

WEGBEGLEITER

HOSPIZVEREIN WIESBADEN AUXILIUM E.V. | NR. 33 | HERBST 2022



TITELTHEMA

**Fragen nach
dem Sinn**

AUS DEM VEREIN

**Ehrenamtliche
Hospizbegleitung**

Termine

Erfahrungsbericht

TITELTHEMA: SINNFRAGEN



4

Fragen nach dem Sinn

Carmen Kloft

6

Die Kunst des Kondolierens

Dipl.-Psych.

Monika Müller-Hermann

8

Todeswunsch

Dr. med. Thomas Nolte

10

Unbeschwert losgelassenInterview von Jörg Schmidt
mit Sybille Eulert

13

Keine Patientenverfügung?

Gerhard Helm

14

Hilfe bei Suizidgedanken

Ruth Reinhart-Vatter

16

Buchtipp:**Nachruf auf mich selber**

Karl Georg Mages

17

Filmtipp:**Wer wir gewesen sein werden**

Peter Schneider



AUS DEM VEREIN

18

Ehrung der Jubilare

Ehrenamtliche Hospizbegleitung

19

AUXILIUM-Stiftung Marianne Kahn

20

**Kurse, Angebote,
Veranstaltungen**

22

Auf einer Langstrecke

Agnes Brinkert

23

Mitglieder im Portrait:**Angelika Groth**

24

AUXILIUM kurzgefasst**Gedicht****Spendenaufruf**

AUXILIUM

mit Unterstützung der
AUXILIUM Stiftung Marianne Kahn**IMPRESSUM****Herausgeber:** Hospizverein Wiesbaden Auxilium e. V. · Der Wegbegleiter erscheint zweimal jährlich. **V. i. S. d. P.:** Vorstand · **Redaktion:** Herbert Breinich, Gerhard Helm, Wolfgang Kunath, Karl Georg Mages, Gudrun Pfundt, Ruth Reinhart-Vatter, Sabine Storm.**Gestaltung und Produktion:** Q, Wiesbaden, www.q-gmbh.de**KONTAKT**Hospizverein Wiesbaden Auxilium e. V.
Luisenstraße 26 · 65185 Wiesbaden
Telefon 06 11-40 80 80 · www.hvwa.de
info@hospizverein-auxilium.de
facebook.com/auxiliumwiesbaden

Liebe Mitglieder, Freund*innen und Unterstützer*innen von AUXILIUM!

Auf die vergangenen Monate zurückblickend freue ich mich besonders darüber, dass der diesjährige Ehrenamtstag bei strahlend blauem Himmel auf Schloss Freudenberg stattfinden konnte. Ich habe es sehr genossen, viele einmal wieder in entspannter Atmosphäre persönlich zu treffen. Hoffentlich sehen wir uns bei der für den 12. Dezember 2022 geplanten Adventsbegegnung wieder.

Wie im letzten Wegbegleiter bereits angesprochen: Der neu gewählte Vereinsvorstand hat sich zum Ziel gesetzt, die Kernkompetenzen von AUXILIUM – die Hospizarbeit und Trauerbegleitung – auszubauen



und dadurch den Verein für die Herausforderungen der nächsten Jahre zu stärken. Unserer Meinung nach gehört dazu auch, dass wir junge Menschen für ein Engagement in der Hospizarbeit gewinnen. Dies soll in erster Linie mit Hilfe neuer Medien erfolgen.

Als weiteres, drittes Standbein sehen wir Beratungen zu relevanten Themen

wie Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht. Bereits jetzt gibt es dazu regelmäßig Anfragen, die von den erfahrenen Kolleginnen und Kollegen kompetent beantwortet werden.

Wenn ich mit Ihnen ins Gespräch komme, wird mir immer wieder klar, dass es neben dem großen Engagement auch einen reichen Schatz an Erfahrungen und Wissen gibt, mit dem Sie AUXILIUM unterstützen und bereichern können. Daher möchte ich auf diesem Wege die Gelegenheit nutzen, Sie weiterhin um Ihre Unterstützung zu bitten – nicht nur in der hospizlichen Begleitung.

Zusammen machen wir AUXILIUM stark für die Zukunft!

Ihre *Birgit Menne*
Birgit Menne
Vorstandsvorsitzende

Editorial

Sinnfragen begleiten uns ein Leben lang. Je nach Lebenssituation, je nachdem, was wir erleben und uns widerfährt, wem wir begegnen und womit wir uns beschäftigen, werden wir den Sinn anders verstehen, andere Schwerpunkte setzen – und vielleicht unseren Sinn auch neu definieren.

Die Logotherapeutin Carmen Kloft beschreibt, wie wichtig – sinnstiftend – es für Menschen am Lebensende ist, auf ein sinnerfülltes, gutes, gelebtes Leben zurückblicken zu können und sich mit dem zu versöhnen, was nicht gelungen ist, versäumt oder erlitten wurde. Berührende, intensive, wertvolle letzte Gespräche bereichern auch das Leben der Begleitenden.

Wie wichtig eine tragfähige Verbindung zu einem sterbenden Menschen oder einem Menschen ist, der einen Suizid erwägt, erfährt auch der Palliativmediziner Thomas Nolte. Und die Psychologin Monika Herrmann-Müller beschreibt, wie ich trauernden Menschen begegnen kann.

Menschen in suizidalen Krisen können Hilfe finden, für Trauernde gibt es Begleitung, AGUS betreut Menschen, die einen Suizid erlebt haben – Angehörige, die einen assistierten Suizid erfahren haben, finden aber manchmal nur schwer einen Ort, wo sie in Geborgenheit ihre Trauer leben können.

Ihr Redaktionsteam
Wegbegleiter AUXILIUM

Was dem eigenen Leben Sinn und Erfüllung bieten kann, ist anderen etwas zu geben und füreinander einzutreten.

Richard von Weizsäcker

Wir versuchen, den Sinn des Lebens zu ergründen, und vergessen oft dabei, dem Leben einen Sinn zu geben.

Franz Kern

Die beiden wichtigsten Tage deines Lebens sind der Tag an dem du geboren wurdest, und der Tag, an dem du herausfindest, warum.

Mark Twain

Fragen nach dem Sinn

Was Menschen in der letzten Lebensphase häufig bewegt
und wie wir sie dabei begleiten können

Ich möchte Sie einladen, mit mir von der folgenden wohlwollenden Annahme auszugehen: Die meisten Menschen möchten am Ende ihres Lebens (zu sich) sagen, dass ihr Leben zu etwas gut war, dass es – wenn auch vielfach nicht einfach – so doch mit all seinen glücklichen Momenten, liebevollen Beziehungen, besonderen Ereignissen und wahrscheinlich auch Zumutungen, Krisen und vielleicht Verletzungen, insgesamt wert war, gelebt zu werden

Die Frage, wie wir sinn-erfüllt leben können, begleitet uns ein Leben lang, bleibt meist im Hintergrund und taucht häufiger in Krisen oder Entscheidungssituationen auf. In der Hospizbegleitung sollten wir darauf eingestellt sein, dass die Frage, ob das eigene Leben einen Sinn hatte, den von uns begleiteten Menschen innerlich beschäftigt – auch wenn es äußerlich kaum oder nur als „Unruhe“ wahrnehmbar ist.

Im Folgenden möchte ich auf einige Sinn-Themen – oder besser gesagt: Sinn-Herausforderungen – eingehen, die mir in der Begleitung von Menschen in der letzten Lebensphase begegnen. Meine Leitlinie ist dabei die Logotherapie nach Viktor Frankl, die Menschen dabei unterstützt, für ihre konkrete Lebenssituation eine Antwort zu finden, die sich an dem orientiert, was diesem Menschen besonders wertvoll und bedeutsam ist.

Für meine Hospizbegleitung bedeutet das zu allererst, dass ich versuche,

mich ganz darauf auszurichten, was für diesen Menschen, den ich begleite, in seiner letzten Lebensphase wichtig ist. Ich lasse meine Vorstellungen, was getan werden sollte, beiseite und versuche, in der Begegnung zu erfragen und zu erspüren, was jetzt in diesem Moment für den Menschen, den ich besuche, ansteht. Das kann sehr unterschiedlich sein: Zum Beispiel gemeinsam ein Fotoalbum anschauen, um nochmal das gelebte Leben, die eigene Geschichte zu würdigen. Aufmerksam zuhören, um aktuelle Sorgen zu teilen oder unerledigten alten Themen Raum zu geben. Oder manchmal „nur“ in Stille da sein, weil Sprechen nicht mehr möglich ist ...

„Wer einen anderen begleitet und ihm zuhört, wird bisweilen, von seinem Gegenüber unbemerkt, selbst zum Wesentlichen geführt.“
– Frère Roger

Vom Aufbruch zum Abschied

Beate Jung-Henkel, Vorsitzende des Ökumenischen Hospiz-Dienstes

Rheingau, hat es im Wegbegleiter (Nr. 26, 2019) deutlich formuliert:

„Wir wissen alle um die abstrakte Wahrheit der Endlichkeit des Lebens, aber in der letzten Lebensphase beginnt die Seele zu begreifen, dass Sterben für mich persönlich zur konkreten Realität wird.“ Sinnerfülltes Leben geschieht nun nicht mehr durch Gestalten von Zukunft, sondern in der letzten Lebensphase geht es darum, im Rückblick eine Haltung zum eigenen Leben zu finden, und um die Frage, mit welchem Gesamtgefühl ich mich von meinem Leben verabschieden werde.

In den Hospizbegleitungen spielen das wiederholende Erzählen aus der Lebensgeschichte und das wertschätzende Zuhören häufig eine sehr wichtige Rolle.

„Leben kann man nur vorwärts, das Leben verstehen nur rückwärts“
– Søren Kierkegaard

Beim Erzählen wird dem Erlebten und Geleisteten noch einmal Bedeutung verliehen, dem Reichtum des Lebens in der Erinnerung noch einmal nachgespürt. Wertschätzung und Würdigung dessen, was und wie es gewesen ist. Auch Versäumtem, Misslungenem und Erlittenem einen Platz geben – im besten Falle sich damit versöhnen, dass es so war. Auch schlimme Erlebnisse von Krieg und Verlusten kommen häufig zur Sprache, weil im früheren betriebenen Alltag dafür kein Platz war



oder der Betreffende seine Nächsten damit nicht belasten will.

Als Hospizbegleiterin höre ich zu, nehme auf, gebe – wenn angebracht – Resonanz und bin manchmal auch Zeugin von Un-erhörtem. Eine bettlägerige Patientin sagte einmal zu mir „Wenn Sie da sind, muss ich nicht wie sonst gegen die Wand sprechen – da kommt einfach nichts zurück“.

