Liebe und Verbundenheit, der Erinnerung, der trostlosen Gegenwart zu bündeln, um bei ihr zu sein, mit



ihr, um sie herum. Die Angst und das Grauen vor einer Zukunft ohne sie vor Augen, ist es ihm dennoch gelungen, in den letzten Wochen, Tagen, Stunden, Minuten mit jeder

Faser seines Herzens und seiner Tatkräftigkeit bei seiner Frau zu sein – bis zu ihrem letzten Atemzug. Gleichzeitig versuchte er immer, auch seine Kinder nicht aus dem Blick zu verlieren, sie verschwanden nicht von seinem inneren Radar. Wie hat er das geschafft?

Er war mir gegenüber offener als ich es je erwartet hätte, offener als ich selbst zu Beginn der Begleitung war. Zwar war der Funke nicht übersprungen, aber mein Herz hatte sich geöffnet. Wieder einmal habe ich etwas gelernt über die Dynamik vorgefasster Meinungen und schneller Urteile. Ich dachte, ich hätte sie überwunden im Laufe meiner Hospiz-Arbeit. Habe noch einmal etwas gelernt über mich und andere

Menschen und den Raum der Möglichkeiten dazwischen. Und über die Liebe. Danke.

Maria L., ehrenamtliche Mitarbeiterin

Dankeschön

Wenn ein SAPV-Arzt anruft und um rasche Unterstützung für einen im Sterben liegenden Menschen bittet, macht sich fast immer binnen kürzester Zeit eine oder einer unserer Ehrenamtlichen auf den Weg. Wenn es mal Engpässe in der Küche gibt, springen Ehrenamtliche ad hoc ein. Und wenn wir mal wieder etwas ganz Neues ausprobieren, sei es ein neues Angebot in einem Pflegeheim oder für unsere Gäste im stationären Hospiz: unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen lassen sich auf das Experiment ein. So viel Flexibilität und Tatendrang stärkt uns den Rücken. Dafür danken wir allen herzlich!

→ **Es blieb ja nicht bei einem Gespräch.**
Nein, ich besuchte ihn in der darauffolgenden Woche fast jeden Tag. Und an dem Abend, als er starb, war ich gerade auf dem Weg ins Hospiz, weil ich eine Nachtwache angeboten hatte.

Und als Du kamst, war er schon verstorben.
Ja, ich war sehr traurig, aber es war wunderbar, ihn gemeinsam mit der Krankenschwester zu waschen, sein Zimmer herzurichten und noch ein Glas Sekt auf ihn zu trinken. Alles war so



friedlich in seinem Zimmer. Mir wurde klar, dass der Sterbeprozess mit dem letzten Atemzug noch nicht zu Ende ist. Irgendwie war Herr B. noch da.

Uff, das hat Dich sicher alles ganz schön durcheinandergeschüttelt!

Klar, das Erlebnis hat mich noch länger beschäftigt. Ich habe gerade beim Sterbeprozess von Herrn B. eine starke Intensität erlebt, die mich sehr anzog und es mir auch schwer machte, wieder in meine ganz normale Alltagsrealität zurückzukehren.

Wir haben damals öfters gesprochen.
Ja, das war sehr hilfreich.

Und nun das Cartoon-Projekt. Wir haben Dir ja schon einigen Stoff geliefert!

Darauf freue ich mich. Ich werde mich oft an meine Erlebnisse erinnern, mich beim Zeichnen einfühlen und den Prozess besser steuern können. Schließlich habe ja ich den Stift in der Hand! (*grinst*)

Das Gespräch führte Stefan Schütz.

