

„Die Zeit, die bleibt, mit Leben füllen“

Interview: Die Warburger Hospizbewegung feiert ihr 25-jähriges Bestehen. Ulrike Menn (68), stellvertretende Vorsitzende des Vereins, erzählt im Gespräch, warum Feiern und Sterben kein Widerspruch ist und wie sich die Arbeit gewandelt hat.

Die Hospizbewegung leistet Sterbebegleitung. Für viele ein trauriges Thema. Ist das Jubiläum trotzdem ein Grund zum Feiern?

ULRIKE MENN: Die Lebensqualität Trauernder und Sterbender bis zum Schluss zu fördern, gehört zu unserem Tun. Sterbebegleitung heißt auch, Leichtigkeit in die letzte Lebensphase zu bringen. Dazu gehört es auch, gemeinsam das Leben zu feiern.

Wie lange sind Sie schon in der Hospizarbeit aktiv und was hat Sie zu dieser Aufgabe bewogen?

Ich bin seit 2016 in der Hospizbewegung Warburg tätig. Als sie sich 1997 gründete, las ich davon in der Zeitung und hatte sofort das Bedürfnis, mich einmal in diesem Verein engagieren zu wollen, wenn ich mein Arbeitsleben beendet hätte. Warum, war mir zu dem Zeitpunkt noch nicht wirklich bewusst, aber es war ein Gefühl, das mich irgendwie anrührte. Zu diesem Zeitpunkt hatte ich drei mir sehr nahe stehende Menschen verloren, meinen Großvater, als ich 15 Jahre alt war, meine Mutter, als ich 23 Jahre war und meinen Vater, als ich gerade Mutter geworden war. Da ich bei diesen mir wichtigen Menschen nicht dabei war, als sie starben und ich mir vorstellte, wie sie wohl ihre letzten Stunden erlebt hatten und wie es sich anfühlt, einen Menschen sterben zu sehen, beunruhigte mich das lange Zeit. Ich hatte Angst vor dem Sterben und machte mir Gedanken über Bestattungsformen und den Tod an sich. Ich wollte mehr darüber erfahren, mich mit dem Thema auseinandersetzen und so nahm ich an einem Infoabend zu einem Sterbebegleitungskurs teil.

Und blieben dabei?

Dieser Abend eröffnete mir die Möglichkeit, mich mit diesen Themen auseinanderzusetzen und so begann ich mit der Ausbildung, obwohl ich doch noch im Beruf war. Der Kurs war so wertvoll für mich, da ich schon im Laufe des Jahres innerhalb meiner Familie einen schwerkranken Menschen sehr gut begleiten konnte und sogar dabei war, als er starb. Es war ein friedlicher Moment, der mir jede Angst und alle Zweifel nahm. Ich hatte im Kurs so viel gelernt, was ich anwenden und weitergeben konnte. Dafür bin ich sehr dankbar.

Für die meisten Menschen sind der Tod und das Sterben eher Tabuthemen. Warum?

Sterben und Tod werden in den meisten Familien verdrängt, es



Ulrike Menn (68), Sonderpädagogin und ehemalige Leiterin der früheren Eisenhoit-Schule in der Altstadt, engagiert sich in der Warburger Hospizbewegung.

Foto: Dieter Scholz

scheint ein unangenehmes Thema zu sein, über das man nicht spricht oder sprechen will. Es geschieht einfach, so ist der Lauf der Dinge, darüber redet man nicht. Das war sicher nicht immer so, denn früher hat man die Sterbenden zuhause begleitet und nach dem Tod zuhause aufgebahrt. Man konnte sich verabschieden. Heute ist medizinisch viel mehr möglich und die Menschen sterben im Krankenhaus oder Pflegeheim. Der Tod wird nicht ins Leben einbezogen. Das Leben zu verlängern bedeutet auch, die Zeit, die in der letzten Phase bleibt, mit Leben zu füllen.

Warum gehen wir nicht offen mit dem Sterben um?

Ich rede oft mit Freunden über das Sterben und versuche, den Menschen Mut zu machen, sich mit diesem Thema auseinanderzusetzen, Vorsorge in den Blick zu nehmen und sich Gedanken zu machen, wie möchte ich einmal meine letzte Zeit verbringen, was ist mir wichtig, mit wem sollte ich darüber beizuteilen sprechen und was kann ich tun, um meinen Lieben den Abschied zu erleichtern. Manche sind dankbar für diese Gespräche, andere wollen es einfach noch nicht hören.

Oft wird gesagt, dass man in Würde leben könne, aber nicht

sterben. Fürchten Sie sich selbst vor dem Sterben?

Ich fürchte mich, glaube ich, nicht mehr vor dem Sterben. Ich spreche mit Menschen, die mir nahe sind, darüber, was mich bewegt und wie ich mir meinen Abschied wünsche, damit sie es leichter haben, wenn es so weit ist. Aber auch mir ist wichtig, dass ich Menschen an meiner Seite weiß, die für mich da sein werden.