Das gelebte Leben ist nicht mehr änderbar, aber wie jemand darauf schaut und es für sich bewertet, liegt – aus Sicht der Logotherapie – in der Freiheit des Menschen. Deshalb ist Zeit- und Raumgeben für die erzählende Auseinandersetzung mit der eigenen Lebensgeschichte und die Anteilnahme daran, wie jemand sein Leben gemeistert hat, unterstützend, um am Ende seelischen Frieden finden zu können.

„Versöhnung heißt, den Wunsch, eine bessere Vergangenheit gehabt zu haben, fahren zu lassen.“
– Anne Lamott (übersetzt)

Ein Patient, der seine Frau und einen seiner Söhne verloren hatte, was häufig Thema unserer Gespräche war, sagte: „Dass ich die beiden so

von mir geliebten Menschen verloren habe, hat sehr geschmerzt, aber ich bin sehr dankbar, dass ich sie hatte. Wenn Gott mich heute rufen würde, würde ich trotz allem zufrieden gehen können.“

Nicht selten hat ein Patient noch einen Wunsch der Art „Ich würde gerne noch einmal ...“. Das kann scheinbar ganz unspektakulär sein, wie der Wunsch einer Patientin, noch einmal in einem bestimmten Café zu sitzen, wo sie häufig sonntags nach der Wanderung mit ihrem Mann einkehrte; kann aber auch tiefe Wunden berühren, wie noch einmal das entfernt liegende Grab eines nahestehenden Menschen zu besuchen. Meist geht es darum, sich noch einmal mit wichtigen Orten und Menschen verbunden zu fühlen, sich von der Schönheit und den Geschenken des Lebens berühren zu lassen, sich zu vergewissern, dass es das gab – um dann besser loslassen zu können.

In der Begleitung von Menschen in der letzten Lebensphase sollten wir schließlich darauf gefasst sein, mit existenziellen Fragen konfrontiert zu werden: Warum gibt es uns? Existiert Gott? Was ist nach dem Tod?

Meines Erachtens kommt es nicht darauf an, fertige Antworten für das ohnehin Unbeantwortbare parat zu haben, sondern darauf, aushalten zu können, dass diese Fragen plötzlich im Raum stehen, und eine mitsprechende Gesprächspartnerin zu sein. Mit auf Suche zu gehen bedeutet zum einen, selbst jemand zu sein, der/die angesichts der eigenen Endlichkeit um Antworten ringt, und zum anderen, auf den Spuren des Begleiteten mit zu gehen: Welche Bilder hat der andere? Welche (religiöse) Prägungen, Zweifel, Vermutungen? Worauf hofft der andere am Ende ...

Der Regisseur Christoph Schlingensiefel bezeichnete sein Tagebuch über seine Krebserkrankung als „Dokument gegen die Sprachlosigkeit des Sterbens“. Als Hospizbegleiter/innen können wir eine wichtige Stütze sein, wenn jemand am Ende seines Lebens die drängenden Fragen und Themen noch einmal aus-, quasi: aus sich heraus sprechen möchte. ■

Carmen Kloft

Literaturempfehlungen

Frankl, Viktor E.: ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Kösel, München 2009, ISBN 978-3-466-36859-4

Riemeyer, Jörg: Die Logotherapie Viktor Frankls und ihre Weiterentwicklungen. Eine Einführung in die sinnorientierte Psychotherapie, Hogrefe, Göttingen 2007, ISBN: 978-3-456-94448-7

ZUR PERSON

Carmen Kloft,
Psychologin und
Logotherapeutin
(sinnorientierte
Beratung) ist
seit 2017 als
ehrenamtliche
Hospizbegleiterin bei AUXILIUM tätig.



Die Kunst des Kondolierens

Wegschauen oder zuwenden? Wie man trauernden Menschen richtig begegnet.

Was sage ich Menschen, die gerade einen Angehörigen verloren haben? Wie verhalte ich mich, wenn ich auf der Straße Bekannte treffe, die in Trauer sind? Weiche ich aus auf die andere Straßenseite? Flüchte ich im Supermarkt vor das Gemüseregal, um nicht mit der trauernden Nachbarin zusammenzutreffen? Vermeide ich den Blickkontakt mit den Nachbarn, die gerade einen Verlust erlitten haben?

Trauernde berichten immer wieder, dass sie erleben, wie Menschen ihnen ausweichen, weil sie nicht wissen, was sie sagen sollen.

Vor etwa 20 Jahren begann ich in der Hospizarbeit. Ich hatte vorher einen Pflegedienst geleitet und übernahm direkt nach dem Psychologiestudium eine kleine Hospizgruppe. Meine Vorgängerin hatte mir ein Skript mit vier Entwürfen für Beileidsschreiben hinterlassen. Ich war ihr sehr dankbar dafür. In der Leitung der Hospizgruppe habe ich im Laufe der Zeit zwischen 50 und 80 Beileidsschreiben pro Jahr verfasst. Denn immer wieder riefen Menschen bei uns in der Hospizgruppe an, um uns mitzuteilen, dass ein naher Angehöriger entweder im Sterben liegt oder gerade gestorben war.

Wenn Sie beruflich oder ehrenamtlich mit Trauernden zu tun haben, ist es wichtig, dass Sie kondolieren können. Aber wie kondoliert man heutzutage? Sind die alten Formeln noch zeitgemäß? Heute halte ich regelmäßig Workshops, ich nenne

sie leicht ironisch „Kondolenz-training“, und so einen Workshop habe ich im Frühjahr auch bei AUXILIUM angeboten.

Was ist zu beachten beim mündlichen Kondolieren?

Der einzige Fehler, den man machen kann, ist nicht zu kondolieren!

Gehen Sie auf keinen Fall dem Trauernden aus dem Weg, auf die andere Straßenseite. Wegschauen ist keine Lösung. Es ist nicht schlimm, wenn jemand weint. Und wenn ich einen Trauernden frage, wie es ihm geht, dann sollte ich unbedingt mindestens zwanzig Minuten Zeit für das Gespräch einplanen.

Wie kondoliere ich mündlich? Sie können zum Beispiel sagen:

- Mein herzliches Beileid.
- Meine herzliche Anteilnahme.
- Das tut mir leid für dich. Ich bin in Gedanken bei dir und fühle mit dir ...

Wenn Sie Hilfe anbieten, bieten Sie nur die Hilfe an, die Sie auch

wirklich leisten können. Vermeiden Sie die Formulierung: „Du kannst mich jederzeit anrufen!“ Wir sind nicht die Telefonseelsorge, wir wollen nicht nachts um zwei Uhr aus dem Bett geklingelt werden. Und die wenigsten Menschen halten es aus, täglich angerufen zu werden.

Oft können Trauernde nicht selbst zum Telefonhörer greifen, wenn es ihnen schlecht geht. Viel hilfreicher ist es, dass Sie sich öfters bei dem oder der Trauernden melden. Bleiben Sie vorsichtig, taktvoll, liebe-



voll, zugewandt. Akzeptieren Sie ein Nein, wenn der oder die Trauernde sich gerade zurückziehen will. Bieten Sie dennoch immer wieder mal zu einem anderen Zeitpunkt einen Kontakt an. Denn oft ziehen sich Trauernde in der akuten Trauerphase zurück und wundern sich dann selber, dass zu einem späteren Zeitpunkt niemand mehr auf sie zugeht.

Was spricht für oder gegen die alten Trauerformeln?

Dafür spricht:

Viele Menschen erwarten es.
Im beruflichen Kontext eher passend.
Bei fremden Menschen passend.
Bei älteren Menschen vertraut.
Ein spezieller sprachlicher Marker für eine ganz besondere Situation.
Bevor ich gar nichts sage, lieber die Flucht in die Formel antreten!

Dagegen spricht:

Wirkt antiquiert, formelhaft, unpersönlich.

Im ganz engen Familienkontext eher nicht.

Bei jüngeren Menschen eher unpassend.

Meine eigene Formulierung zu finden kostet mehr Zeit, ist aber persönlicher.

Was gilt für Beileidsschreiben?

Auch wenn es schwerfällt, sollte man ein Kondolenzschreiben möglichst bald nach dem Erhalt der Todesnachricht verfassen.

Unterlassen Sie negative Bewertungen des Verstorbenen. Trauernde und pflegende Angehörige leiden meistens immens unter Schuldgefühlen. Tun Sie nichts, um diese zu verstärken! Loben Sie die Leistung der pflegenden Angehörigen, Trost und Mitgefühl sind ganz wichtig. Bei langer und schwerer Pflege löst der Tod des nahen Angehörigen auch widersprüchliche Gefühle wie Erleichterung aus. Das verstärkt erneut die Schuldgefühle.

Versuchen Sie auf keinen Fall, zu erklären, dass der Tod, der Verlust auch etwas Gutes hat. Das können Trauernde, wenn überhaupt, erst Jahre später erfassen. Und seien Sie vorsichtig mit konfessionellen, christlichen Trauerformeln oder Bibelzitat. In der heutigen säkularen Welt spricht das nur noch einen Teil der Trauernden an. Verwenden Sie christliche oder andere religiöse Bezüge nur, wenn Sie wissen, dass es zur trauernden Person passt.

Verwenden Sie beim Kondolieren keine Worthülsen wie „Du wirst schon sehen, das Leben geht weiter“. Diese Worte wollen die Trauernden jetzt ganz bestimmt nicht hören. Wir wissen zwar alle: Es ist richtig, dass nach der Trauerzeit wieder ein Licht am Ende des Tunnels zu sehen sein wird. Doch in der Kondolenz ist so eine Bemerkung völlig fehl am Platz.

Jeder Mensch hat seine ganz eigene Art, mit der Trauer umzugehen. Wir können nur begleiten und unterstützen.

Die Trauerzeit ist wichtig für die Seele. In dieser Zeit müssen Trauernde wieder zu sich finden. Für sie wird alles anders, sie müssen lernen, mit der Erinnerung weiterzuleben. Nur so können sie ein neues Leben beginnen – und trotzdem mit der verstorbenen Person verbunden bleiben. ■

Monika Müller-Herrmann

ZUR PERSON

**Dipl. Psych.
Monika Müller-
Herrmann,**
Trauerbegleiterin
(BVT), Psycho-
onkologin. Trauer-
Akademie und



Coaching in Frankfurt. Kontakt:
Telefon 0176-47 33 86 95 oder
monika.mueller-herrmann@gmx.de



Todeswunsch

Ein schwieriges Thema in der palliativen Situation

Todeswünsche sind oft Ausdruck der Not eines Menschen, so nicht weiterleben zu wollen. Da-sein, eine achtsame und liebevolle psychosoziale Betreuung und eine palliativmedizinische Unterstützung und das Aufzeigen von alternativen Möglichkeiten, können ein friedvolles Sterben ermöglichen und helfen einen Suizid zu vermeiden.

