

# „Mit Sterbenden natürlich umgehen“

Nachbar, Freund, Familienmitglied: Für die Begleitung Sterbender bietet Auxilium „Letzte-Hilfe-Kurse“ an



Foto: Photographee.eu - stock.adobe.com

**WIESBADEN.** Das Thema Tod aus der Tabu-Ecke holen, den Umgang mit Sterbenden erleichtern: Der Wiesbadener Hospizverein „Auxilium“ bietet seit 2017 regelmäßig „Letzte-Hilfe-Kurse“ an. Analog zu „Erste-Hilfe-Kursen“ soll gelernt und geübt werden, was in den letzten Momenten des Lebens wichtig ist, und wo man sich Hilfe holen kann. Michael Strauß und Andrea Weyand haben beide als Palliativfachpflegekräfte und Koordinatoren bei Auxilium viel Erfahrung mit dem Thema und halten auch selber Kurse ab.

## INTERVIEW

**Frau Weyand, Herr Strauß, was ist die Idee eines „Letzte-Hilfe-Kurses“?**

Strauß: Wir haben den Umgang mit dem Sterben und sterbenden Menschen verlernt. In den vergangenen Jahrzehnten wurde vor allem in Krankenhäusern gestorben. Deshalb fühlen wir uns oft unsicher, wenn es um die Begleitung und den Umgang mit einem Sterbenden geht. Früher wurde viel mehr daheim gestorben, was das Thema ganz praktisch im persönlichen Umfeld präsenter machte. Unser Erfahrungswissen in der Gesellschaft ist verloren gegangen. Die Kurse sollen Hilfestellungen geben, aber auch dieses Wissen in die Gesellschaft zurückbringen.

**Was lernen die Teilnehmer?**

Strauß: Der Sterbeprozess verläuft natürlich bei jedem Men-

schen individuell. Die Fragen im Umfeld eines Sterbenden – ob direkter Angehöriger, Freund oder Nachbar – ähneln sich aber häufig. Die Kurse sind in vier Module unterteilt: Sterben als Teil des Lebens, Vorsorgen und Entscheiden, Körperliche, psychische und soziale existenzielle Nöte lindern sowie Abschiednehmen. Vermittelt werden sollen Basiswissen, Orientierung und einfache Handgriffe. Es geht nicht so sehr um den medizinischen Aspekt, sondern darum, was wir selber tun können. Die zwischenmenschliche Kraft der Sterbebegleitung.



chen, ist das völlig in Ordnung.

**Warum werden die Kurse nicht in Ihren Räumen, sondern bei den Volkshochschulen und Bildungswerken angeboten?**

Weyand: Das sind neutrale Orte. Sie sind nicht so thematisch belastet, wie die Räume eines Hospizvereins. Der schwierigste Schritt ist für die Teilnehmer in der Regel, sich überhaupt für einen Letzte-Hilfe-Kurs anzumelden und sich dem Thema zu stellen. Für viele ist der Austausch in der Gruppe sehr wichtig, um die Angst zu nehmen, gemeinsam zu lachen und zu bemerken: anderen

geht es genauso wie mir – oder gar noch schlechter. Es geht natürlich auch um die Weitergabe von Erfahrungen. Beispielsweise hatten wir mal eine Teilnehmerin, deren 19-jähriger Sohn bei einem Autounfall schwer verletzt wurde und anschließend im Koma lag. Erst im Krankenhaus wurde ihr klar, dass sie rechtlich keinen Anspruch auf Auskunft und Mit-

sprache bei der Behandlung hat – spätestens da wurde allen Kursteilnehmern klar, wie wichtig Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht sind.

**Kommen nur direkt Betroffene in die Kurse?**

Weyand: Nein. Einige, die die Erfahrung schon hinter sich haben, möchten sich rückversichern: Habe ich das alles richtig gemacht? Natürlich nehmen aber auch akut Betroffene teil. Beispielsweise hatten wir mal ein Mutter-Tochter-Gespann. Die Mutter hat den Vater gepflegt, die Tochter ihr todkrankes Kind. Sie haben sich gegenseitig gestützt und auch vielen anderen Teilnehmern Mut gemacht. Wenn jemand sterbenskrank ist oder altersbedingt am Lebensende angekommen ist, haben viele Menschen Schwierigkeiten und Unsicherheiten, damit umzugehen.

**Woran liegt das? Ist der Tod doch immer weniger ein Tabuthema?**

Strauß: Zwar wird mittlerweile viel mehr über den Tod gesprochen, aber ganz konkret damit umzugehen, fällt häufig dann doch schwer. Sie haben

Angst, etwas im Umgang mit dem Sterbenden oder den Angehörigen falsch zu machen. Aus dieser Angst heraus distanzieren sich Freunde und Bekannte, trauen sich beispielsweise nicht mehr, anzurufen. Dabei geht es doch häufig gar nicht darum, über das Sterben zu reden, sondern über das Leben!

Das Interview führte Nele Leubner.

## KURSE

► Die zertifizierten „Letzte-Hilfe-Kurse“ des Palliativmediziners und Notarzt Dr. Georg Bollig aus Schleswig werden deutschlandweit angeboten. Der Kurs umfasst vier Module, die immer an zwei Abenden oder einem Vormittag angeboten werden. Auxilium hat als ausgebildete Kursleiter drei Fachkräfte und vier Ehrenamtliche im Einsatz, die immer im Duo einen Kurs leiten. Alle Informationen über den Hospizverein Auxilium unter: [www.hvwa.de](http://www.hvwa.de).

► Letzte-Hilfe-Kurse 2020: Volkshochschule/Europaviertel Do 30.1 + Do 6.2. von 19 bis 21 Uhr, Do 15.9. + Do 17.9. von 19 bis 21 Uhr

► Volksbildungswerk Dotzheim: Do 12.3. + Do 19.3. von 18.30 bis 20.45 Uhr

► Volkshochschule AKK, Kaster Bürgerhaus: Di 10.3. + Di 17.3. von 18 bis 20 Uhr

► Nachbarschaftshaus Biebrich: Do 13.2. + Do 20.2. von 18 bis 20 Uhr.



Andrea Weyand  
Foto: Anke Kristina Schaefer



Michael Strauß  
Foto: Jost-G. Thorau