

Durch die eigene Trauer ein offenes Ohr für Sterbende

Der Weg in den Ehrenamtlichen Dienst der Klinik für Palliativmedizin der UMG dauert neun Monate. In einem Vorbereitungskurs lernen die Teilnehmer, sich und die eigenen Erfahrungen mit dem Tod zu reflektieren, um danach Sterbende angemessen begleiten zu können. Ein Einblick in den neuen Kurs.

Von Lea Lang

Ein sonniger Frühlingstag – an dem sich 15 Menschen im Hörsaal Med 25 der Universitätsmedizin Göttingen (UMG) mit dem Sterben beschäftigen. Klingt abwegig, ist es aber keineswegs. Denn die Teilnehmer zwischen 24 und 77 Jahren bereiten sich auf ihr neues Ehrenamt vor. Sie wollen im Ehrenamtlichen Dienst der Klinik für Palliativmedizin der UMG Menschen zur Seite stehen, deren Leben bald endet. Und dafür gilt es, sich erst mit der eigenen Perspektive und Wahrnehmung auseinanderzusetzen, bevor man andere begleitet in ihren letzten Monaten oder Wochen.

Neun Monate lang begleiten zunächst Kathrin Heiß und Gregor Dreizehnter die Ehrenamtswärter. Heiß ist Sozialpädagogin und gibt dieses Jahr ihren 14. Kurs für die zukünftigen Ehrenamtler. Davor habe sie Pflegerinnen und Pfleger geschult – „damals gab es noch nicht viele Angebote für die Pflegenden“, so Heiß. Über die Lebensrechtsdiskussion rund um Menschen mit Behinderung kam sie zur Hospizarbeit, erzählt sie.

Den Palliativdienst in der UMG habe Heiß mitaufgebaut. „Das Ehrenamtsprogramm ist hier ein Teil der Uniklinik, das gibt es selten“, sagt sie. Mit in ihrem Team ist Dreizehnter. Er kommt ursprünglich aus der Kinderkrankenpflege, leitete eine Station der Kinderklinik in der UMG und bildete sich weiter zur Pflegefachkraft Palliativpflege. Seit dreieinhalb Jahren koordiniert er mit Heiß die Ehrenamtlichen und gibt Wissen weiter.

Diskussion auf Augenhöhe

Die Gruppe, die sie heute anleiten, hat sich erst einen Tag zuvor zusammengefunden. Trotzdem sind schon gute Dynamiken spürbar im Hörsaal. Anhand von Vexierbildern steigen Heiß und Dreizehnter in das Thema Wahrnehmung ein, dann mit einem halb sichtbaren Wort. Die Teilnehmer sollen ihre Eindrücke schildern. Die unterscheiden sich teilweise – der Zweck der Übung. Die Diskussion läuft auf Augenhöhe, ruhig sprechen die Teilnehmer in den Raum, in dessen Mitte vor dem Pult eine Kerze brennt.

Langsam tastet sich die Gruppe an die Übung heran. Das Leiden und Sterben der Valentine Godé-Darel steht im Fokus der nächsten 45 Minuten. Godé-Darel war eine Geliebte des Malers Ferdinand Hodler, die 1915 infolge einer Krebserkrankung starb. Hodler malte sie kurz nach der Diagnose, dann in mehreren Phasen ihres Sterbens. Heiß und Dreizehnter achten auf die Teilnehmer. „Diese Bilder können Emotionen auslösen, gerade bei Menschen, die schon jemanden verloren haben“, leitet Heiß ein. Falls ein Teilnehmer das nicht aushält, sollen er oder sie den Raum verlassen – „Gregor kommt dann nach und fragt, ob ihr etwas braucht“.

Der Fall tritt nicht ein. Die Teilnehmer versuchen sich darin, die Porträts zu beschreiben, die einen achten auf die Farbgebung, die anderen auf Godé-Darels Augen, die vermeintlich immer weiter einfallen. Bild für Bild bis zur Aufbahrung sehen sich alle



Ausbildung zum Ehrenamt: 15 Menschen zwischen 24 und 77 Jahren bereiten sich neun Monate lang mit Gregor Dreizehnter (l.) und Kathrin Heiß (2 v. l.) auf ihren Einsatz im Hospiz- und Palliativdienst der UMG vor. Nicht alle wollten fotografiert werden.

