

Der Glaube als Quelle der Stärke und des Trostes



Samuel Philip John erzählt von seiner ehrenamtlichen Aufgabe als Hospizbegleiter bei der Ambulanten Hospizgruppe der Kirchlichen Sozialstation Sachsenheim

Menschen einen würdigen Abschied aus dem Leben ermöglichen, ihnen die letzten

Tage so angenehm wie möglich gestalten und ihnen dabei auf Augenhöhe mit Liebe begegnen. Dies sind den derzeit 19 Mitgliedern des Ambulanten Hospizdienstes der Kirchlichen Sozialstation Sachsenheim echte Herzensanliegen. Einer dieser ehrenamtlichen Kräfte ist Samuel Philip John aus Hohenhaslach. Eine Abkündigung in einem Gottesdienst in der St. Georgskirche hat ihn im Sommer 2013 dazu ermutigt, sich als Hospizbegleiter ausbilden zu lassen. Nach über zehn Jahren in dieser verantwortungsvollen ehrenamtlichen Tätigkeit sieht Samuel Philip John diesen Schritt immer noch als sehr bereichernd für sein eigenes Leben an. Der Hospizbegleiter gewährt Einblick in seine wichtige Aufgabe.

Was waren Ihre Gründe, diesen ehrenamtlichen Dienst zu übernehmen?

Samuel Philip John: Meine eigenen Erfahrungen mit dem Tod und Sterben waren bis vor einigen Jahren recht begrenzt. Ich bin nicht mit Schwerkranken oder Sterbenden in Berührung gekommen. Der frühe Tod meiner Mutter und anderer naher Verwandter hat mich aber zur Selbstreflexion veranlasst. Ich stellte mir einige Fragen, vor allem im spirituellen und existenziellen Bereich, die ohne Antwort blieben: Was ist wirklich wichtig im Leben? Ist es das Heute oder Morgen oder sind es vielleicht die vergangenen Jahre? Gibt es einen richtigen Zeitpunkt im Leben, um zu sterben? Was bedeutet es, in Frieden zu ruhen? Werde ich in der Lage sein, meinen eigenen Frieden mit allem zu machen, was ich falsch gemacht habe, und mein Haus in Ordnung zu bringen, bevor ich dieses irdische Leben verlasse?

Wie helfen Ihnen Ihr Glaube und Gott bei Ihren Einsätzen als Hospizbegleiter?

Der Glaube an Gott kann für uns ehrenamtliche Sterbegleiter und Hospizhelfer eine tiefgehende Quelle der Stärke, des Trostes und der Orientierung sein. Ich möchte dafür drei Beispiele nennen: Der Glaube an Gott bietet oft eine Perspektive, die dem Leben und dem Sterben einen tieferen

Sinn verleiht. Diese Sichtweise kann helfen, den Prozess des Sterbens nicht nur als Ende, sondern als Übergang zu verstehen. Für viele Gläubige bedeutet das Sterben Eintritt in ein neues Leben. Dadurch werden das Erleben und die Begleitung von Sterbenden erträglicher. Der Glaube schenkt aber auch Hoffnung, selbst in den dunkelsten Momenten. Diese Hoffnung kann sich auf ein Leben nach dem Tod beziehen oder auf das Vertrauen, dass Gott in schwierigen Zeiten gegenwärtig ist und hilft. Diese Hoffnung kann es Ehrenamtlichen erleichtern, den Sterbenden beizustehen und sie zu trösten. Schließlich kann der Glaube auch dabei helfen, die Unvermeidbarkeit des Todes zu akzeptieren und ihn als Teil des göttlichen Plans zu sehen. Diese Akzeptanz hilft den Sterbeprozess zu begleiten, ohne von Ängsten oder Sorgen überwältigt zu werden. Aus dem Glauben lässt sich auch innere Kraft und Ausdauer sowie Mitgefühl und Liebe schöpfen.

Welche Wünsche äußern Menschen in ihren letzten Stunden?