Laut Statistischem Bundesamt verstarben in Deutschland im Jahr 2020 rund 9200 Menschen durch Suizid. 30 Prozent waren mindestens 70 Jahre und älter. Das Zentrum für Qualität in der Pflege [www.zqp.de] geht davon aus, dass die Suizidrate in der Altersgruppe der über 70-Jährigen im Verhältnis zu der in der Gesamtbevölkerung überproportional hoch liegt. Lebensmüdigkeit und Suizidalität sollten auch im Alter als ein Ausdruck von Leid und Hilfsbedürftigkeit stets ernst genommen werden. Auch Konfliktsituationen wie unzureichende Pflege, Armut oder Einsamkeit können Suizidalität begünstigen. Bei allen Äußerungen von Sterbewünschen sind Aufmerksamkeit und Zuwendung bis hin zu professioneller Betreuung dringend geboten.

Todeswünsche und Suizide in der palliativen Situation sind dagegen sehr selten. Sie sind dadurch gekennzeichnet, dass schwerkranke Menschen bereits von einer Hausärztin, einem Hausarzt oder einem Palliativteam betreut werden. Mit

der Intensität der palliativen Versorgung wächst das Vertrauen der Patienten, in allen Fragen und Situationen kompetente Hilfe zu erhalten, einschließlich Gesprächen über Sterben und Tod. Dies erlaubt den Betroffenen, über ihr Lebensende nachzudenken und ihre Ängste direkt anzusprechen. Eingebunden in diese Gespräche sind immer die Zu- und Angehörigen, die ihren lieben Menschen auf diesem Weg begleiten wollen.

Aus meiner fast 30-jährigen Tätigkeit als Schmerz- und Palliativarzt möchte ich Ihnen von drei Schicksalen berichten, in denen ich als behandelnder Arzt mit Todeswünschen meiner Patienten*innen konfrontiert war:

Herr Franz K. war 90 Jahre alt geworden und hatte immer ein selbstbestimmtes Leben ohne Familie geführt. Durch einen schweren Sportunfall hatte er als Jugendlicher ein Bein verloren und litt seitdem unter chronischen Schmerzen, die ihn aber nicht davon abhielten, auf ein langes zufriedenes und erfülltes Leben zurückzublicken. Nach seinem Fest zum 90. Geburtstag be-

schloss er, sich das Leben zu nehmen. Er hatte von Dignitas die Zusage für einen letalen Medikamentencocktail und die Unterstützung seiner Nichte, die bei seinem Sterben anwesend sein wollte. Meine Einwände und der Hinweis auf seine Vitalität und seine nach wie vor große Selbstständigkeit konnten ihn nicht von seinem Plan abhalten. Sein Wunsch an mich war, für ihn im Falle von Komplikationen erreichbar zu sein und ihn auf jeden Fall dann nicht ins Krankenhaus einzuweisen. Die Fürsorgepflicht für Sterbende erlaubt es dem Arzt, Menschen nach ihren Vorstellungen sterben zu lassen.

Wenige Stunden nach der Einnahme der Medikamente verstarb Herr K. zu Hause. Sein Autonomiebedürfnis hatte ihm den Weg des assistierten Suizids gewiesen – aufrecht und unbeirrt trotz aller Einwände.

Frau Johanna S. war gerade berentet worden. Sie litt seit 18 Monaten unter amyotropher Lateralsklerose, einer zunehmenden Lähmung des gesamten Körpers. Als ich hinzugerufen wurde, war sie komplett bettlägerig, atmete mit Unterstützung einer Beatmungsmaske und eines Beatmungsgerätes, sie wurde über eine Ernährungssonde ernährt. Ihre Familie mit Ehemann und zwei Töchtern versorgten sie rund um die Uhr. Bereits beim Erstkontakt sagte sie mir, dass sie sterben möchte, dass ihre Situation für sie unerträglich wäre. Ihre Kinder berichteten, dass sie nie einem Beatmungsgerät und einer Ernäh-

rungssonde zugestimmt hätte, wenn sie geahnt hätte, was dies für sie bedeutete: nur eine für sie sinnlose Verlängerung ihres Leids. Im Familienrat besprachen wir die Möglichkeiten, ihr Leid zu lindern und dabei auch über eine Beendigung der Beatmung nachzudenken. Gemeinsam entschieden die Patientin und alle Familienangehörigen, dass das Gerät unter der Wirkung einer Schlafmedikation abgeschaltet werden sollte. Nach einer Bedenkzeit von einer Woche verstarb die Patientin ohne Not im Kreise der Familie. Die Tochter schaltete das Beatmungsgerät aus.

Schlafmittel vom Arzt und Abschalten eines lebenswichtigen Gerätes mit Todesfolge, und dann noch von der Tochter, ist das nicht aktive Sterbehilfe? Hierzu hat das Bundesverfassungsgericht im Jahr 2010 klar formuliert, dass die Beendigung einer sinnlos gewordenen Therapie – hier die quälende Beatmung – keine aktive Sterbehilfe darstellt: Es handelt sich vielmehr um das wohlabgewogene Beenden einer sinnlos gewordenen Maßnahme.

Herr Fritz H. lebte mit seiner Ehefrau und den erwachsenen Kindern im eigenen Einfamilienhaus. Er hatte Kehlkopfkrebs und lehnte eine Chemotherapie oder Operation ab, da er seine verbleibende Zeit zu Hause mit seiner Familie verbringen wollte. Wir betreuten ihn mit unserem ZAPV-Palliative-Care-Team über mehr als vier Monate. In dieser Zeit verlor er tumorbedingt und wegen seiner Schluckstörungen mehr als vierzig Kilogramm Körpergewicht. In der gesamten Zeit war er, unter einer hohen Schmerzmedikation, sehr stabil und zufrieden. Wir nutzten die Besuche für Therapieanpassungen und gemeinsame offene und herzliche Gespräche. Hierbei eröffnete er mir, dass er eine Schusswaffe hätte und diese, wenn es zu Ende ginge, auch für einen Suizid nutzen wollte. Seine Angehörigen wollte er allerdings mit



seinem gewaltsamen Sterben nicht zusätzlich belasten. Mit dem Hinweis auf seine Ambivalenz eröffneten wir ihm die Alternative der palliativen Sedierung, wenn er seine Situation nicht mehr für erträglich hielt. Unter einer milden Schlafmedikation verstarb er friedlich im Kreise seiner Familienangehörigen.

Diese drei Beispiele zeigen, wie eine palliative Unterstützung am Lebensende wirksam ein würdevolles Sterben begleiten kann: durch das Da-sein bei einem entschlossenen Suizid, aber eher noch durch das Aufzeigen alternativer Möglichkeiten, auch ohne den Weg des Suizids zu wählen, friedvoll sterben zu können. Häufig stehen einmal eingeleitete therapeutische Maßnahmen – künstliche Ernährung oder Flüssigkeitsgabe, Dialyse, Herzschrittmacher oder Defibrillator etc. – diesem Sterben im Wege. Therapien werden zwar schnell eingeleitet und umgesetzt, aber nur schwer wieder abgesetzt, wenn sie sinnlos geworden sind. Die Entscheidungen, diese Therapien zu beenden oder vielleicht erst gar nicht einzuleiten, bedürfen einer kompetenten Bera-

tung vorab und einer einfühlsamen Begleitung im Umsetzungsprozess. Unabdingbare Voraussetzung ist, dass die Betroffenen, ihre Angehörigen und eventuell die Vorsorgevollmächtigten diesen Weg der Therapiezieländerung auch eindeutig bejahen. Hilfreich ist in allen Fällen eine palliative Begleitung, die den Patienten und den Angehörigen Sicherheit gibt. Diese Angebote durch hausärztliche und palliative Versorgungsstrukturen sind Ausdruck einer wiederbelebten Sterbekultur, die dem Menschen ein individuelles Sterben in Würde ermöglicht und den Umgang mit Sterben und Tod wieder in der Mitte unserer Gesellschaft verankert. ■

Thomas Nolte

ZUR PERSON

Dr. med. Thomas Nolte ist Palliativarzt am Zentrum für ambulante Palliativversorgung ZAPV GmbH in Wiesbaden.



Unbeschwert losgelassen

Interview von Jörg Schmidt mit Sybille Eulert

Sybille Eulert und ihr Ehemann, der an einer lebensbegrenzenden Krankheit mit fortlaufender Verschlechterung leidet, wenden sich 2012 an einen Sterbehilfeverein. Drei Jahre später nimmt er die Medikamente. Die Gesetzeslage in Deutschland wurde nach diesem assistierten Suizid zweimal geändert, 2015 (Verbot der geschäftsmäßigen Sterbehilfe) und 2020 (BGH erklärt Verbot für nichtig).

Wie geht es Ihnen aktuell in der Trauer um Ihren Mann?

Es zeigt sich immer mehr mein neues Leben mit mir als neue Person, die ganz anders ist als in unserer langjährigen Beziehung, und es kommt immer diese Sehnsucht nach dem H.-Gefühl [Name des Verstorbenen], aber dann ist auch ganz klar, dass es das so nie mehr geben wird. Und das ist der Schmerz, der bleibt.

Wie war es für Sie beide in der Vorbereitung auf den Tod Ihres Mannes?

Es waren insgesamt sechs Jahre mit zunehmender Verschlimmerung der Krankheit. Zunehmende Schmerzen und die immer stärkeren Einschränkungen in der Bewegung waren für meinen Mann der Auslöser, sich mit der Sterbehilfe intensiv zu beschäftigen. Wir wussten beide, dass sein Ende ein großes Leiden sein würde. Die letzten zwei Jahre waren für mich, aber auch für meinen Mann besonders schwer und ich war zum Schluss 24 Stunden abrufbereit. Ungefähr ein halbes Jahr vor seinem Tod war es wirklich schwer, den

Gedanken auszuhalten, meinem Mann Sterbehilfe zu leisten, und es bedurfte einer mentalen Vorbereitung. Wir hatten beide eine intensive Phase, in der wir uns darauf vorbereitet haben, aber die konnten wir nicht teilen. Wir haben gemerkt, dass wir mit uns selbst genug zu tun hatten, sich auf das Loslassen einzustellen. Mein Mann konnte im Moment des Todes ganz unbeschwert loslassen. Dafür bin ich sehr dankbar. Meine Schwester hat uns dabei bis zum Schluss begleitet. Das war mir eine große Hilfe.