Erkenntnisse, auf die ich nicht gefasst war

»jenseits von richtig und falsch, von du und ich, gibt es einen Ort, dort werden wir uns begegnen ...« (Rumi)

Zu einer solchen Begegnung kam es im Laufe meiner letzten Begleitung. Unverhofft, herzergreifend, mit großer Nachwirkung. Ich lernte eine Familie kennen, deren Mutter schwer erkrankt war. Noch nicht sterbend, aber den Tod erwartend. Drei Kinder, das jüngste zwölf Jahre alt. Eine Familie, deren Lebens-Alltag mir fremd war und auch weitgehend fremd geblieben ist. Mit denen mich im Grunde nichts verband. Ich spürte eine Distanz, die durchaus etwas zu tun hatte mit einem dezenten Vorurteil. Es hatte etwas mit Äußerlichkeiten zu tun, mit dem ersten Eindruck. Es wollte kein Funke überspringen. Doch da waren diese schwer kranke Frau und ihr Mann, der ihren nahenden Tod fürchtete, sich ihm aber stellte. Ich kam, um zumindest eine kleine entlastende Hilfestellung anzubieten in Form von Zeit – wie immer sie auch genutzt werden wollte.

Ich wollte nicht kneifen. Das war ein Glück, denn im Laufe der kommenden Wochen öffneten sich mir gleich mehrere Erkenntnisse, auf die ich nicht gefasst war. Ich stellte fest, dass Herr K. außerordentlich gut organisiert war in all dem Leid, mit dem er konfrontiert war und in der Angst und Verzweiflung, welches es in ihm auslöste. Die Erkrankung seiner Frau kam plötzlich, unerwartet, brutal und hatte in diesem kleinen Kosmos Familie die Wirkung eines Meteoriten-Einschlages. Der Einschlag traf den Mittelpunkt der Familie, wie er selbst sagte. Wie im Traum

schien er alle Kräfte der Liebe und Verbundenheit, der Erinnerung, der trostlosen Gegenwart zu bündeln, um bei ihr zu sein, mit



ihr, um sie herum. Die Angst und das Grauen vor einer Zukunft ohne sie vor Augen, ist es ihm dennoch gelungen, in den letzten Wochen, Tagen, Stunden, Minuten mit jeder

Faser seines Herzens und seiner Tatkräftigkeit bei seiner Frau zu sein – bis zu ihrem letzten Atemzug. Gleichzeitig versuchte er immer, auch seine Kinder nicht aus dem Blick zu verlieren, sie verschwanden nicht von seinem inneren Radar. Wie hat er das geschafft?

Er war mir gegenüber offener als ich es je erwartet hätte, offener als ich selbst zu Beginn der Begleitung war. Zwar war der Funke nicht übersprungen, aber mein Herz hatte sich geöffnet. Wieder einmal habe ich etwas gelernt über die Dynamik vorgefasster Meinungen und schneller Urteile. Ich dachte, ich hätte sie überwunden im Laufe meiner Hospizarbeit. Habe noch einmal etwas gelernt über mich und andere Menschen und den Raum der Möglichkeiten dazwischen. Und über die Liebe. Danke.

Maria L., ehrenamtliche Mitarbeiterin

Dankeschön

Wenn ein SAPV-Arzt anruft und um rasche Unterstützung für einen im Sterben liegenden Menschen bittet, macht sich fast immer binnen kürzester Zeit eine oder einer unserer Ehrenamtlichen auf den Weg. Wenn es mal Engpässe in der Küche gibt, springen Ehrenamtliche ad hoc ein. Und wenn wir mal wieder etwas ganz Neues ausprobieren, sei es ein neues Angebot in einem Pflegeheim oder für unsere Gäste im stationären Hospiz: unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen lassen sich auf das Experiment ein. So viel Flexibilität und Tatendrang stärkt uns den Rücken. Dafür danken wir allen herzlich!