Während der Pflege am Lebensende ist der Klient oder Patient selten in der Lage, einen Wunsch zu äußern. Vieles ist den Angehörigen bewusst oder wurde im Vorhinein „besprochen und abgestimmt“. Zu den psychosozialen Bedürfnissen gehört es zum Beispiel, noch einmal alle Menschen zu sehen, die einem wichtig waren oder sind. Es kommt darauf an, die Nähe und die emotionale Unterstützung von Familie und Freunden zu spüren, noch einmal in den Armen gehalten zu werden. Vielen ist das Bedürfnis wichtig, die Kontrolle über eigene Entscheidungen, wie beispielsweise über medizinische Behandlungen, zu behalten, auch im Sterbeprozess. Diesem Wunsch begegne ich bei fast jeder Begleitung. Einige Sterbende finden Ruhe und Trost im Glauben oder der Spiritualität. In den Heimen oder in Fällen, wo kein Angehöriger da sein kann oder ist, zum Beispiel, singe und bete ich mit den Sterbenden, lese Bibeltexte vor oder spiele Musik auf der Tisch- oder Veeharfe oder auf einer Gitarre. Priorität hat aber bei den meisten Sterbenden der Wunsch nach Schmerzlinderung. Manche möchten nichts mehr mitbekommen und nur noch schlafen, andere möchten alles mitbekommen und möglichst wach sein. Bei den körperlichen Bedürfnissen kommt es den Sterbenden auf die Pflege und Unterstützung durch Pflegepersonal und Ärzte an. Dabei empfinden einige ihre Lieblingsdüfte oder Massagen als angenehm.

Wie stellen Sie sich auf die Bedürfnisse und Wünsche der sterbenden Menschen ein?

Dafür sind Einfühlungsvermögen, Flexibilität und eine respektvolle Haltung wichtig. Dabei hilft eine offene und einfühlsame Kommunikation. Ich höre dem Sterbenden aktiv zu und gebe ihm Raum, seine Wünsche und Bedürfnisse auszudrücken. Es gilt zudem, die Wünsche zu respektieren und zu priorisieren. Die Wünsche des Sterbenden sollten, wenn möglich, immer an erster Stelle stehen. Auch wenn ein Wunsch ungewöhnlich oder herausfordernd erscheint, ist es wichtig, ihn nicht sofort abzulehnen, sondern zu prüfen, wie er umgesetzt werden kann. Angehörige können uns dabei wertvolle Einblicke in die Wünsche des Patienten geben, besonders wenn der Patient diese nicht mehr selbst klar äußern kann. Viele Menschen haben auch Rituale oder spezielle Vorlieben, die ihnen in ihren letzten Tagen Trost spenden: der Tagesablauf oder Musik, bestimmte Speisen, Gebete oder das Vorlesen aus einem Buch. Es ist weiterhin hilfreich, unsere eigenen Reaktionen auf die Wünsche des Sterbenden zu reflektieren, um zu verstehen, wie wir am besten auf die Bedürfnisse eingehen können, ohne dabei unsere eigenen Vorstellungen oder Ängste in den Vordergrund zu stellen.

Überwiegen Angst oder Zuversicht bei den von Ihnen begleiteten Sterbenden?

Das ist sehr schwer zu sagen. Oft stellt sich ein Gefühl der Müdigkeit ein, hervorgerufen durch die Ausweglosigkeit der Situation und die Ungewissheit, wann das Ende tatsächlich kommt. Eine wertvolle Orientierungshilfe ist mir auch die Theorie der fünf Sterbephasen der bekannten Psychiaterin und Pionierin der Nahtodforschung, Elisabeth Kübler-Ross. Die Phasen des Leugnens, der Wut, des Verhandels, der Depression und der Akzeptanz stellen dabei kein starr ablaufendes Modell dar. Vielmehr handelt es sich um eine allgemeine Richtschnur dafür, wie Menschen mit der Nachricht einer lebensbedrohlichen Krankheit oder des bevorstehenden Todes umgehen können.

