

Händchenhalten mit Heiligenschein

– Sterbebegleitung zwischen Mythos und Wirklichkeit

Einen sterbenden Menschen bis an sein Ende zu begleiten, ist eine verantwortungsvolle Aufgabe. Eine Aufgabe, die viel Mut und Selbstvertrauen fordert. Oft sind es Angehörige und Freunde, die bis zum Schluss da sind, wenn ein Menschenleben zu Ende geht. In vielen Fällen sind es aber auch Pflegekräfte oder ehrenamtliche Sterbebegleiter. Viele haben beim Gedanken an dieses Ehrenamt sofort das Bild von jemandem vor Augen, der am Sterbebett sitzt, die Hand des Sterbenden hält; einfach nur da ist und nichts weiter tut, als nah zu sein. Doch dieses Bild ist unvollkommen. Dass es dennoch so weit verbreitet ist, liegt daran, dass Sterbebegleitung weitgehend ein Tabu-Thema ist. Viele Menschen reden nicht gerne über die Themen „Sterben“ und „Tod“, da sie sich davor fürchten. Fruchtbarer Boden für kleinere und größere Mythen ...

Mythos eins: „Leben und Sterben sind unvereinbare Gegensätze“

Seit inzwischen mehr als 50 Jahren versuchen Menschen der Hospizbewegung das scheinbar Unmögliche möglich zu machen: Sie wollen das Sterben ins Leben integrieren. Das bedeutet: Sie versuchen, Tod und Sterben ins öffentliche Bewusstsein zu integrieren und den Menschen damit die Angst vor der eigenen Vergänglichkeit zu nehmen. Auch wenn jeder weiß, dass wir alle irgendwann



Foto: Albrecht E. Arnold / pixelio.de

sterben müssen, ist dieses Thema für viele Menschen nach wie vor tabu und mit Scham und Ängsten verbunden. Wie wichtig es ist, darüber zu sprechen, wissen Menschen, die es geschafft haben, den Tod Teil ihres Lebens werden zu lassen. Durch die ständige Begegnung mit Sterbenden ist ihnen jederzeit bewusst, dass es auch für sie irgendwann vorbei sein wird. Menschen, die offen in diesem Bewusstsein leben, haben meist ein besonderes Lebensbewusstsein und

wissen darum, wie wertvoll jeder Augenblick ist. Auch „kleiner gedacht“ hilft der offene Austausch über Sterben und Tod – zum Beispiel wenn es darum geht, mit Angehörigen zu besprechen, was man sich für sein Sterben und seinen Tod wünschen würde.

Beispiel: Susanne Peltzer

So berichtet beispielsweise die Bestatterin Susanne Peltzer, dass sie sich bis zum Tod ihrer Mutter nie mit dem Sterben auseinander gesetzt hatte. Ihre krebskranke Mutter beschäftigte sich jedoch vor ihrem Tod intensiv damit, was ist, wenn sie nicht mehr da ist. Sie hatte eine Selbsthilfegruppe gegründet und sich Gedanken um ihre Beerdigung gemacht. Erst nach ihrem Tod wurde Susanne Peltzer bewusst, welchen Gefallen ihre Mutter ihr damit getan hatte: Sie hatte die Chance bekommen, sich von ihr zu verabschieden und darüber hinaus das Bewusstsein, dass die Beerdigung ihrer Mutter gefallen hätte. Durch diese Erfahrung kam Susanne Peltzer darauf, eine Ausbildung zur Bestatterin zu machen und kann sich inzwischen keinen schöneren Beruf mehr für sich selbst vorstellen. So wichtig und befriedigend empfindet sie ihre Aufgabe, anderen zu helfen, Abschied von geliebten Menschen zu nehmen.

Mythos zwei: „Sterbebegleiter bringen Opfer für die Personen, die sie betreuen.“

So seltsam es scheinen mag, dass Bestatter ein erfüllender Beruf sein kann, so wenig können viele daran glauben, dass Sterbebegleiter ein sehr bereicherndes Ehrenamt sein kann. Viele stellen sich unwillkürlich die Frage, was einen Menschen dazu bewegt, jemanden, den man bis dahin nicht einmal gekannt hat, ausgerechnet auf seinem letzten Weg zu begleiten. Sterbebegleiter beschreiten Wege außerhalb der geläufigen Pfade. Und weil die Gesellschaft Menschen, die diese Wege gehen, oft nicht versteht, aber ihr aufopferungsvolles Engagement bewundert, versieht sie sie mit einer Art Heiligschein und mystifiziert dieses Ehrenamt. So kommt es, dass Sterbebegleitung in der öffentlichen Vorstellung fast übermenschlich und unangreifbar erscheint.