Gast _freundschaft

Liebe Freundinnen und Freunde des Hospizes Schöneberg-Steglitz,

Abweichungen vom Fahrplan empfinden wir als Störung. Wenn wir sterbende Menschen begleiten, müssen wir uns recht schnell von diesem Konzept verabschieden. Nicht, dass wir nicht weiter planen – nicht zuletzt, um unseren Begleiteten verbindliche und verlässliche Partner zu sein. Doch ist die Planänderung, die plötzliche Wendung, ein konstanter Faktor, auf den sich alle in diesem Prozess einlassen müssen. Ein Gast ist heute noch wohl auf und fällt am nächsten Tag ins Koma, die als große Unterstützung eingeführte Tochter packt über Nacht die Koffer und verschwindet, unerträgliche Übelkeit verwandelt sich in großen Appetit, beim erst gestern mit dem Erkrankten vereinbarten Erstbesuch öffnet der Bestatter die Tür, ein im Sterben begriffener Mensch regeneriert sich wieder – all das kann geschehen und fordert Besonnenheit und Flexibilität. Davon erzählen die Autorinnen und Autoren dieses Newsletters und vermitteln etwas von der Bereicherung, die diese »Überraschungen« fast immer mit sich bringen, wenn wir uns darauf einlassen können. Wir wünschen Ihnen eine interessante Lektüre.

Stefan Schütz
Stefan Schütz,
Leiter Ambulanter Hospizdienst

**Nachbarschaftsheim Schöneberg
Pflegerische Dienste gGmbH**
www.nbhs.de



Im Handumdrehen

Es ist Freitagnachmittag, als ich mich wie so oft mit dem Fahrrad auf den Weg zu Familie G. mache. Am Morgen hatte sich die Schwiegertochter gemeldet und um Unterstützung gebeten, nachdem sie in der Woche zuvor wegen ihres schwerkranken Vaters zu einem Beratungsgespräch im Hospiz war.

Frau G., die Ehefrau, erwartet mich, und auch ihr Sohn ist anwesend. Als ich ins Wohnzimmer trete, kommt er gerade aus dem Schlafzimmer seiner Eltern, wo sein Vater im Bett liegt. Sein Vater sei etwas unruhig, aber jetzt wieder eingeschlafen. Deshalb bitten mich die beiden zunächst an den Wohnzimmer-tisch. Frau G. berichtet, dass sie gerade mit der Ärztin gesprochen habe, damit ihr Mann noch mal ein Schmerzmittel bekommen kann. Dann beginnt sie von den letzten sehr unruhigen Tagen zu erzählen. Ihre Schwiegertochter hatte ihr gleich nach der Hospizbesichtigung die Möglichkeit ehrenamtlicher Unterstützung vorgeschlagen, aber erst jetzt sieht sie mehr und mehr ihre Belastung und die Notwendig-

keit, Unterstützung anzunehmen. Sie erzählt auch von ihrer engagierten Nachbarin, die so viel für sie tue.

Während unseres Gesprächs kommt der Sohn, der kurz nach seinem Vater geschaut hatte, und bittet mich, mit ihm zu kommen. Sein Tonfall, die Dringlichkeit in seiner Stimme, und die Bitte an seine Mutter, sie möge draußen bleiben, lassen mich bereits ahnen, was passiert ist: Herr G. ist gerade verstorben. Im Handumdrehen befinde ich mich in einer neuen Situation. Es geht nicht mehr darum, die nächsten Tage zu planen, sondern im Hier und Jetzt den Angehörigen zur Seite zu stehen. Ich wende mich Frau G. zu, die hinter mir das Zimmer betreten hat, um ihr zu sagen, dass ihr Mann verstorben ist. Ich spüre ihre Aufregung und trete mit ihr ans Bett. Sie fasst dann sichtlich Mut und beginnt zu sprechen, sie berührt ihren Mann, streichelt sein Gesicht, schwankt zwischen Fassungslosigkeit, Pragmatismus und auch ein wenig Erleichterung.

 **Wer hilft bei Fragen?**

Unsere Adresse: Hospiz Schöneberg-Steglitz,
Kantstraße 16, 12169 Berlin (Steglitz)

Stationäres Hospiz
Pflegedienstleiterin Christine Seiler,
Tel 7 68 83-1 02, stationaeres-hospiz@nbhs.de
Sozialarbeiterin Almuth Lohoff, Tel 7 68 83-1 03
sozialarbeit-hospiz@nbhs.de

Ambulante Hospizbegleitung
Koordinator Stefan Schütz, Tel 7 68 83-1 04
ambulantes-hospiz@nbhs.de

Sozialstation Friedenau
Standort Bundesallee Ambulante Palliativpflege
Bundesallee 50, 10715 Berlin Tel 85 40 19-3 (24 Std.)
sozialstation-bundesallee@nbhs.de

Spenden Nachbarschaftsheim Schöneberg,
IBAN DE91 1002 0500 0003 1062 05
BIC BFSWDE33BER (Bank für Sozialwirtschaft Berlin)



Neues aus dem Hospiz

Seit Ende September hängen am Eingang des Hospizes die Fotoleisten mit den Portraits unserer haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen.