Es ist nicht ungewöhnlich, dass Emotionen wie Traurigkeit, Verzweiflung, Wut und Frustration von Sterbenden zum Ausdruck gebracht werden. Menschen möchten in dieser Phase auch über ihre Ängste, Zweifel oder Hoffnungen sprechen. Es ist hilfreich, den Patienten zu ermutigen, all diese Gefühle auszudrücken, und sie dabei auch in ihrem Glauben zu bestärken, wenn das für sie wichtig ist. Manchmal möchten Sterbende auch einfach alleine sein. Dabei kann man dennoch Präsenz zeigen, indem man in Gedanken und Gebeten bei der Person ist. Es kann helfen, dem Sterbenden durch Angehörige oder das Pflegepersonal mitteilen zu lassen, dass man an ihn denkt und bereit ist, wenn er/sie mich sehen möchte. Die Bedürfnisse und Wünsche eines Sterbenden können sich schnell ändern, und was heute abgelehnt wird, kann morgen vielleicht willkommen sein. Es ist wichtig, dem Sterbenden zu vermitteln, dass du da bist, wenn er deine Anwesenheit wünscht, aber dass es auch völlig in Ordnung ist, wenn er Zeit für sich selbst braucht. Die Würde und Autonomie des Sterbenden stehen im Vordergrund.

Herzlichen Dank für das interessante Gespräch!

Michaela Glemser

Ambulanter Hospizdienst Sachsenheim

Good to know – wussten Sie schon, was für unterschiedliche Angebote wir anbieten?

Der ambulante Hospizdienst wäre nichts ohne die ehrenamtlichen Hospizbegleiter und Hospizbegleiterinnen, und so unterschiedlich, wie sie sind, so unterschiedlich sind auch unsere Angebote! Wir versuchen, uns auf den betroffenen Menschen und seine An- und Zugehörigen einzustellen und ihnen das zu geben, was sie benötigen. Meine Aufgabe als Koordinatorin ist unter anderem, dieses im Blick zu haben und die „passenden“ Ehrenamtlichen einzusetzen. Dazu führe ich selbst die Erstgespräche, um den Bedarf der Begleitung abzuklären, und ich bleibe immer im Kontakt mit den Ehrenamtlichen und ggf. auch den begleiteten Menschen. Auch kann ich unter anderem als Krankenschwester und Palliative Care Fachkraft palliative Beratung anbieten.

Doch welche konkreten Aspekte beinhaltet eine Begleitung noch?

- 1. Emotionale Unterstützung:** Gespräche zur emotionalen Entlastung, denn oft gibt es kaum andere Menschen zum Reden.
- 2. Verbesserung der Lebensqualität:** Der betroffene Mensch entscheidet, was sein Wohlbefinden steigert, und das versuchen wir umzusetzen.
- 3. Verhinderung der sozialen Isolation:** Die Besuche können dazu beitragen, wieder mehr am Leben teilzuhaben. Dazu kommen vielleicht Spaziergänge, mit dem Rollstuhl nach draußen gehen o. ä. .
- 4. Entlastung von Angehörigen:** Angehörige können sich ein paar Stunden um sich selbst kümmern, wenn wir da sind. Die Ehrenamtlichen geben oft Sicherheit in schwierigen Situationen und können zur Seite stehen. Wir übernehmen allerdings keine pflegerischen Tätigkeiten.
- 5. Vermittlung von Hilfsangeboten:** Wir sind mit anderen Diensten vernetzt und können auch weitere Unterstützung vermitteln.
- 6. Kreative Angebote:** Zum Beispiel Einsatz von Musik oder Kunst, Teilen eines Hobbies...
- 7. Spirituelle Begleitung:** Gespräche, Gebete, Musik, Singen, Vorlesen, je nach Glaubensrichtung des Menschen.

Unser Angebot gilt allen Stadtteilen Sachsenheims sowie dem Pflegeheim „Haus am Schloßlesbrunn“ in Sersheim. **Falls Sie Hilfe benötigen oder wenn Sie Interesse an einer ehrenamtlichen Mitarbeit haben, dürfen Sie sich sehr gerne bei mir melden. Wir freuen uns auf Sie!**

Kontakt unter Handy-Nr.: 0172/8296235 oder E-Mail: hospiz@sozialstation-sachsenheim.de
Christine Burkhardt

Koordinatorin des ambulanten Hospizdienstes,
Kirchliche Sozialstation Sachsenheim