

Gruß Gott miteinander,

zunächst bedanke ich mich beim Vorstand des Katholischen Frauenbunds Neumarkt, dass Sie mich eingeladen haben, heute zum Thema „Frauen im Hospiz“ zu sprechen. Darin spüre ich eine hohe Wertschätzung und Anerkennung für das ehrenamtliche Engagement unserer zahlreichen, überwiegend weiblichen Aktiven im Neumarkter Hospizverein.

Herzlich begrüßen möchte ich auch den Hausherrn und unser langjähriges Mitglied, Stadtpfarrer Winner.

So wie der Katholische Frauenbund auf eine mehr als hundertjährige erfolgreiche Geschichte zurückblicken kann, so ist auch die vor 50 Jahren entstandene Hospizbewegung eine Erfolgsgeschichte. Denn wie der Katholische Frauenbund wird auch die Hospizbewegung von Beginn an von starken Frauen auf der Basis von christlichen Wertvorstellungen getragen. Zu den entscheidenden Erfolgsfaktoren gehört für mich, dass Frauen über eine wesentlich größere emotionale und soziale Kompetenz und Intelligenz verfügen als Männer, die wiederum über eigene - andere Stärken verfügen.

Ich bin als jüngstes von drei Geschwistern groß geworden. Meine Eltern waren beide Lehrer und haben stets darauf geachtet, ihren Kindern eine Lebensführung nach christlichen Grundsätzen zu vermitteln.

Nach meiner Schulzeit habe ich an der Katholischen Fachhochschule für Sozialwesen in Köln studiert. Übrigens: in Köln wurde 1903 der Katholische Frauenbund gegründet, dem auch diese Fachhochschule zu verdanken ist. Nach Abschluss meines Studiums als Diplom-Sozialpädagogin habe ich beim Sozialdienst Katholischer Männer in Köln gearbeitet.

Nach der Geburt des ersten meiner drei Kinder habe ich mich für den anspruchsvollen Beruf der „Hausfrau und Mutter“ entschieden. Meine erste ehrenamtliche Tätigkeit war die Mitarbeit in der Telefonseelsorge Essen, wo wir drei Jahre lang gelebt haben.

Durch den beruflichen Wechsel meines Mannes nach Neumarkt habe ich 1984 hier ein neues Zuhause gefunden. Als Rheinländerin, die den Oberpfälzer Dialekt bis heute noch nicht angenommen hat, fühlte ich mich doch sehr bald in der neuen Heimat wohl und gut angenommen.

Mit Beginn der Schulzeit meiner Kinder habe ich mich lange Jahre als Elternbeirat engagiert. Seit einigen Jahren bin ich Mitglied im Kuratorium des Neumarkter Vereins „Menschen in Not“ der Mittelbayerischen Zeitung.

Als 1995 mein Vater starb, habe ich zum ersten Mal die unmittelbare Betroffenheit durch den Verlust eines geliebten Angehörigen verspürt und zugleich die bittere Erfahrung gemacht, dass ein erheblicher Mangel und großer Bedarf an wirksamer Sterbe- und Trauerbegleitung besteht. Wie gut hätte mir und meinen Angehörigen in dieser Zeit eine professionelle Unterstützung getan!

Eine Freundin hat mich 1998 – quasi als Türöffner - darauf aufmerksam gemacht, dass sich 1995 in Neumarkt ein neuer Verein etabliert hat mit dem – auch heute noch gültigen - Ziel, den Hospizgedanken hier bei uns bekannt zu machen und umzusetzen entsprechend dem Wunsch der Ärztin und Sozialarbeiterin Dr. Cicely Saunders, der Begründerin der Hospizidee:

Das Leben nicht mit Tagen füllen sondern die Tage mit Leben füllen!

Cicely Saunders eröffnete 1967 in London das erste moderne Hospiz für Schwerstkranke und Sterbende. Statt all der Pläne zur Freigabe aktiver Sterbehilfe sollte lieber eine gekonnte, erfahrene und mitfühlende „Pflege im Endstadium“ entwickelt werden, die für jeden Patienten mit fortgeschrittener unheilbarer

Krankheit verfügbar wäre – das war und ist auch heute noch die Auffassung der gesamten Hospizbewegung. Cicely Saunders hat es einmal auf einen ganz einfachen Nenner gebracht:

Low Tech and High Touch
ein Minimum an Technik und ein Maximum an Berührungen

Weil mich dieser Grundgedanke direkt angesprochen und tief berührt hat, habe ich den Grundkurs im Hospizverein Neumarkt absolviert und bin Mitglied geworden. Zu dieser Zeit waren etwa 20 Personen (auch damals überwiegend Frauen) tätig.