FOTOS: LEA LANG

im Hörsaal die Malereien genau an. Erst als auch die Bilder des Genfer Sees am Todestag von Godé-Darel vom Projektor verschwunden sind, bricht es aus einem der Teilnehmer heraus: „Ich habe bei jedem Bild gehofft, dass diese Frau die Bilder nie zu sehen bekommen hat.“ Es sei „unvorstellbar“, Menschen in diesen Zuständen abzubilden.

Eigene Vorstellungen beiseiteschieben

„Wir wissen nicht, ob sie die Bilder zu sehen bekam“, sagt Heiß. An der Reaktion des Teilnehmers ließe sich aber etwas zeigen. „Auch ihr werdet in Situationen kommen, die ihr für unmöglich haltet, weil es in euch etwas Persönliches auslöst.“ Für eine andere Teilnehmerin sei es „das allerspannendste bisher in diesem Kurs, dass wir die eigenen Vorstellungen beiseiteschieben lernen müssen, wenn andere das so möchten“.

Dreizehnter hat ein Beispiel: Ein Mensch war gestorben, die Pfleger wollten sein Kinn hochbinden. Da schritt die Mutter ein. „Mein Sohn hat sein Leben lang durch den Mund geatmet, das wird jetzt nicht geän-

dert“, sei ihre Argumentation gewesen. „Das muss man verstehen und respektieren lernen“, so Dreizehnter. Auch wenn es sich nicht mit den Wünschen zum eigenen Tod deckt. Mit diesen Eindrücken gehen alle in die Pause.

In den Köpfen der Teilnehmer arbeitet das Thema weiter. Auch ihre eigenen Erfahrungen mit Blick auf den Tod spielen dabei eine Rolle, vergangene Menschen und die Zukunft als Begleiter für Angehörige und Sterbende. Die Motivationen für die Ausbildung sind unterschiedlich – viele haben einen nahen Menschen beim Sterben begleitet, andere wollen das Thema im Alltag nicht ausblenden, alle etwas Gutes tun in ihrer Freizeit oder nach dem Arbeitsleben.

„Ich möchte keinen wohlverdienten Ruhestand“

Ulrike Engel ist eine von ihnen. Die 71-jährige Humangenetikerin geht am 1. April in den Ruhestand. Als Ärztin kommuniziere sie „sehr viel mit Patienten und Onkologen“, erbliche Tumorerkrankungen seien ihr Thema. „Ich möchte keinen wohlverdienten Ruhestand“, sagt Engel. „Ich möchte einfach weitermachen.“ Der Wechsel von

der Ärzte- auf die Beraterseite könnte schwierig werden, gibt sie zu. Daher bereite sie sich ja in diesem Kurs darauf vor.

„Durch Erfahrungen mit Krankheit und Tod denke ich, dass ich damit umgehen kann“, so Engel. Kommunikation sei ihr am wichtigsten. Als Ärztin reiche die Zeit für die Patienten nicht aus, um lange Gespräche mit ihnen zu führen. Das soll sich nun im Ruhestand ändern. „Das Reden ist am wichtigsten“, sagt Engel überzeugt. Dass der Ehrenamtliche Dienst die Möglichkeit zur Supervision biete, die Gruppe eine tolle Dynamik aufweise und der Kurs so gut strukturiert sei, stimme sie sehr positiv.

Ulla Becker spricht offen über ihren Verlust. Anfang 2021 sei ihr Freund gestorben nach einer Krebserkrankung. Becker hatte ein Netzwerk, das sie während der Sterbegleitung und in der Trauer auffing, dadurch konnte ihr Partner zu Hause sterben. „Für ihn war es gut, zu Hause sterben zu können, für mich war es schwieriger. Ich hätte

mir eine Nachbetreuung gewünscht“, sagt Becker.

Sie selbst will den Sterbenden die Angst nehmen, in Gesprächen für sie und ihre Angehörigen da sein. Auch für sie selbst sei das ein guter Schritt: „Der Tod soll nicht ganz aus dem Leben verschwinden, wir brauchen einen Kontakt dazu“, sagt Becker. Sie ist voll berufstätig, nimmt die Herausforderung des Ehrenamts neben der täglichen Arbeit an.

