

Bleib an meiner Seite

Befähigungskurs Ambulante Hospizarbeit

Den Flyer über die ehrenamtliche Mitarbeit in der Sterbebegleitung habe ich ganz zufällig bei einer Freundin gesehen. Und fühlte mich sofort angesprochen.

Obwohl ich mir da noch nicht recht vorstellen konnte, was mich erwartet, wollte ich mich auf jeden Fall darauf einlassen.

Denn eines ist sicher: Sterben werden wir alle einmal, und ich möchte mich lieber mit dem Thema beschäftigen, als es zu ignorieren.

Bei einem persönlichen Vorstellungsgespräch konnte man schon viel über die ambulante Hospizarbeit erfahren. Auch die eigene Motivation war dabei ein wichtiges Thema. Warum möchte ich dieses Ehrenamt übernehmen? Was für Erfahrungen habe ich schon mit dem Thema Tod und Sterben gemacht?

Wir erfuhren, was man bei der Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht beachten sollte, lernten die Grundlagen der verbalen und nonverbalen Kommunikation und konnten die Abläufe in einem Bestattungsinstitut kennenlernen.

„Wir hatten außerordentlich engagierte Referent:innen, deren Themen und Übungen mir tiefe Erkenntnisse geschenkt haben.“

Birgit, Kursteilnehmerin

Sehr nachhaltig waren die vielen Selbsterfahrungen, die wir machen durften.

Was genau ist Distanz, was spüre ich, wenn mir jemand zu nahe kommt?

Und niemand, der selbst einmal mit geschlossenen Augen auf dem Boden gelegen hat, wird vergessen, wie es sich anfühlt, wenn sich Leute über einen hinweg unterhalten und einen nicht mehr als ansprechbaren Menschen wahrnehmen.

„Die Berührung mit dem Thema Tod hatte etwas Versöhnliches für mich. Ich konnte das Sterben meiner Mutter viel besser verarbeiten.“

Kendra, Kursteilnehmerin

Doch als der Kurs startete, war ich wirklich überrascht. Obwohl die Themen der verschiedenen Kurseinheiten im Programm standen, hätte ich eine so umfassende und interessante Ausbildung nicht erwartet. Alle Referent:innen zeichneten sich durch eine hohe Fachlichkeit aus.

Wir erhielten tiefe Einblicke in die Thematik durch Palliativmediziner, lernten, was Menschen mit Demenz beeinträchtigt und was auch in der Demenz erhalten bleibt.

„Gemeinsam in einer tollen Gruppe die letzte Phase des menschlichen Lebens in den Blick zu nehmen und dabei greifbarer zu machen, ist für mich eine tiefgreifende persönliche Bereicherung.“

Andreas, Kursteilnehmer

All diese Erfahrungen konnten wir gemeinsam in einer großartigen Gruppe von Kursteilnehmer:innen machen, die sich gegenseitig gestützt haben.

Inzwischen haben wir fast alle unsere erste Begleitung begonnen, und auch dabei ist man nicht allein. Man kann sich bei Fragen oder Zweifeln immer an die Koordinationsstelle wenden, und es wird Supervision angeboten.

„Ich habe sehr viel über mich selbst gelernt. Mich darüber hinaus einzubringen und einem Menschen den letzten Weg ein wenig leichter zu machen, das ist sehr bereichernd.“

Andrea, Kursteilnehmerin

Ich habe durch die ambulante Hospizarbeit so viel erfahren, was auch mein alltägliches Leben bereichert hat. Trotzdem hat mein Umfeld nicht immer verstanden, warum ich das mache. Die Reaktionen reichen von der ungläubigen Frage, ob man denn keine anderen Hobbys habe, bis zur Aussage, dass man selbst sich gar nicht vorstellen könne, so ein „trauriges“ Ehrenamt auszuüben. Und oft fragt man sich, warum Menschen in ihrer letzten Lebensphase überhaupt allein und auf unseren Besuch angewiesen sind.

Warum war es trotzdem eine gute Entscheidung, dieses Ehrenamt übernommen zu haben? Das hat unsere Supervisorin, wie ich finde, treffend formuliert: „Sie waren dort, Sie haben die Atmosphäre verändert, Sie machen den Unterschied.“

Es mag ein kleiner Beitrag sein, den wir leisten können, wenn wir Sterbende begleiten. Aber er kann den Unterschied machen.

Marina Müller-Klösel