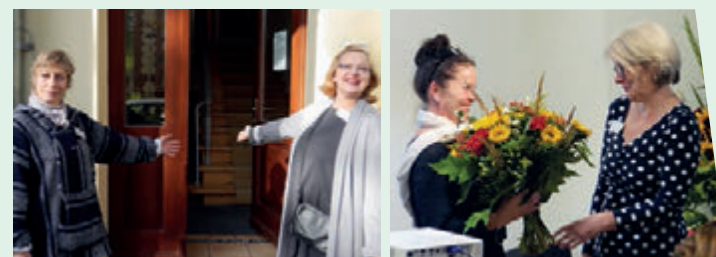


Vier Staffeln waren im Juni am Start bei der jährlichen 5 x 5 km-Teamstaffel im Tiergarten. Enthusiastisch angefeuert gelang es einer Staffel, eine Zeit unter 2 Stunden zu erlaufen.

Für das Sommerfest für unsere Ehrenamtlichen wurden schon am Tag zuvor köstliche Cigarro Børreks von unseren Mitarbeiterinnen fabriziert.



Beim Tag der offenen Tür am 29. September konnten sich Interessierte bei Führungen durch das Haus einen Eindruck von unserer Arbeit verschaffen. Den Tag rundete Birgit Wysotzki vom Vitanas Senioren Centrum am Stadtpark mit ihrem Vortrag über die Einführung von Palliative Care in ihrem Pflegeheim ab.



Dann überwiegt ihr Pragmatismus und sie fragt, wie es weitergeht, was sie tun muss. Ich vermittele ihr, dass gar nichts sofort passieren muss, dass sie sich vor allem Zeit nehmen kann, sich in Ruhe von ihrem Mann zu verabschieden. Sie und ihr Sohn überlegen, wen sie gerne informieren möchten, und der Sohn beginnt mit den ersten Anrufen. Ich sitze noch eine Weile bei der Ehefrau. Als der Sohn wiederkommt, lasse ich die beiden alleine mit dem Verstorbenen und übernehme den Anruf bei der Palliativärztin. Frau G. hat anschließend weitere Fragen, und ich erkläre ihr, was zu überlegen ist. Die Möglichkeit, dass ihr Mann gewaschen und angekleidet werden kann, gefällt ihr besonders, und sie hat auch gleich eine Idee zur Kleidung, die sie mit ihrem Sohn bespricht. Wir sprechen auch darüber, dass ein Bestattungsinstitut zu informieren ist und sie überlegen kann, ob sie ihren Mann noch bis morgen in der Wohnung behalten möchte. Das kann sie sich allerdings gar nicht vorstellen. Ein bisschen Zeit möchte sie schon noch haben, und so wird sie um eine Abholung am späten Abend bitten.

Angehörige können oft sehr genau sagen, was sie möchten und was ihnen wichtig ist. Sie brauchen jedoch Informationen und das Aufzeigen von Möglichkeiten, um herauszufinden, welche Form des Abschieds ihnen und dem Verstorbenen entspricht. Wie wichtig das ist, hat mir dieser Nachmittag wieder gezeigt. Besonders in Erinnerung ist mir, dass mir Frau G. beim Abschied erzählt, dass sie mit vielem bei ihrem Mann zu spät dran waren, weil sich sein Zustand so schnell verschlechtert hat. Sie habe einen Rollator bestellt, doch da hatte ihr Mann schon nicht mehr die Kraft zu laufen, als der bestellte WC-Stuhl kam, konnte ihr Mann schon nicht mehr aufstehen. Aber ich sei nun zur rechten Zeit da gewesen, wie ein Engel.