„Ich helfe gern, ich bin so gestrickt“

Heidrun Meyer hat das Berufsleben seit Kurzem hinter sich. Seit dem 1. März ist die ehemals freigestellte Personalrätin der UMG im Ruhestand. „Ich hatte im UMG-Intranet davon gelesen und mich dann schnell beworben“, erzählt Meyer. „Ich helfe gern, ich bin so gestrickt“, erklärt sie frei heraus ihre Motivation. Und am zweiten Tag des Kurses stehe schon fest: „Das war nötig und das passt zu mir.“

Nach 24 Jahren in der UMG kann Meyer nun ihre Zeit selbst bestim-

men, das Pensum etwas zurückschrauben und trotzdem nicht fern sein. Die Palliativstation kennt sie von außen, „ich bin jeden Tag daran vorbeigegangen“.

Als die Gruppe am Morgen zusammen die Räume der Palliativstation betrat, sei das ein schönes Gefühl gewesen. „Ruhe und Frieden herrschen darin, die Türschilder sind persönlich gestaltet, die Bilder gut ausgesucht“, fasst Meyer zusammen. Auf ihre neue Aufgabe stimme sie das gut ein. Aber neue Fragen tauchten immer wieder auf: „Als Helfer ist das eine tolle Station, aber ist sie das auch, wenn ich selbst hinein muss? Damit bin ich noch nicht durch.“

Das muss aber keiner der Teilnehmer zum jetzigen Zeitpunkt sein. Sie haben die Zeit, sich auf die Aufgabe vorzubereiten, die eigenen Erfahrungen zu reflektieren, Halt in der Gruppe zu finden und immer mehr Wissen aufzunehmen, bis sie Ende des Jahres ihr Zertifikat erhalten. Nach neun Einheiten des Grundkurses steht ein Selbsterfahrungswochenende zur Trauerbegegnung an, dann eine Praktikumsphase inklusive Supervisionseinheiten, danach vertiefen Heiß und Dreizehnter die Kursinhalte noch einmal und erst dann entscheiden sich die Teilnehmer, ob sie die neue Aufgabe wirklich annehmen.

Denn es handelt sich immer um einen Dienst, der an die persönliche Substanz geht. Nur nach einer tiefen Vorbereitung können die Ehrenamtlichen später für andere ein offenes Ohr haben und gleichzeitig auf die eigenen Bedürfnisse hören. Das ist das Ziel des Kurses – und damit das Ziel der Palliativmedizin. Niemand soll alleine sterben müssen – und niemand muss alleine durch den Prozess des Begleitens. Die Supervision läuft auch nach dem Kurs weiter, wenn die Ehrenamtlichen im Dienst sind. „Ich fühle mich hier gut aufgehoben“, sagt Meyer. Und mehrere Teilnehmerinnen nickten bestätigend.

2008 GEGRÜNDET

Ehrenamtlicher Dienst der Klinik für Palliativmedizin

Der Ehrenamtliche Dienst der Klinik für Palliativmedizin an der Universitätsmedizin Göttingen (UMG) wurde 2008 auf Anregung von Prof. Friedemann Nauck, dem Direktor der Klinik für Palliativmedizin an der UMG, gegründet. Naucks Intention damals war es, die Arbeit Ehrenamtlicher zu einem festen Bestandteil des ambulanten und stationären Versorgungsangebotes im Palliativzentrum zu machen. Der Ehrenamtliche

Dienst ist ein Ambulanter Hospizdienst – mit der Besonderheit, dass dieser einer Krankenhausabteilung angeschlossen ist. Es wird eine enge Zusammenarbeit mit dem Ambulanten Palliativdienst, der Palliativstation, dem Bereich Forschung und Lehre sowie der Mildred-Scheel-Akademie Göttingen gepflegt. Im Laufe der Jahre hat sich auch eine besondere Bindung zum Hospiz an der Lutter und weiteren Hospizdiensten in Südniedersachsen entwickelt.



Eine Kerze brennt in der Mitte des Hörsaals, drumherum stehen Symbole der Trauerbewältigung.