Schon bald haben wir gemerkt, dass mit dem Tod eines Menschen die Aufgaben des Hospizvereins nicht beendet sind. Beim Katholischen Frauenbund habe ich mich zur Trauerbegleiterin ausbilden lassen und seit dieser Zeit bin ich auch Mitglied im Frauenbund, weil ich dessen Ziele und Aufgaben hoch schätze. Alle unsere Trauerbegleiterinnen – inzwischen mehr als 10 – haben ihre Schulung beim Katholischen Frauenbund gemacht.

Im Frühjahr 2003 hat die damalige Vorsitzende des Neumarkter Hospizvereins aufgrund ihrer schweren Erkrankung ihr Amt niederlegen müssen und die Mitglieder haben mich zur neuen Vorsitzenden gewählt – nicht ahnend, dass ich dieses Amt heute immer noch ausübe.

In Deutschland gibt es aktuell rd. 1.500 ambulante Hospizdienste wie den Neumarkter Hospizverein und rd. 240 stationäre Hospize, davon 17 speziell für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene. Insgesamt sind in Deutschland rd. 120.000 Menschen in der Hospizarbeit tätig, davon etwa 90% Frauen.

Seit seiner Gründung vor mehr als 23 Jahren hat sich der Neumarkter Hospizverein sehr positiv weiterentwickelt. Nicht nur die Zahl seiner Mitglieder ist auf aktuell 81 aktive und 195 passive Mitglieder gewachsen, sondern auch unsere Tätigkeiten sind beständig erweitert worden. Dadurch sind wir – davon bin nicht nur ich überzeugt - zu einer unverzichtbaren Einrichtung im sozialen Netz für die Stadt und den Landkreis Neumarkt geworden.

Heutzutage werden die Menschen immer älter, und es wird alles getan um ihr Leben mit Tagen zu füllen. Umso wichtiger ist es, sich der Aufgabe zu stellen, die letzten Tage mit Leben zu füllen.

Was ist Hospizarbeit?

Es geht in der Hospizarbeit nicht darum, neue Institutionen zu schaffen sondern darum, alte Traditionen des menschlichen Umgangs mit Sterbenden wieder neu zu entdecken und sie in unsere veränderte Welt hinein zu bringen.

Uns Menschen muss wieder bewusst werden, dass Sterben keine Krankheit ist und die Begleitung Sterbender auch keine allein ärztliche Aufgabe sondern eine gesellschaftliche Herausforderung ist. Sie betrifft jeden und jeder sollte bereit sein zu reagieren.

Zu Hause zu sterben ist der Wunsch der meisten Menschen. Dies zu ermöglichen ist das vorrangige Ziel der Hospizbewegung, deren Arbeit sich durch folgende Schwerpunkte auszeichnet:

- Die **psychosoziale Begleitung** umfasst die emotionale Unterstützung der Sterbenden und ihrer Angehörigen. Sie hilft bei der Verarbeitung der Gefühle, die bei der Auseinandersetzung mit dem bevorstehenden Tod auftreten. Sie unterstützt alle Betroffenen bei der Bewältigung unerledigter Probleme.

- Durch **spirituelle Begleitung** haben Sterbende die Möglichkeit, Raum zu finden, sie selbst zu sein und ihr Leben bis zuletzt zu leben. Am Lebensende stellt sich oft die Sinnfrage. Verstehen kann man den Tod zwar nicht, man kann aber versuchen, diese Lebenserfahrung zu bestehen. Zur Sterbebegleitung gehört im notwendigen Umfang auch die Trauerbegleitung.
- Die Aufgaben der **palliativen Medizin und der palliativen Pflege** sind es, Schmerzen und andere Beschwerden, die in der letzten Lebensphase auftreten können, zu behandeln und zu lindern und dadurch die Lebensqualität sterbender Menschen zu verbessern.
- Und wesentliches Element der ambulanten Hospizarbeit ist die Sterbebegleitung durch **ehrenamtliche Hospizbegleiterinnen**.

Diese lebensbejahende Grundidee schließt aktive Sterbehilfe aus.

Wie arbeiten wir im Hospizverein Neumarkt?