Carmen Dietrich, Koordinatorin ambulanter Hospizdienst

Willkommen

- 4. November**, 9 bis 16 Uhr **Sterben in der Wohnungslosigkeit** Workshop für Mitarbeiter/innen der Wohnungslosenhilfe im Hospiz Schöneberg-Steglitz
- 12. November**, 18 Uhr **Bertha, stirb endlich!** Hans-Rosenthal-Haus, 14167, Bolchener Str. 5, Eintritt 4,50 € inkl. kleinem Imbiss
- 18. Dezember**, 15 Uhr **Weihnachtsfeier** für Gäste des Hospizes



Eine neue Begleitung beginnt für mich. Ich werde gleich überwältigt.

Emotionen über Emotionen, die blanken Gefühle kommen mir entgegen, Worte, viele Worte, Information auf Information dringen auf mich ein, sie bewegen mich ganz stark, gehen sie doch einher mit einer Frau, die tief getroffen wurde, plötzlich von einer unheilbaren Krankheit befallen und mit einer, laut den Ärzten, nur noch in Monaten zu beziffernden Lebenserwartung. Es geht um Frau A., keine 66 Jahre alt, vor einigen Wochen noch voller Lebenskraft, die bis dahin mit großer Freude ihr Leben gelebt hat. Mehrere Schicksalsschläge haben sie nicht niederstrecken können. Der Vater starb früh, die Mutter an einer ähnlichen Krankheit mit 55 Jahren, der Ehemann vor 20 Jahren. Nun ist etwas unfassbar geworden, es kommt daher große Traurigkeit auf, viele Tränen, auch große Wut und unendliche Verzweiflung.

Mich macht es sprachlos, so etwas habe ich noch nicht erlebt. Meine Gedanken wandern und meine Gefühle kämpfen. Soll ich

Eine Begleitung mit Wendungen

zuhören, mich emotional einlassen, nachspüren, hinschauen, auf die Körpersprache achten? Es ist zu intensiv, ich kann gar nicht soviel erfassen, wie da auf mich eindringt. Und doch, ich bin ganz stark und tief bewegt, jedes einzelne Wort, jede einzelne Information berühren mich, alles veranlasst mich zur vollen Konzentration. Die Situation spannt mich an, alle meine inneren und äußeren

Antennen sind auf höchste Alarmstufe gestellt. Andererseits kann ich einiges nicht fassen, es ist zu viel, zu intensiv, ich bin irritiert und durcheinander. Erst nach und nach entfaltet sich in mir eine Struktur für das, was ich hier erlebe. Es stellt sich mir sehr vage dar, eine kleine Ahnung tut sich in mir auf, wie meine Hilfe aussehen könnte. Dann wieder Gedankenchaos, meine Gefühle überschlagen sich, eigentlich ist alles nur Nebel in mir. Mir gegenüber ein Mensch voller Lebendigkeit? Nein, am Rande des Seins, dem Tod tief in die Augen schauend, hilflos, verzagt, ja schon fast gebrochen. Spürbar ist ein Kampf, ein großer Kampf mit viel Willensstärke.

Eine Woche später treffen wir uns ein zweites Mal. Frau A. ist nun in einer anderen Umgebung, ein Wechsel in eine andere Einrichtung ist erfolgt. In dieser Pflegeeinrichtung sind Menschen mit Herz, mit dem Sinn für Pflege und Bedürftigkeit, mit Wertschätzung für die ihnen Anvertrauten. Davon erzählt mir sogleich meine Begleitete. Sie wirkt auf mich verändert. Auch jetzt sprudelt es aus ihr heraus, doch es sind andere Worte, an-