Können Sie die erste Zeit nach dem Tod Ihres Mannes beschreiben?

Nach dem Tod meines Mannes habe ich das erste Jahr mit ihm innerlich weitergelebt. Ich habe die Dinge gemacht, die wir gerne zusammen gemacht haben, wie etwa Musik hören und kochen. Vieles war jetzt ritualisiert. Irgendwann habe ich aber gemerkt, dass ich davon loskommen muss, und im zweiten Jahr kam erst die ganze Trauer, der Schmerz und vor allem die Erschöpfung.

Ich hatte inzwischen ein Erschöpfungssyndrom und auch eine schwere depressive Phase. Ich bekam Existenzängste. Wenn Sie merken, dass Sie nach einer langen Partnerschaft plötzlich alleine sind, krank werden und den Alltag nicht mehr meistern können, dann wird's eng. Daraufhin war ich für drei Monate in einer Klinik zur Behandlung, musste aber erleben, dass ich dort wegen meiner Geschichte von einem Mitpatienten gemobbt wurde. Er behauptete unter anderem, dass mein Mann die Entscheidung nicht mehr klar treffen konnte in seiner Krankheit.

Gab es weitere Reaktionen dieser Art? Wie hat Ihr direktes Umfeld reagiert?

Freunde und Verwandte waren mit der Situation zunächst überfordert. Einerseits haben sie gesehen, dass es eine Gnade war, dass mein Mann diesen Weg gehen konnte, aber andererseits herrschte Angst vor, sich damit auseinanderzusetzen, weil es so unfassbar ist – was ich auch vollkommen nachvollziehen kann. Als es mir dann so schlecht ging, fühlte ich mich absolut alleine. Da war wenig Verständnis, z. B. die Aussage, dass der Tod meines Mannes ja schon einige Zeit zurückliege und ich eher die Zukunft im Blick haben sollte. Ich war in dieser Zeit sehr empfindlich und dünnhäutig, habe mich aber trotzdem bemüht, Treffen mit Freunden auszumachen, um im Austausch zu bleiben. Besonders problematisch war es mit Paaren. Es hat mir zugesetzt, dass ich da eine völlig neue Rolle für mich

finden musste. Das hatte ich so nicht erwartet. Solche Dinge musste ich erst lernen und das war schwierig neben der Trauer.

Wo haben Sie wieder Kraft gefunden?

Das war in der Klinik. Zunächst ging es aber für mich gefühlt noch ein Stück weiter nach unten. Da gab es diesen Moment, wo ich dachte: „Wenn jetzt nicht jemand kommt und mir hilft, dann sterbe ich hier.“ Mit gut zureden und sich selbst Mut machen hat es nicht mehr funktioniert. Ich habe Halt gesucht und nach Menschen Ausschau gehalten, die mich bei der Suche unterstützen können. Ich wollte irgendwo dazugehören, egal wo. Aber es ist echt ein steiniger Weg, auf dem es viele Hindernisse gab und immer noch gibt. Ich habe dann einen sehr guten Psychotherapeuten gefunden. Das Spannungsverhältnis zwischen Verlust und Zugehörigkeitswunsch bestimmt mich bis heute. Mir fehlte vor allem das Selbstwertgefühl, um zu vertrauen und das Gefühl geliebt zu werden – wie es mit meinem Mann war. Das sorgte für große Verunsicherung in mir. Und dann noch die Thematik des assistierten Suizids. Da hätte ich gerne den Austausch mit jemandem gehabt, der Ähnliches erlebt hat.

In dem Zusammenhang bin ich auf AGUS gestoßen, habe aber gemerkt, dass dort gar keine Anlaufstelle für mich ist. Wenn dort Menschen in ihrer Trauer zusammenkommen, weil



ein Angehöriger Suizid begangen hat, dann kann ich nicht kommen und sagen, dass ich meinem Angehörigen „den Becher“ hingestellt habe, damit er sterben kann.

(Schmidt: Ich weiß nicht, ob wir die richtigen Ansprechpartner für Sie gewesen wären, aber wir hätten Ihnen auf jeden Fall zugehört und versucht, Ihnen in der Situation ein Stück weit zu helfen).

Wo würden Sie sagen, haben Sie sich nach dieser schweren Zeit verändert und wo sind Sie die Gleiche geblieben wie vor dem Tod Ihres Mannes?

Ich war sehr willensstark in der Phase der Krankheit meines Mannes. So habe ich mich vorher selbst nicht gekannt. Mein Umfeld war davon ebenfalls überrascht, denn mein Mann war sehr dominant. Ich habe ihm oftmals den Vortritt gelassen. Mit meiner neu entdeckten Willenskraft habe ich meine depressive Phase überwunden. Wenn ich das Gefühl habe, es ist richtig, dann habe ich Kraft zum Handeln. Das Sterben meines Mannes war für mich ein spiritueller Moment. Ich habe den Tod als etwas Zartes empfunden, absolut hell, nichts Dunkles oder Beängstigendes. Das hat mich sehr beeindruckt und glücklich gemacht. Ich habe angefangen zu meditieren und mich intensiv mit der Buddha-Lehre auseinanderzusetzen. Da gab es dann Online-Seminare mit Austausch, die mich durch die Corona-Zeit gebracht haben. Ich habe neue interessante Menschen kennengelernt.

Wie war für Sie und Ihren Mann die Begleitung durch den Sterbehilfverein?

Wir sind vom Sterbehilfverein sehr gut begleitet worden, vor allem auch psychologisch. Deshalb wehre ich mich sehr dagegen, dass diese Vereine unter dem Verdacht stehen, Geld verdienen zu wollen. Es ist wichtig für mich, dass ich das hier ganz klar ansprechen darf.

Wir hatten drei Jahre vor dem Tod meines Mannes Kontakt mit dem Sterbehilfverein aufgenommen. Zuerst kam eine Mitarbeiterin, die ein Videogespräch mit uns geführt hat. Dann besuchte uns ein Neurologe/Psychiater, der ein Gutachten über meinen Mann verfasste. Das Videogespräch und das Gutachten dienten als Grundlage für ein Expertengremium, um zu entscheiden, ob wir vom Verein unterstützt werden können. Wenn man von dort das „grüne Licht“ erhält, kann man jederzeit auf die Medikamente zugreifen. Man kann aber auch Jahre damit warten und dann sogar sagen, dass es nicht mehr der richtige Weg zum Sterben ist. Wir haben nach einem Jahr der Kontaktaufnahme das „grüne Licht“ erhalten.

Wie haben Sie die letzte Zeit mit Ihrem Mann gestaltet?

Zwei Jahre vor dem Tod meines Mannes haben wir versucht, kleine Urlaube zu organisieren, z. B. Aufenthalte an der Ostsee. Das wurde aber zunehmend schwieriger, weil mein Mann inzwischen im Rollstuhl saß und immer eingeschränkter in seinen Bewegungen wurde. Ab diesem Zeitpunkt hatte ich immer weniger Kraft. Wenn Freunde zu Besuch kommen wollten, habe ich gesagt, dass ich nicht mehr zusätzlich kochen kann. „Wenn ihr uns besuchen wollt, sehr gerne, aber bringt bitte das Essen mit.“ Das hat auch super geklappt. Das war für mich eine tolle Rückmeldung, weil ich gemerkt habe, wir sind nicht alleine. Aber so war es nicht mehr nach dem Tod meines Mannes.

Was hat sich da geändert?

Ich denke, es gab eine gewisse Scheu vor dem, was mein Mann und ich in dieser scheinbar aussichtslosen Situation geschafft haben. Ich hatte jetzt das Etikett, eine starke Frau zu sein, und wenn man ganz stark ist, braucht man

keine Fürsorge. Ich habe leider auch nicht signalisiert, dass ich Hilfe brauche.

Nach dem Tod meines Mannes endete auch der Kontakt zum Sterbehilfverein. Es gab keine weitere Begleitung mehr, was aber notwendig gewesen wäre; nicht unbedingt durch den Sterbehilfverein, aber durch andere Institutionen wie Krisendienste oder soziale und psychologische Anlaufstellen mit Unterstützungsangeboten.

Gibt es etwas, das Sie noch sagen wollen?

Mir ist ganz wichtig, dass klar wird, dass es für Menschen die Möglichkeit geben muss, ihren Tod selbstbestimmt herbeizuführen. Dabei denke ich vor allem an unheilbar erkrankte Menschen wie meinen Mann, die vielleicht am Ende bewegungsunfähig im Bett liegen, unter großen Schmerzen leiden und Angst vor Erstickungsanfällen haben. Dabei möchte ich erwähnen, dass die Mutter meines Mannes an der gleichen Krankheit genauso gestorben ist.

Hier wünsche ich mir vor allem die Akzeptanz in der Gesellschaft, dass diese Menschen Sterbehilfe in Anspruch nehmen dürfen und dass Angehörige, die die Kraft haben, diesen Menschen beizustehen, nach deren Tod auch aufgefangan werden.

Vielen Dank, dass Sie für die Fragen zur Verfügung standen. ■

ZUR PERSON

Jörg Schmidt, der das Interview mit Frau Eulert führte, ist Leiter der AGUS-Bundesgeschäftsstelle (AGUS steht dabei für „Angehörige um Suizid“).



Im Ernstfall unerwünschte Folgen möglich

Keine Patientenverfügung?

Eine Umfrage der „Apotheken Umschau“ hat vor einigen Jahren schon ergeben, dass sehr viele Erwachsene keine Patientenverfügung haben. Sie sind der – irrigen – Meinung, dass Angehörige wohl schon die richtige Entscheidung treffen, wenn sie selbst dazu, aus welchen Gründen auch immer, nicht mehr in der Lage sind. Gleichzeitig wollen sie sich zu Lebzeiten nicht gerne mit dem Thema beschäftigen.

Das überrascht mich nicht, ist aber nicht ohne Risiken. Auf eine Patientenverfügung können nur die Menschen verzichten, die auch im Falle schwerster Erkrankung um jede Lebenschance kämpfen wollen und jede Möglichkeit der modernen, auch apparativen Medizin in Anspruch nehmen möchten. Wir alle dürfen dankbar für das sein, was heute medizinisch möglich geworden ist. Das kann aber unter Umständen erhebliche, gegebenenfalls auch dauerhafte Einschränkungen der Lebensqualität und in manchen Fällen eine qualvolle Verlängerung der Sterbephase zur Folge haben. Das lebenserhaltende Ausschöpfen der medizinischen Möglichkeiten ist unzweifelhaft das gute Recht eines jeden und grundsätzlich die Aufgabe der Ärzteschaft.