Doch wer einmal solch ein Amt ausführt, merkt schnell, dass die Welt der Todkranken keine andere ist als die eigene; und dass sich der Tod weder aus der Welt noch aus der Gesellschaft verdrängen lässt. Sterbebegleiter wissen besser als jeder Andere, dass einerseits die meisten Menschen, die sterben, auch einmal gesund waren und ein unbekümmertes Leben hatten. Andererseits ist ihnen klar, dass jeder zu jedem Zeitpunkt schwer krank werden kann. Sterbebegleiter lernen schnell, dass sie ihre Sache nur dann gut machen können, wenn sie sie auch für sich selbst tun. Es geht nicht allein darum, einem Sterbenden nah zu sein und Aufgaben für ihn zu erledigen. Sondern auch darum, aus dem Kontakt mit dem Sterbenden für sich selbst und das eigene Leben zu lernen. Das mag egoistisch und selbstbezogen klingen, ist aber tatsächlich die wirkungsvollste Herangehensweise. Es geht viel mehr darum, ein Stück weit Leben zu teilen – als nur Leid zu bemitleiden. Freiwillige Sterbebegleitende berichten immer wieder, dass ihr Ehrenamt ihnen deutlich macht, wie kostbar das Leben ist und dass es Dinge gibt, die man nicht mit Geld kaufen kann. Sie opfern ihre Zeit und werden dafür beschenkt mit Vertrauen, das die Kranken und ihre Angehörigen ihnen entgegen bringen. Sie lernen, wie wichtig soziale Beziehungen sind und sammeln dabei auch wertvolle Erfahrungen für ihre eigenen Freundschaften.

Nur wenn es den Sterbebegleitern gelingt, selbst von ihrem Engagement zu profitieren, können sie Kraft aus ihrer Arbeit schöpfen und diese Kraft auch wieder an die Sterbenden und ihre Angehörigen zurückgeben.

Beispiel: Frau Stricker*, ihre Begleiterin und ein todkrankes Baby Paul

Wie wichtig es ist, seine eigenen Grenzen zu kennen, zeigt die Geschichte einer Sterbebegleiterin, die Frau Stricker und ihr todkrankes Baby betreute. Frau Strickers Sohn Paul war mit einem Herzfehler zur Welt gekommen, den die Ärzte bereits kurz nach seiner Geburt operiert hatten. Dennoch hatte Paul immer wieder Schmerzen und starke gesundheitliche Probleme, die so gravierend waren, dass die Ärzte die Hoffnung auf Heilung aufgaben. Frau Stricker durfte ihren Sohn mit nach Hause nehmen, um sich dort bis zu seinem Tod um ihn zu kümmern. Eine Begleiterin eines mobilen Hospizdienstes kam die beiden regelmäßig besuchen, um Frau Stricker beizustehen. Pauls Zustand verschlechterte sich und er geriet immer wieder in lebensbedrohliche Situationen. Frau Stricker klammerte sich fest an die Hoffnung, dass ihr Kind es doch schaffen könnte. Die Sterbebegleiterin hatte Verständnis für Frau Stricker, sah jedoch auch, dass das Leiden des Kindes immer schlimmer wurde und versuchte, Frau Stricker vorsichtig darauf anzusprechen. Die Mutter wollte aber nicht an die Sterblichkeit ihres Kindes erinnert werden und blockte das Gespräch sofort ab. Allem Mitgefühl und Verständnis zum Trotz sah sich die Begleiterin in einer Zwickmühle. Sie konnte das Leid des Kindes und die Uneinsichtigkeit der Mutter nicht weiter ertragen und brach die Begleitung daraufhin ab.

Mythos drei: „Sterbebegleitung bedeutet einfach nur da sein.“

Häufig geht es bei der Begleitung Sterbender gar nicht in erster Linie darum, Zeit mit dem Sterbenden zu verbringen. Sondern darum, die Angehörigen zu entlasten, damit diese Zeit mit dem Sterbenden verbringen können. Es ist wichtig für Sterbebegleiter, dass sie sich nicht für die wichtigsten Bezugspersonen des Sterbenden halten. Manchmal werden sie das – aber wo noch Angehörige da sind, helfen Ehrenamtler oft viel mehr, wenn sie diese entlasten als wenn sie, dem Klischee-Bild entsprechend, händchenhaltend am Sterbebett sitzen. Diese Entlastung kann vieles bedeuten: von Einkäufen über Behördengänge bis zu medizinischen Abstimmungen.