dere Emotionen. Es klingt jetzt nach Hoffnung, nach Zuversicht und Lebensbejahung. Abgesehen von den neuen angenehmen äußeren Umständen zeigt die Physiotherapie erste Wirkungen. Ein Stück Selbstständigkeit wird sichtbar, der gelähmte Arm reagiert, das gelähmte Bein bewegt sich. Ein schmerzhafter Prozess, doch mit einer neuen Aussicht. Aussicht auf Heilung? Aussicht, dem Tod ein Schnippchen zu schlagen, vielleicht einen Monat oder zwei, vielleicht sogar drei Monate länger im Diesseits zu bleiben? Trotz angesichts der Vorhersage der Ärzte. Trotz oder was auch immer, es scheint mir eine mächtige Kraft zu sein. Sie schaut nach vorne, erzählt von interessanten Begegnungen, von einer neuen Bekanntschaft, hier im Heim, mit einem Mann. Erste Gefühle einer neuen Zuneigung zeigen sich. Das Rauchen gefällt ihr auf einmal wieder, aus Verbundenheit mit der neuen Bekanntschaft, aber auch weil sie sich damit wohlfühlt in der neuen Gemeinschaft und den unverhofften Emotionen. Letztendlich, was soll ihr das Rauchen noch anhaben? Meine folgenden Treffen verlaufen ähnlich und mit immer weiter fortschreitender Besserung und einem damit einhergehenden Hoch der Gefühle. Ein Kampf, der nicht zu Ende ist! Wer wird siegen?

Beim Abschied sagt Frau A. kürzlich: »Herr Lünemann, das mit der Sterbebegleitung müssen wir wohl noch etwas verschieben!« Ich gehe voller Freude.

Georg Lünemann, ehrenamtlicher Mitarbeiter

Eigentlich nur eine Hospitation

In einem neuen Projekt möchten wir mit der Architektin und Cartoonistin Katharina Reineke Hospizthemen cartoonistisch aufbereiten. Ich treffe mich mit ihr, um über ihre Erlebnisse im Hospiz zu sprechen.

Katharina, wie kommt es, dass Du Dich auf dieses Projekt eingelassen hast?

Oh Gott! (denkt nach) Ich habe mich schon vorher mit dem Sterben befasst. Ich wollte einfach eine konkretere Vorstellung bekommen, mich auch meinen Ängsten stellen und eine Tür öffnen, hinter der sich ein gesellschaftliches Tabu befindet.

Wir vereinbarten eine dreitägige Hospitation im Hospiz. Warst Du vorher aufgeregt?

Nein, eigentlich nicht, ich war eher offen und neugierig. Erst als ich an der Hospiztür klingelte, bekam ich Herzklopfen.

Du bist mit den Pflegenden mitgelaufen und hast auch mit angepackt.

Ja, es war eine bereichernde Erfahrung, denn es fiel mir erstaunlich leicht, mich auf die Gäste einzulassen. Ich habe begriffen, dass es im Hospiz auch viel um Leben geht.

Also alles ganz easy?

So nun auch wieder nicht! Mir ist klar geworden, dass das Sterben bei aller Fürsorge auch eine sehr einsame Angelegenheit ist.

Aber es gibt doch Personal, ehrenamtlich Mitarbeitende, Besuch.

Ja, aber es gibt eben Grenzen. Ich glaube, es hat mehr mit meinem eigenen Bedürfnis nach enger Begleitung und Geborgenheit zu tun, das muss ja nicht für alle so sein.

Aber meine vielleicht etwas naive Illusion ist zerplatzt. Es hat mich allerdings beruhigt, dass die medikamentöse Unterstützung so gut ist, dass Sterbende nicht leiden müssen.

Dann hat die Hospitation also einige Vorstellungen zurechtgerückt, und drei Tage sind ja auch nicht lang.

Naja, es ging ja noch weiter!

Genau! Herr B. trat in Dein Leben! (lächelt)

Kurz vor Ende des dritten Hospitationstages lernte ich ihn kennen. Von »Liebe« auf den ersten Blick zu sprechen, klingt seltsam, aber es hatte etwas mit Seelenverwandtschaft zu tun.



Aha.

Wir hatten ein intensives Gespräch, in dem er mich an seiner sehr bewussten Vorbereitung auf sein Sterben teilhaben ließ. Für mich war das ein Geschenk.