Frauen und Männer, die dies vermeiden möchten, sollten unbedingt eine Patientenverfügung verfassen und sich dabei nicht darauf verlassen, dass Ihre Angehörigen das nötigenfalls schon richtig regeln können. Eine Heilbehandlung setzt immer die medizinische Indikation des Arztes und die Einwilligung des Patienten voraus! Kann der Patient die Einwilligung nicht mehr selbst geben, wird diese ersetzt durch

Bevollmächtigte oder gesetzliche Betreuer. Wichtig zu wissen ist, dass Ehe- bzw. Lebenspartner*innen, Kinder oder sonstige Angehörige keine gesetzlichen Betreuer sind und daher notwendige Entscheidungen rechtlich nicht treffen können. Sie müssen also vom Patienten im Vorhinein durch eine Vorsorgevollmacht ernannt werden. Mit der Patientenverfügung geben sie selbst vor, dass auch dann in ihrem Sinne entschieden wird, wenn sie es nicht mehr selbst können. Solange sie noch entscheiden können, greift die Verfügung nicht.

Wie komme ich nun an eine solche Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht?

Es gibt sehr viele Quellen: Gute Bücher und umfangreiche Broschüren in Papierform und im Internet zum Nachlesen, auch online kann man Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht erstellen. Ich empfehle, auch aus meiner Erfahrung vieler durchgeführter Beratungen, die Inanspruchnahme einer individuellen Beratung. Eine kostenpflichtige Beratung z. B. durch eine Anwältin oder einen Arzt ist selbstverständlich möglich, jedoch nicht erforderlich.

Es gibt in Wiesbaden mehrere Beratungsstellen, die kostenlos

beraten. AUXILIUM bietet Ihnen die Beratung an. Wir haben bei AUXILIUM langjährige Erfahrung in der Beratung zur Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht. Es stehen mehrere dafür zertifizierte Mitarbeitende zur Verfügung.

Warum ich zur individuellen Beratung rate

Das Verständnis von Lebensqualität und einem menschenwürdigen Sterben ist höchst individuell, da gibt es keine allgemein gültigen Standards. In einer persönlichen Beratung lässt sich das präzisieren. Die Verfügung braucht genaue und widerspruchsfreie Aussagen, schnell ist ein Kreuz an der falschen Stelle gemacht. Der Bundesgerichtshof fordert konkrete Festlegungen; so hat er 2016 entschieden, dass die Aussage „lebensverlängernde Maßnahmen sind zu vermeiden“ nicht ausreicht, um eine künstliche Ernährung zu beenden.

Auch die sinnvolle Vorsorgevollmacht wirft immer wieder Fragen auf, bei deren Beantwortung die Beratenden oft weiterhelfen können. Das gilt z. B. auch nicht selten bei der Frage, wen ich bevollmächtige.

Sie merken: Es ist ein komplexes und für viele ein unangenehmes Thema. Bringen Sie es einfach hinter sich, rufen Sie an und vereinbaren einen Termin. Unsere Telefonnummer: 0611-40 80 80. Es ist nie zu früh, aber es kann schnell zu spät sein. ■

Gerhard Helm

ZUR PERSON

Gerhard Helm ist ehrenamtlicher Hospizbegleiter bei AUXILIUM



Hilfe bei Suizidgedanken

SOS: Hilfsangebote, auch für Angehörige und Freunde nach einem Suizid

Wenn es Ihnen nicht gut geht oder Sie daran denken, sich das Leben zu nehmen, versuchen Sie, mit anderen Menschen darüber zu sprechen. Das können Freunde oder Verwandte sein, es gibt aber auch offizielle Hilfsangebote. Bleiben Sie nicht allein mit Ihren quälenden Überlegungen!

Alle fünf bis sechs Minuten gibt es in Deutschland einen Suizidversuch, stündlich nimmt sich in Deutschland ein Mensch das Leben.

Durch einen Suizid sterben in Deutschland jährlich mehr Menschen als zusammengezählt durch Verkehrsunfälle, Gewaltverbrechen, illegale Drogen und AIDS. Nachfolgend haben wir Hilfsangebote zusammengestellt, die Menschen mit Suizidgedanken oder Angehörigen nach dem Suizid von Verwandten oder Freunden helfen können.

Telefonseelsorge

Die Telefonseelsorge ist anonym, kostenlos und rund um die Uhr unter den Nummern 0800-1110111 und 0800-1110222 erreichbar. Es besteht auch die Möglichkeit einer E-Mail-Beratung oder eines Hilfe-Chats.

Bei den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Telefonseelsorge finden Sie Beistand in Krisensituationen, ein offenes Ohr für Ängste, Nöte und quälende Überlegungen, einen Menschen, der für Sie da ist und bei Ihnen bleibt,

der Sie ernst nimmt und Zeit hat. Ulrich Lilie, Präsident der Diakonie Deutschland, sagt dazu: „Wie enorm bedeutend Zuhören und die persönliche Bindung sind, zeigt sich daran, dass die Mehrheit der Hilfesuchenden wiederholt anruft. Es geht um den Kontakt von Mensch zu Mensch. Das ist der Grundgedanke der Telefonseelsorge.“

telefonseelsorge.de

FRANS hilft: Frankfurter Netzwerk für Suizidprävention

Wählen Sie sich ein, diese Webseite wird Sie ansprechen, hier können Sie sich wiederfinden. Sie treffen dort auf Verständnis, Hilfsangebote, Informationen für Betroffene, Angehörige, Freunde und für Trauernde. Das Frankfurter Netzwerk für Suizidprävention wurde 2014 gegründet und ist ein Zusammenschluss von mehr als 70 Frankfurter und überregionalen Institutionen und Organisationen, in deren beruflichem Alltag suizidales Verhalten und das Thema Suizidprävention eine Rolle spielen. Koordiniert wird die Netzwerkarbeit durch eine Lenkungsgruppe im Gesundheitsamt Frankfurt.

frans-hilft.de

SIN: Seelsorge in Notfällen

Diese Notfallseelsorge schließt eine Lücke zwischen dem Eintreten eines akuten Notfalls und der meist erst späteren Verfügbarkeit von Familie und/oder anderen sozialen Netzwerken. Sie kann bei plötzlichen und unerwarteten Todesfällen gerufen werden. Auch dieses Netzwerk ist rund um die Uhr über den Polizeiruf 110 bzw. 112, kostenfrei erreichbar und wird von der Rettungsleitstelle zu Einsätzen gerufen.

sin-wiesbaden.de

AGUS – Hilfe nach Suizid

Pro Jahr nehmen sich in Deutschland knapp über 9.000 Menschen das Leben. Nach Schätzungen der Weltgesundheitsorganisation sind bei jedem Tod sechs bis 23 Menschen betroffen. Ein Suizid trifft Angehörige meist unvorbereitet und aus heiterem Himmel. Plötzlich stehen Polizisten in der Haustür und überbringen die Nachricht. Zurück bleiben Partner, Kinder, Eltern, Geschwister, Verwandte und Freunde, für die eine Welt zusammengebrochen ist. Sie fühlen sich allein mit diesem schweren Schicksal und ihrer Trauer.

Scham, Schuldgefühle und Selbstzweifel sind nur drei Aspekte der Trauer nach einem Suizid. Scham aufgrund der gesellschaftlichen Zuschreibungen („Was müssen das für familiäre Verhältnisse sein?“), Schuldgefühle, nicht genug getan

zu haben („Ich hätte es doch verhindern müssen!“) und Selbstzweifel durch eigene Anklagen („Warum bin ich es nicht wert, dass er/sie für mich weiterlebte?“).

Dazu stehen Befragungen der Polizei und Ermittlungen der Staatsanwaltschaft an und die Beerdigung muss organisiert werden („Soll dabei die Wahrheit gesagt werden?“). Doch der Alltag mit Beruf und Familie muss auch weitergehen.

Es sind viele innere und äußere Faktoren, die in der Zeit nach einem Suizid die Trauer bestimmen und beeinflussen. In dieser schweren Phase ihres Lebens gibt AGUS Hinterbliebenen Halt und Orientierung.

AGUS steht für „Angehörige um Suizid“ und wurde als Verein 1995 in Bayreuth gegründet. Bereits 1989 fand dort auch das erste Gruppentreffen statt. Die Initiatorin war Emmy Meixner-Wülker. 1963

nahm sich ihr Mann das Leben. In dieser Zeit, in der das Thema Suizid noch viel stärker mit Stigma und Tabu verbunden war, wollte sie Betroffenen helfen und sie herausholen aus ihrer Trauer und dem Gefühl, allein zu sein.

Heute gibt es in Deutschland über 90 Selbsthilfegruppen: von Greifswald bis Kempten und von Aachen bis Dresden. Mittlerweile trifft sich auch eine AGUS-Gruppe im Pustertal in Südtirol. Diese Gruppen sind der wichtigste Teil der Arbeit des Vereins. Im Gespräch und im Austausch mit Menschen, die Ähnliches durchmachen müssen, ergeben sich oftmals neue Sichtweisen auf die eigene Situation und Perspektiven für das weitere Leben.

Die Teilnahme an den AGUS-Gruppen ist kostenlos und unverbindlich. Ein Einstieg ist zu jedem Zeitpunkt möglich. Vor der ersten Teilnahme an einer Sitzung ist es ratsam, mit dem Gruppenleiter oder der Gruppenleiterin Kontakt aufzunehmen. Die Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter sind selbst Betroffene und ehrenamtlich tätig. Sie wurden durch spezielle Seminare für diese Tätigkeit qualifiziert.

AGUS versteht sich mit seinem Angebot nicht als Ersatz für medizinische oder therapeutische Hilfen, sondern als wichtige Ergänzung. Weitere Angebote für Suizidhinterbliebene finden Sie auf der Webseite von AGUS.

agus-selbsthilfe.de

Zusammengestellt von
Dr. Ruth Reinhart-Vatter

ZUR PERSON

Ruth-Reinhart Vatter ist ehrenamtliche Mitarbeiterin bei AUXILIUM.



Buchtipps

Nachruf auf mich selbst

Was macht ein Buch zum Bestseller? Gerade in der Zeit der Corona-Pandemie wurde der Buchmarkt förmlich von Werken geflutet, die sich dem gesellschaftlichen, sozialen, politischen bis hin zum philosophischen Diskurs verschrieben haben – am besten noch in einer Kombination von allem. Nicht immer mit einem für die Leserin, den Leser bereichernden Ergebnis. Das Buch „Nachruf auf mich selbst“ von Harald Welzer kann für Perspektivwechsel ein Gewinn sein.