Was macht die Arbeit der ehrenamtlichen Hospizbegleiterinnen und -begleiter aus?

Als Hospizbegleiter muss ich ein guter Zuhörer sein, verstehen können, was der Sterbende mir mitteilen möchte, nichts verheimlichen, offen und authentisch sein, da sein. Ruhe ist wichtig, aber es darf auch unbedingt gelacht und ge-

scherzt werden, wenn es angebracht ist. Es darf bei aller Schwere auch heiter zugehen.

Kann jeder das Angebot der Hospizbewegung in Anspruch nehmen?

Jeder schwerkranke Mensch darf unsere Unterstützung in Anspruch nehmen. Wir alle sind ehrenamtlich tätig, es fallen keine Kosten für die Begleitung an und wir sind auch für die Angehörigen da. Denn auch sie brauchen häufig unsere Unterstützung und unser Zuhören.

Was ist für die letzte gemeinsam verbleibende Zeit wichtig?

Es ist ganz wichtig, dass der sterbende Mensch am Ende seines Lebens alles geregelt hat. Das heißt, wenn es noch etwas gibt, das bisher nicht er-

ledigt wurde, zum Beispiel ein Streit, der nicht beigelegt wurde. Man sollte ermutigen, mit demjenigen Frieden zu schließen. Nur so kann man in Ruhe gehen.

Mit Blick auf die Vergangenheit: Was hat sich in der Arbeit der Hospizbewegung verändert?

In den Anfängen hat die Hospizbewegung sich ausschließlich aus Spenden getragen. Seit einigen Jahren sind wir dem Palliativnetz angeschlossen und bekommen Mittel für die Begleitungen von den Krankenkassen. Aber die Hospizbegleiterinnen und -begleiter werden davon nicht bezahlt, sie arbeiten ehrenamtlich. Allerdings gibt es Fortbildungen und Supervisionen, die für die vielfältigen Aufgaben unerlässlich sind und diese sind finanziell abgesichert. Im Laufe der Jahre wurde deutlich, dass wir auch die Zeit der Trauer nach dem Verlust eines Angehörigen in den Blick nehmen wollten. Daher gibt es jetzt ausgebildete Trauerbegleiterinnen, die für persönliche Gespräche, auch über lange Zeiträume, da sind und es gibt an jedem letzten Sonntag im Monat ein Trauercafé, in das Hilfesuchende kommen können, um sich dort mit anderen auszutauschen und Ansprechpartner zu finden.

lich sind und diese sind finanziell abgesichert. Im Laufe der Jahre wurde deutlich, dass wir auch die Zeit der Trauer nach dem Verlust eines Angehörigen in den Blick nehmen wollten. Daher gibt es jetzt ausgebildete Trauerbegleiterinnen, die für persönliche Gespräche, auch über lange Zeiträume, da sind und es gibt an jedem letzten Sonntag im Monat ein Trauercafé, in das Hilfesuchende kommen können, um sich dort mit anderen auszutauschen und Ansprechpartner zu finden.

Mit Blick auf die Zukunft: Was wird sich verändern?

25 Jahre führen dazu, das Erscheinungsbild zu verändern: Es wird, um auf das Angebot und das Thema aufmerksam zu machen, eine neue Webseite und ein neues Logo geben. Ich glaube, dass durch die Arbeit der Hospizgruppe, die es inzwischen an vielen Orten gibt, die Themen Sterben, Tod und Trauer mehr in die Öffentlichkeit gelangen und wir ermutigen, sich damit auseinanderzusetzen. Das hat auch zur Folge, dass wir immer auf der Suche nach neuen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sind, die sich dieser Aufgabe widmen möchten. Denn die Nachfrage wird größer.

Das Gespräch führte Dieter Scholz

Die Hospizbewegung lädt zum Jubiläum ein

■ Auf einen Festakt zum 25-Jahr-Jubiläum möchte die Hospizbewegung bewusst verzichten. „Weil wir viel lieber gemeinsam mit unseren Wegbegleitern, Mitgliedern und vielen weiteren Gästen einen interessanten und unterhaltsamen Abend verbringen möchten“, heißt es in der Einladung des Vorstandes für Samstag, 12. November. Ab 19 Uhr wird es in der Aula

des Gymnasium Marianum eine nachdenklich machende Reise geben. Die ehemalige Warburger Pfarrerin Ute Wendorff, eine der Mitbegründerinnen des Hospizkreises, wird sprechen. Anschließend geht Aphrodite, die Clownin der leisen Töne, humorvoll auf „Gemischte Gefühle“ ein. Und das Duo Bergerac, die Gitarristen Peter Ernst und Karin Scholz, werden dazu

den musikalischen Genuss bieten. Im Anschluss an die Veranstaltung lädt das Team der Hospizbewegung zu Gesprächen und Infos über die Arbeit ein.

Die Hospizbewegung Warburg ist jederzeit unter Tel. (01 71) 957 75 58 zu erreichen. Als ambulanter Hospizdienst bietet sie in der Region Hilfe für Schwerkranke, Sterbende und deren Angehörige.