Beispiel: Marc*

Marc, zehn Jahre alt, hatte ein Neuroblastom, einen Tumor an den Nervenenden. Mehr als zwei Jahre dauerte seine schwere Krankheit, in der Hospizbegleiter für ihn und vor allem auch für seine Familie da waren. Da seine Eltern Sozialhilfe empfangen, hatte Marcs Mutter nicht genug Geld, um die häufigen Fahrten ins Krankenhaus zu bezahlen. Der Hospizdienst half mit einem Fahrdienst aus und verhandelte so lange mit dem Sozialamt, bis die Fahrtkosten übernommen wurden. Die Sterbebegleiter kümmerten sich auch um Marcs vier Geschwister. Die Kinder waren in dieser Zeit zu so genannten „Schattenkindern“ geworden, weil ihre Eltern nur noch wenig Zeit für sie hatten. Auch nachdem Marc im Krankenhaus gestorben war, brach der Kontakt zwischen der Familie und den Freiwilligen nicht ab.

Manchmal helfen Ehrenamtler sogar in dem sie Dinge tun, die erst einmal seltsam erscheinen. Im Falle von Marc z.B.:

Kurz vor seinem Tod feierte Marc noch einmal Geburtstag. Sein größter Wunsch war ein teures Paar Marken-Turnschuhe. Eine Ehrenamtlerin hatte sie mit ihm ausgesucht und gekauft. Nach Marcs Tod brauchte die Familie Geld für die Bestattung. Die Turnschuhe waren noch kaum getragen – die Ehrenamtlerin brachte sie in den Laden zurück und tauschte sie um, damit die Familie das Geld zurückbekam.

Mythos vier: „Sterbebegleiter kennen weder Scham noch Ekel.“

Bei besonders brutalen Krankheitsbildern oder etwa auch verwahrlosten Sterbenden können auch Sterbebegleiter an ihre Grenzen stoßen. Auch sie können nicht alle Situationen auf Dauer ertragen – und brauchen manchmal Abstand. Sie müssen unterscheiden zwischen gern und liebevoll geleisteter Hilfe und Situationen, die sie überfordern. Denn auch Menschen, die gerne helfen, sind nicht freigesprochen von Empfindungen wie Ekel und Scham.

Beispiel: Herr Pawel*

Herr Pawel hatte keine Angehörigen mehr und war in einem Hospiz untergebracht. Mehrere Sterbebegleiter verbrachten viel Zeit mit ihm. Sie besuchten ihn regelmäßig und gingen gemeinsam in sich abwechselnden Teams mit ihm spazieren. Ein Helfer musste im Fall von Herrn Pawel von der Begleitung zurücktreten, da ihm die Aufgabe zu schwer fiel. Herr Pawel hatte Tumore am Kopf, die ihn verunstalteten und übel riechend aufgingen.

Mythos fünf: „Die Hospizbewegung ist eine Erfolgsgeschichte.“

Die Zahl der ambulanten Hospizdienste ist in den vergangenen Jahren gestiegen. Laut Schätzungen des Deutschen Hospiz- und Palliativverbandes gibt es in Deutschland etwa 80.000 Ehrenamtliche in diesem Bereich. Eine Erfolgsgeschichte, könnte man meinen. Doch immer wieder geraten die Ehrenamtlichen in Problemsituationen. Da sie, im Vergleich zu Ärzten und Krankenpflegern, meist keine professionelle Ausbildung in diesem Bereich haben und ihre Arbeit zudem noch unbezahlt ist, stehen sie in der Hierarchie des Pflegesystems auf der untersten Stufe. Ihre Arbeit droht, im Schatten der professionellen Pflegedienste, als laienhaft abgewertet zu werden. Zugleich besteht die Gefahr, dass Ehrenamtliche pflegerische Aufgaben übernehmen, für die sie nicht qualifiziert sind. Auch wenn sie nur Leiden mildern wollen, sollten sie sich stets an den Grundsatz halten, dass ihr Engagement zwar in professionelle Dienstleistungen eingebunden ist, aber in keinem Fall bezahlte Arbeit ersetzt. Das bedeutet konkret, dass sie keinerlei pflegerische und medizinische Maßnahmen ergreifen dürfen. Für diese braucht es ausgebildete Pflegekräfte. Doch in Deutschland herrscht in der Alten-, Gesundheits- und Krankenpflege ein Fachkräftemangel. Deshalb fühlen sich Ehrenamtler immer wieder gezwungen, Hilfen zu übernehmen, für die sie nicht ausgebildet sind.

*Namen geändert.