Sind wir nicht geradezu Meister darin, Bestehendes zu verbessern, weiterzuentwickeln, zu optimieren? Weil wir dies gelernt haben und verinnerlicht haben, weil dieses Vorgehen Leitplanken gibt, zwischen denen wir uns sicher fühlen können, weil die Welt uns wenigstens insofern vertraut ist?

Harald Welzer vermisst eine Kultur des Aufhörens, wo doch die Endlichkeit der Ressourcen, mehr noch die Endlichkeit des Lebens nahelegen, dass es Grenzenlosigkeit nicht geben kann. Ist stete Optimierung des Vorhandenen der Weg, oder wäre Aufhören und neu denken, neu machen nicht der Ausweg aus einem unweigerlich heraufziehenden Desaster? Auf allgemeiner Ebene: Wenn benzin- oder dieselgetriebene Fahrzeuge aus vielen Gründen nicht mehr opportun sind, ersetzen wir sie doch einfach durch elektrogetriebene Fahrzeuge, dann

passt doch alles wieder. Die Leitplanken des Vorhandenen sind da und zeichnen den weiteren optimierten Weg vor.

Der Autor arbeitet sorgsam die Frage heraus, ob der Weg nicht vielleicht grundsätzlich in die falsche Richtung führt. Doch wie erkennt man, ob ein Aufhören, eine neue Lösung, nicht vielleicht der bessere Weg wäre? Das Buch bietet hierfür ein Gedankenspiel an, das nicht in die Zukunft schaut, sondern aus der Zukunft in die Vergangenheit. Das birgt zumindest einen enormen Wechsel der Perspektive.

Der Autor schaut fiktiv auf das eigene Leben zurück – wie hätte es sein sollen, was im eigenen Nachruf stehen sollte. Möchte man lesen, dass man sich um Verbesserung des falsch Gewordenen verdient gemacht hat? Oder dass man wenigstens keinen grundlegenden Beitrag dazu geleistet hat, der künftige Generationen in ihrem Leben einschränkt?

Die Fragen lassen sich auf alles herunterbrechen, auf Grundsätzliches wie schlicht auf Banales. Die Frage des Nachrufs auf mich selbst ist die Frage wie ein, nein, wie *mein* gelebtes Leben irgendwann mal im Rückblick ausgesehen haben soll,



Harald Welzer:
Nachruf auf mich selbst
Frankfurt, S. Fischer Verlag, 2021
ISBN: 9783103971033
22 Euro

und erhält dadurch eine schier unermittelbare persönliche Dimension.

Um nicht falsch verstanden zu werden: Weder Buch noch Autor bieten billige Leitfaden oder Lösungen an. Gedankliche Ausflüge und personalisierte Beispiele regen vielmehr zum Denken an, füllen eine eigene Auseinandersetzung mit der Begrenztheit des Lebens mit Material. Die Frage danach, wie man gelebt haben will, kann helfen, die Leitplanken des Optimierens zu überwinden, mit etwas falsch Gewordenem aufzuhören und mit etwas Neuem anzufangen. Das individuelle Kopfkino – das im besten Fall entstanden ist – scheint die Stunden des Lesens dieses Buches wert. ■

Karl Georg Mages

ZUR PERSON

Karl-Georg Mages ist Vorstandsmitglied im Hospizverein AUXILIUM.



„Ein unglaublich lesenswertes Buch, das Lust auf die Zukunft macht – allem Kopfschütteln über die gegenwärtigen Verhältnisse zum Trotz.“

Tobias Groß im Nachwuchsblog vom Börsenverein des Deutschen Buchhandels

Filmtipp

Wer wir gewesen sein werden

Erec Brehmer hat das Aus-dem-Leben-Reißen in einem Film aufgearbeitet – und damit auch persönlich verarbeitet.

Eine Landstraße südlich von München. Eine Nacht, in der sich alles ändert für Erec Brehmer. Er sitzt auf dem Beifahrersitz, seine Freundin Angelina kommt auf dem Rückweg von einem gemeinsamen Skitag in den Bergen auf die Gegenfahrbahn. Den folgenden Unfall überlebt die 29-Jährige nicht. Das Schreckliche erfährt Erec im Krankenhaus, wo er selbst auf der Intensivstation liegt. Aus dem Leben gerissen. Plötzlich dunkel. Plötzlich Trauer.

Erec Brehmer – der Regisseur dieses Films – wurde 1987 geboren. Nach dem Abitur ließ er sich beim ZDF in Mainz zum Mediengestalter ausbilden, das anschließende Regiestudium an der Hochschule für Fernsehen und Film in München schloss er im Jahr 2018 mit Diplom ab. Er arbeitete bereits als Filmregisseur, als er Angelina „Angi“ Zeidler kennenlernte. Der Beginn einer großen Liebe. Überschattet von dem furchtbaren Unfall.

Auf dem Weg, das Unfassbare fassbar zu machen, sichtete und sicherte Brehmer alle Erinnerungen. Darunter viele Handyvideos. Aus der Idee, diese zu verbinden, entstand innerhalb eines Jahres „Wer wir gewesen sein werden“. Mit Augenblicken des Paares und Augen-Blicken der lebenslustigen Angelina.

Eine Collage des gemeinsamen Lebens, gefolgt von mitnehmenden Einblicken in die Trauer. Mit Brehmers Stimme, der die Bilder mit mitreißender Gedankenflut

begleitet. Oft in sehr persönlicher „Hej Angi“-Ansprachen. Mit krassen Eingebungen. Mit ermutigenden Worten für den Umgang mit dem Schlimmsten und eine Rückkehr ins Leben. Durch seine Intimität gibt der Film einen besonderen Einblick in die Trauer. Und ist gleichzeitig ein großer Liebesfilm. Wir lernen Angi kennen, die Beziehung der beiden. Erfahren, dass sie ihrer Freundin schon einen Tipp für den Ring gegeben hatte, falls er die Fragen aller Fragen stellen würde, sehen sie ausgelassen tanzen bei der Hochzeit von Freunden. Es ist so herzlich – und gleichzeitig so brutal. Weil mitten im Glück plötzlich alles vorbei ist. Auf schreckliche Weise. Wenn die Leinwand schwarz wird und nur noch Brehmers Stimme zu hören ist. Als er in einer Sprachnachricht aus dem Krankenhaus an Angis Mutter vom Schrecklichen erzählt. Mit der Hoffnung, dass es Angi gut geht. Dem Zuschauer stockt der Atem.

Es ist der Wendepunkt. „Wir haben uns für unser Leben alles vorstellen können. Alles. Nur das nicht“, sagt Brehmer im Film. „Wie soll es nun weitergehen mit uns?“ Ebenso berührend wie im ersten Teil die Liebe packt Brehmer nun die Trauer und die dunklen Gedanken in echte Bilder, mit all den schmerzenden Fragen, die sie mit sich bringt. Auch seinen Weg zurück ins Leben, im Zickzackkurs. Vieles, was Trauernde erleben, taucht auf.

Der Filmemacher betonte auf seiner Kino-Tour durch Deutschland immer wieder, dass er während seiner Trauer



Wer wir gewesen sein werden
Film von Erec Brehmer und Angelina Zeidler
Kinostart: Juli 2022

einen solchen Film gebraucht hätte. Als Wegweiser. Immer wieder sei ihm in Büchern geraten worden: Loslassen. Brehmer widerspricht: „Einen geliebten Menschen muss man nie loslassen, man muss die Beziehung verändern.“

Was ist größer in diesem Film – die Liebe oder das Leid? Die Antwort: Es ist die ehrliche Verschmelzung. Mutig, persönlich, intim. Zudem eine Aufforderung, die schönen Momente des Lebens zu genießen statt sie im Alltagsstress zu übersehen. Und nebenbei geben die 81 Minuten Hoffnung und Trost. Brehmer sagt: „Auch wenn ein neues Leben begonnen hat, ist das alte noch da.“ Die Trauerarbeit in bewegten Bildern wirkt noch lange nach. Ein außergewöhnlicher Film. ■

Peter Schneider

ZUR PERSON

Peter Schneider ist Sportjournalist und Autor des Buches „Das schlimmste Geräusch ist die Stille“ (2021)



Herzstück des Vereins: Ehrenamtliche Hospizarbeit

Ehrung der Jubilare

Seit 20 Jahren für das Ehrenamt aktiv

Im Rahmen meiner beruflichen Tätigkeit als Diplom Sozialpädagogin im sozialpsychiatrischen Dienst



habe ich zu Trauerangeboten recherchiert und bin dabei auf den Hospizverein AUXILIUM gestoßen. In der ambulanten Arbeit beruflich tätig, war sofort mein Interesse für die ambulante Hospizarbeit geweckt. Nach absolvierter Ausbildung zur Hospizbegleiterin begann meine ehrenamtliche Mitwirkung bei AUXILIUM.

Daraus sind unglaubliche 20 Jahre geworden, und mein Herz brennt nach wie vor für AUXILIUM und für alle Facetten der von engagierten Menschen getragenen ambulanten Hospizarbeit.

Edith Ammann

Liebe Edith,

seit nunmehr 20 Jahren engagierst Du Dich auf vielen Gebieten ehrenamtlich für AUXILIUM. Aber wer würde den Qualifikationskurs zur ehrenamtlichen Hospizbegleitung nicht in einem Atemzug mit Deinem Namen nennen? Mit Deinem Wissen und Deiner Erfahrung hast Du diesen Kurs lange Jahre geleitet und geprägt. Dank Deiner ist und bleibt die Ausbildung der Ehrenamtlichen ein Herzstück des Vereins. Im Namen aller möchte ich Dir dafür danken!

Birgit Menne
Vorsitzende des Vereins

Seit zehn Jahren für das Ehrenamt aktiv



Carola Müller



Herta Sütterlin



Klaus Grütz (Bild lag nicht vor)

Zehn Jahre AUXILIUM, das waren für mich: Begleitungen zuhause, Besuche auf der Palliativstation, Mitarbeit bei Hospiz in der Schule, Mitarbeit bei Letzte-Hilfe-Kursen. Alles in allem ein Engagement, das mir tiefe, bewegende Begegnungen mit unterschiedlichen Menschen geschenkt hat. Ich würde das genauso immer wieder tun!

Die Supervisionen und Fortbildungen bei AUXILIUM waren ausgesprochen professionell und unterstützend, sie haben mich auch persönlich weitergebracht. Danke dafür und Danke für die wertschätzende Zusammenarbeit zwischen Hauptamtlichen und Ehrenamtlichen!

Klara Schramm-Korossy





Krankheit, Sterben, Tod waren schon seit langem für mich wichtige Themen; sie haben sich langsam

und intensiv bei mir eingeschlichen. Als ich mich dann 2021 in den Ruhestand begab, war es für mich keine Frage, als Ehrenamtlerin in den Hospizbereich zu gehen. Da war das Interesse und das Selbstvertrauen, für diesen Dienst geeignet zu sein.

Hospizarbeit bedeutet für mich mit Menschen, die sich in einer sehr schwierigen Lebensphase befinden in Kontakt zu treten, ihre Bedürf-

nisse zu erspüren und ihnen zu helfen in der Sterbephase ein wenig mehr Lebensqualität zu erleben. Es kann bedrückend, traurig und anstrengend sein, aber auch freudig und humorvoll; stets ist es aber auch eine bereichernde Erfahrung für mich. Ich empfinde Dankbarkeit für die Menschen, die es mir erlauben, sie in dieser Lebensphase begleiten zu dürfen.

Renate Schönsiegel

Seit meinem dreißigsten Lebensjahr haben mich Tod und Sterben auf unterschiedliche Weise begleitet. Beim Tod meines Vaters entstand schon 1982 der starke Wunsch, Menschen das Sterben in vertrauter Umgebung liebevoll umsorgt zu ermöglichen.

Nach meiner Pensionierung habe ich deswegen 2012 mit der Ausbildung bei AUXILIUM begonnen, die mich durch die Selbsterfahrung und den Kontakt mit vielen mir wertvollen Menschen auch persönlich sehr bereichert hat. Ich erlebe die Unterstützung, die AUXILIUM

den Hospizbegleiter*innen in Supervisionen und Weiterbildungen bietet, als große Hilfe. Durch die Menschen, die ich in ihrer letzten Lebensphase bisher begleitet habe, bin ich in besonderer Intensität auch mit meiner eigenen Endlichkeit konfrontiert. Einerseits bedrückt mich diese Wahrnehmung, andererseits ermöglicht sie mir ein bewussteres Leben. Ich erlebe vieles nicht mehr als selbstverständlich, bin dankbarer für mein bisher gutes Leben.

Es sind also die Ziele, für die AUXILIUM steht, es sind die Menschen,



mit denen ich versuche, sie umzusetzen, und es ist die durch die Begleitung Sterbender erfarrene größere Lebensintensität, die mich hier halten.

Ute Heger



Durch den Tod meines Mannes bin ich zum Hospizverein AUXILIUM gekommen. Meine Besuche auf der Palliativstation in der HSK und auch bei den Menschen zuhause sind bereichernd und erfüllend. Dafür schenke ich gerne meine Zeit. Das Miteinander und der Austausch mit den Hospizbegleiter*innen ist mir sehr wertvoll und was ganz Wunderbares. Ich fühle mich dem Verein von Herzen verbunden.

Jutta Rieck

AUXILIUM-Stiftung Marianne Kahn

Gemeinsam für ein Leben in Würde – bis zuletzt

Die im Jahr 2001 gegründete rechtsfähige und gemeinnützige AUXILIUM-Stiftung Marianne Kahn unterstützt gemäß ihrer Satzung ausschließlich die ambulante Hospizarbeit des Hospizverein Wiesbaden AUXILIUM e. V.

Durch eine Zustiftung, Darlehen oder größere Spende können Sie gemeinsam mit uns die Hospizarbeit in Wiesbaden langfristig unterstützen und nachhaltig absichern. Mit Ihrem bürgerschaftlichen Engagement vor Ort in Wiesbaden tun Sie direkt Gutes und schenken sich innere Zufriedenheit.

Ansprechpartner und Engagementinformationen:

www.hvwa.de/engagement/stiftung



Im Überblick

Kurse, Angebote, Veranstaltungen

24. Wiesbadener Hospiztag am 17. Juni 2023

Gemeinsam Sorge tragen – Leben und Sterben da, wo ich hingehöre

Der nächste Wiesbadener Hospiztag findet wieder im Roncalli-Haus statt. Mit der Verlegung des gewohnten Märztermins in den Juni erhofft sich der Vorbereitungskreis mehr Sicherheit, dass der Hospiztag in Präsenz stattfinden kann. Die Vorbereitungen sind schon weit gedie-

hen, das Thema steht fest: „Gemeinsam Sorge tragen – Leben und Sterben da, wo ich hingehöre“. Es geht dabei um die Sorgeskultur am Lebensende im unmittelbaren Lebens-, Wohn- und Sorgeumfeld älterer, schwerkranker oder beeinträchtigter Menschen. Dieses Um-

feld umfasst den privaten, familiären Raum ebenso wie die Nachbarschaft, aber auch Institutionen (Pflegeeinrichtungen, Heime, Krankenhaus, Hospiz) und alle sozialen Beziehungen „dazwischen“. Vor diesem Hintergrund rückt ein quartiersbezogenes Lebens-, Wohn- und Sorgeumfeld in den Fokus. Als Referenten begrüßen wir Dr. phil. Gert Dressel vom Institut für Pflegewissenschaft in Wien. Verschiedene Wiesbadener Institutionen stellen ihre Arbeit vor. Als Moderator für die geplante Podiumsdiskussion hat sich Stefan Schröder zur Verfügung gestellt, früherer Chefredakteur des „Wiesbadener Kurier“.

Merken Sie sich schon jetzt den Termin vor. Es wird sicher wieder ein hochinteressanter Hospiztag. ■

Ehrenamtstag am 16. Juli 2022

Entfaltung der Sinne

Nach zwei Jahren Corona-Pause konnte unser Ehrenamtstag endlich wieder stattfinden. Andrea Weyand, Koordinatorin bei AUXILIUM, schickte die Ehrenamtlichen auf eine kleine Wahrnehmungsreise im Schloss Freudenberg. Barfußweg im Garten und Führung im Schloss – ein Tag des Staunens und Fühlens.



Da sein für ein Leben in Würde bis zuletzt

Qualifizierte Vorbereitung zur ehrenamtlichen hospizlichen Begleitung

Im Mai 2023 startet der Hospizverein Auxilium die nächste Qualifizierung zur ehrenamtlichen Hospizlichen Begleitung. Wegen der weiterhin undurchsichtigen künftigen Coronalage finden die einzelnen Veranstaltungen zwar in Präsenz (soweit möglich), aber in

größeren Räumen, in Gemeindegärten der umliegenden Kirchengemeinden statt, sodass Abstands- und Hygieneregeln gut eingehalten werden können. Die Konzeption der Qualifizierung bietet Ihnen die Gelegenheit, sich in einer kleinen Gruppe mit den Themen Schwere

Erkrankung, Lebensende, Sterben, Tod und Trauer zu beschäftigen, sowohl aus eigener Erfahrung, als auch aus der Wissenserfahrung der Hospizarbeit. Dabei dient die Gruppe der Teilnehmenden immer auch als Lernfeld für die eigene Auseinandersetzung und die künftige Begleitung.

Beratung zu Inhalten und Verlauf der Kurse finden durchgängig statt, Informationen finden Sie auch auf der Internetseite von AUXILIUM. ■

Hospiz im Dialog – 2022/2023

Montag, 28. November 2022 19.30 Uhr – Ende ca. 21 Uhr	Erben, Vererben und Stiften Mit dem Nachlass Gutes tun <i>Referent: Jürgen Reinemer, Fachanwalt für Erbrecht, Wiesbaden</i>
Montag, 30. Januar 2023 19.30 Uhr – Ende ca. 21 Uhr	Digitale Vorsorge, digitaler Nachlass – Was passiert mit meinen Daten? Was passiert mit meinen Daten? Datenschutz auch über den Tod hinaus <i>Referent: Dipl. Theologe Roland Büskens, Kath. Erwachsenenbildung, Wiesbaden</i>
Montag, 27. Februar 2023 19.30 Uhr – Ende ca. 21 Uhr	Kinder und Jugendliche mit schwersterkrankten Elternteilen Arbeitsfelder eines Betreuungsvereins <i>Referentin: Anita Zimmermann, Dipl. Sozialpädagogin, Flüsterpost e.V., Mainz</i>
Montag, 27. März 2023 19.30 Uhr – Ende ca. 21 Uhr	Buchlesung: „Heitere Himmel“ – über Liebe, Trauer und das Paradies Wahrnehmung von Trauer aus Sicht der eigenen Betroffenheit <i>Es liest Stefan Weiller, Dipl. Sozialpädagoge, freier Journalist und Buchautor, Wiesbaden</i>
Montag, 24. April 2023 19.30 Uhr – Ende ca. 21 Uhr	Leben und Schicksal der Stifterin Marianne Kahn Erfahren Sie mehr über die Stifterin, die mit ihrem Nachlass die AUXILIUM-Stiftung gründete <i>Referent: Dr. Rolf Faber, Jurist und Stadtteilhistoriker, Wiesbaden</i>
Samstag, 17. Juni 2023 9:30–13:30 Uhr	<i>Präsenzveranstaltung im Roncalli-Haus sowie digital über Zoom</i> 25. Wiesbadener Hospiztag – „Gemeinsam Sorge tragen - Leben und Sterben da, wo ich hingehöre Vortrag mit anschließender Podiumsdiskussion <i>Hauptreferent: Dr. phil. Gert Dressel, Institut für Pflegewissenschaften, Wien</i>
Hospizverein Wiesbaden AUXILIUM e. V. Luisenstraße 26, 65185 Wiesbaden Telefon (0611) 40 80 80 www.hvwa.de Diese Veranstaltungen sind kostenfrei. Wir freuen uns über Ihre freiwillige Spende: Wiesbadener Volksbank IBAN DE 12510900000004119002	Alle Veranstaltungen „Hospiz im Dialog“ sind in digitaler Form per Zoom geplant. Eine begrenzte Anzahl von Präsenzplätzen steht je nach Coronasituation in der Geschäftsstelle zur Verfügung. Falls Präsenzplätze möglich sind, melden Sie sich bitte an unter: veranstaltungen@hospizverein-auxilium.de. Die digitale Teilnahme erfolgt ohne Anmeldung. Den Link zum Einwählen finden Sie am Veranstaltungstag auf unserer Homepage: www.hvwa.de/start/aktuelles . Mit diesem Link können Sie sich selbstständig ab 19:20 Uhr zuschalten.
Dienstag, 29. November 2022 18–20 Uhr	<i>Heimathafen Wiesbaden, Karlstraße 22 (www.heimathafen-wiesbaden.de)</i> Sprechstunde zum Leben und Sterben Gedanken und Worte zum Lebensende zu finden zu finden, fällt schwer. Mit dieser Veranstaltung wollen wir dazu einladen, in den Dialog über das Leben und das Sterben zu gehen und sich auf dieses oft verdrängte Thema einzulassen. <i>Veranstalter: AUXILIUM und Hochschule RheinMain, Fachbereich Sozialwesen</i>

Erfahrungsbericht von Agnes Brinkert

Auf einer Langstrecke

Es ist schon fast vier Jahre her, als ich im Februar 2019 Frau R. kennenlernte. Da saß sie noch kerzengerade auf dem Sofa und schaute mich mit großen freundlichen Augen an. Wir fanden uns sympathisch, einigten uns schnell aufs „Du“ und trafen uns wöchentlich für zwei Stunden.

Die Zeit verging immer im Nu, zumal es so vieles zu erzählen gab. Und Frau R. erzählte gerne, lebhaft und sehr anschaulich.

Ich lernte ihre Familiengeschichte kennen, hörte von Erlebnissen aus dem Zweiten Weltkrieg und aus ihrem reichen Leben. Immer wieder war ich beeindruckt von ihrem guten Erinnerungsvermögen; Namen von Reisezielen, Personen und Begebenheiten mit zahlreichen Details sprudelten über ihre Lippen. Sie interessierte sich auch stets für meine Erzählungen aus meinem ehemaligen Beruf und über meine Kinder und Enkelkinder.

In diesem Jahr führen wir noch gemeinsam zu ihrer Bank oder auf den Bierstadter Wochenmarkt; wir kauften hier und da ein und machten kleine Spaziergänge. Sie führte, nunmehr im Alter von 97 Jahren, ihren Haushalt noch weitgehend selbstständig.

Dann erkrankte ich und konnte sie nicht besuchen. Und durch die sich anschließende Corona-Pandemie dauerte es insgesamt etwa ein Jahr, bis wir uns wiedersahen. Wir hielten jedoch immer Kontakt durch regelmäßige Anrufe und Briefe. Da wir schon vieles voneinander wussten, fiel es uns nicht schwer Bilder, Motive oder Gedichte zu finden, die Freude bereiteten.

In den Monaten, in denen wir uns nicht sehen konnten, wurde Frau R. körperlich immer schwächer. Ihr Sohn, er lebt 300 km entfernt von ihr, sorgte für Unterstützung durch eine Pflegekraft. So ist es bis heute geblieben: Polnische, rumänische und ukrainische Frauen wechseln sich in der Betreuung ab. Frau R. fällt es nicht leicht, sich immer wieder auf neue Menschen einzulassen. Ich besuche sie seit August wieder regelmäßig und erlebe ihre Sorgen und Ängste vor anstehenden Umstellungen.

Unsere Gespräche miteinander dauern an. Dabei spielt Literatur eine wesentliche Rolle. Bedauerlicherweise sind Frau R.'s Augen sehr schlecht geworden. Wir

erzählen jetzt von früher Gelesenem, von unvergesslichen Büchern, Schriftstellern und Schriftstellerinnen und rezitieren Gedichte. Es sind schöne Momente, und ich spüre eine große Nähe, besonders wenn sie mich bittet, aus ihren Tagebüchern vorzulesen. Dann bin ich dankbar für so viel Vertrauen und mir fallen die Worte von Axel Hacke ein: Am Ende zählt das Zwischenmenschliche (*Axel Hacke: „Wozu wir da sind“*).

Mit Frau R.'s zunehmender Schwäche spielen die Themen Tod und Bestattung eine immer größere Rolle, dann sitzen wir auch schweigend beieinander.

Ihre immer wiederkehrenden Fragen nach dem Sinn ihres langen Lebens berühren mich ganz zentral, die Gedanken nach meinem Lebenssinn und dem Wert meines Lebens treffen mich im Innersten.

In dieser Begleitung habe ich gelernt, und ich lerne immer noch. Mein Wunsch ist es, dass ich im Vertrauen auf meine Intuition in Stille bei ihr aushalten kann, wenn es dann so weit ist. ■

Agnes Brinkert
Ehrenamtl. Hospizbegleiterin bei AUXILIUM





Mitglieder im Portrait

Angelika Groth

In dieser Rubrik stellen wir Ihnen regelmäßig Mitglieder und Unterstützende unseres Vereins persönlich vor – denn es lohnt sich, Engagierte bei AUXILIUM näher kennenzulernen.

ALTER 72
WOHNORT Wiesbaden im Dichterviertel
TÄTIGKEIT Lehrerin für Kunst und Musik, seit elf Jahren in Pension
MITGLIED BEI AUXILIUM SEIT 2019
HOBBYS Kunst, Musik, Reisen, Fotografieren und der Umgang mit Menschen
LIEBLINGSSTÄDTE Wien, Rom

Meine Liebe zu Kunst und Musik hat mich mein ganzes Leben begleitet.

Sie beruht wohl auf einer gewissen Begabung, die ich habe. Für die katholische Pfarrei Dreifaltigkeitskirche habe ich 50 Jahre ehrenamtlich gearbeitet. In der Zeit sind Musicalprojekte entstanden, großflächige Wandgestaltungen in Kindergärten und Seniorenheimen, im Lebenshilfehaus und im Pfarrgarten realisiert worden. Dabei war

mir immer die generationenübergreifende Zusammenarbeit mit Menschen wichtig.

Meine Musikvorliebe gehört den Romantikern, geht aber bis hin zu den Beatles und der heutigen Filmmusik. Meine Lieblingsoper ist Eugen Onegin von Tschaiowsky. Ich musiziere sehr gerne selbst, meine Lieblingsinstrumente sind Gitarre, Klavier, Akkordeon.

Museen besuche ich wo auch immer ich bin. Besonders die Kunst der Expressionisten spricht mich an. Ich bin ein großer Fan von Gaudi und Hundertwasser; mit ihren Formen, Farben und dekorativen Elementen. Mit meinem Mann habe ich einige Jahre in Wien verbracht, Musik, Architektur und Kunst ausgiebig genossen.

Mein Einstieg bei AUXILIUM war 2019. Gemeinsam mit Sigrid

Weidner habe ich die Planung und Gestaltung der Ausstellung für die „Kurze Nacht der Museen und Galerien“ in Wiesbaden übernommen. Bei der Vorbereitung der Karikaturen-Ausstellung habe ich mich mit der Hospizarbeit beschäftigt, u. a. mit dem Thema Humor, der in vielerlei Weise unglaublich befreiend sein kann, des Weiteren mit dem Umgang von Ritualen und Symbolen.

Coronabedingt fand dann erst wieder 2022 eine Kurze Nacht statt. Unseren Beitrag „Sarg-Celebration“ haben sehr viele Wiesbadener Bürger*innen besucht. Uns ging es darum, mit Menschen über das Thema Tod und Sterben ins Gespräch zu kommen, dem Tod den Schrecken zu nehmen. Dies ist uns, glaube ich, gelungen. Eine neue Ausstellung 2023 ist in Planung.

Ich bewundere die ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen, die in der Sterbegleitung tätig sind. Der Tod hat für mich keinen Schrecken, doch habe ich mich entschieden, bei AUXILIUM lieber administrative und kreative Dienste zu übernehmen.

Ein gelungenes Leben bedeutet für mich: Zufriedenheit, Dankbarkeit und Zuversicht. ■

Kurzgefasst

Die Arbeit des Hospizvereins AUXILIUM

■ Qualifizierte hospizliche Begleitung

Wir begleiten Menschen auf dem letzten Abschnitt ihres Lebensweges. Unsere ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer sind für Sie da. Sie hören zu, unterstützen und trösten Menschen bis zuletzt. Keine Frage zu viel, keine Auskunft zu schwierig.

■ Qualifizierte Trauerbegleitung

Jeder Mensch trauert anders. Der Einschnitt im Leben ist tragisch – ohne den anderen. Wir hören zu, fühlen mit, zeigen in Einzelgesprächen oder in der Gruppe einen möglichen Weg. Gehen müssen Sie selbst. Aber wir gehen gerne mit.

■ Qualifizierte Beratung

Wir beraten zu Fragen der hospizlichen Begleitung und erklären die Möglichkeiten der palliativen Versorgung. Qualifizierte ehrenamtliche Beratung bekommen Sie auch bei der Erstellung einer Patientenverfügung und einer Vorsorgevollmacht. Es ist nie zu früh, aber manchmal zu spät.

■ Alle Angebote sind kostenlos

Der Hospizverein finanziert die Hospiz- und Trauerarbeit im Wesentlichen durch Spenden und Mitgliederbeiträge (Spendenkonto siehe unten).

Was man tief in seinem Herzen besitzt,
kann man nicht durch den Tod verlieren.

Johann Wolfgang von Goethe

Je länger

Je länger ich auf dieser Erde bin,
desto wichtiger werden mir die zarten Dinge,
die ich irgendwo wahrnehme.
Und ich lerne dabei,
was uns helfen kann zu leben.

Für alles danken.
So meidet man die Bitterkeit.
Verzeihen, ohne Aufheben davon zu machen.
So gibt man immer mehr Raum.

Immer weniger mit Gewalt tun
und immer mehr mit Geduld.
Immer weniger hassen und ablehnen.
Sich an immer mehr mitfreuen.
Immer weniger fordern
und immer weniger verweigern.

Am Ende sind alle Grundsätze unwichtig.
Im Ernstfall genügt ein wenig Barmherzigkeit.

Jörg Zink

SPENDENAUFUF

Seit 30 Jahren engagiert sich der Hospizverein AUXILIUM in Wiesbaden für Schwerstkranke, Sterbende und ihre Angehörigen und unterstützt diese bei ihrem Wunsch, zu Hause, im privaten und persönlichen Umfeld sterben zu können.

Heute zählt der Verein rund 600 Mitglieder und 60 ehrenamtliche Hospizbegleiter*innen. AUXILIUM steht für:

- Qualifizierte ambulante Hospizbegleitung
- Trauerbegleitung
- Beratung und Unterstützung zu Fragen der letzten Lebensphase

Auch weiterhin möchten wir Sterbende und deren Angehörige begleiten und unterstützen. Helfen Sie uns deshalb mit Ihrer Spende, werden Sie Vereinsmitglied, bringen Sie uns ins Gespräch.

Hospizverein Wiesbaden AUXILIUM e. V.
Wiesbadener Volksbank
IBAN DE12 5109 0000 0004 1190 02

Bei Fragen und Anregungen steht Ihnen unser Geschäftsführer Ralf Michels gerne zur Verfügung:
Telefon 0611-40 80 820
E-Mail info@hospizverein-auxilium.de