**Hospizbegleiterinnen gehen überall dorthin, wohin sie direkt vom Patienten oder von seinen Angehörigen gerufen werden.
Wir betreuen Menschen in der Stadt und im Landkreis Neumarkt.**

Erreicht den Hospizverein eine Anfrage von Betroffenen, ist die Einsatzleitung erster Ansprechpartner für den Patienten und / oder dessen Angehörige. Sie wird in der Regel den ersten Besuch abstatten, um in Erfahrung zu bringen, wie der Patient am besten von uns Hospizlern betreut und die Angehörigen entlastet werden können. Wir Hospizler – mit dieser Bezeichnung sind die wenigen aktiven Männer mit eingeschlossen - begleiten sowohl zuhause als auch auf der Palliativstation, im Klinikum und in Altenheimen.

Hospizbegleiterinnen sind kein Ersatz für Pflegekräfte, sie arbeiten jedoch eng zusammen mit den Pflegediensten und SAPV.

Unser primäres Anliegen ist es, dem Patienten möglichst noch einige seiner Wünsche zu erfüllen, z.B. Vorlesen, Spazierfahrten mit dem Rollstuhl, einen Konzertbesuch ermöglichen (Beispiel Maria Hilfberg).

Gerade weil bei frühzeitigem Beginn der Begleitung, wenn persönliche Kontakte noch uneingeschränkt möglich sind und der Patient noch selbst Wünsche äußern kann, noch viel für den Betroffenen getan werden kann, sollte der Hospizverein nicht zu spät in die Betreuung eingebunden werden.

Hospizbegleiterinnen können:

- als einfühlsamer Zuhörer und geschulte Gesprächspartner den Patienten und ihren Angehörigen die Möglichkeit geben, sich offen auszusprechen,
- Nachtwachen halten,
- Kontakte zu Angehörigen, Freunden, Hilfsdiensten, Schmerztherapeuten herstellen oder aufbauen,
- Angehörige und Freunde bei der Trauerarbeit in Einzel- und Gruppengesprächen unterstützen
- und vieles mehr

Dazu fällt mir eine kleine Geschichte ein:

Die Häsin war sehr krank. Der Hase war viel auswärts, um den Alltag sicher zu stellen, und die sieben Kinder waren sich selbst überlassen.

Da kam der Igel zu Besuch, brachte frische Kleeblätter mit und sagte: „Kommt Zeit, kommt Rat!“ und war wieder weg.

Bald darauf kam die Eule herein: „Gut Ding will Weile haben!“ Sprach es und verabschiedete sich.

Die Fledermaus schaute durchs Fenster und fiepte: „Kopf hoch, Frau Nachbarin, so trägt eben jeder sein Päckchen!“

Auch die alte Katze erkundigte sich nach dem Befinden und schnurrte: „Es wird schon wieder werden!“

Als dann der Maulwurf durch das Fenster rief: „Keine Sorge - alles wird gut!“, da empfand die Häsin nur noch Bitterkeit. Denn in der Küche tobten die Jungen und nichts war fertig geworden. Dazu kam noch die eigene Angst.

„Können sich alle gar nicht vorstellen, wie mir zumute ist“, dachte die Kranke. „Müssen die denn alle solchen gut gemeinten Unsinn daher reden? Das sind doch nur Sätze, die alles und nichts sagen.“

Während sie noch voller Angst so nachdachte und merkte, dass all der gut gemeinte Trost im Grunde keiner war, kamen die Ameisen herein, grüßten kurz, stellten Feldblumen auf den Tisch, versorgten die jungen Hasenkinder, waren bei alledem sehr leise und verabschiedeten sich ohne jeden Aufwand.

Da trat viel Ruhe ein und vor allem: die Hoffnung wuchs.

Anfangs stand ausschließlich die Sterbebegleitung im Mittelpunkt der Vereinsarbeit, in der Folgezeit sind weitere, zuvor bereits erwähnte Aufgaben hinzugekommen wie zum Beispiel die Trauerbegleitung und Krisenintervention.

Trauernde brauchen Mitgefühl, Zuwendung und Zeit. Unsere in Großfamilien lebenden Vorfahren haben dies wie selbstverständlich erfahren. Heute ist jedoch die „Schonfrist“ für Trauernde viel zu kurz. Sie sind oft alleine und müssen erleben, dass in der modernen Gesellschaft weder Platz noch Verständnis für sie da ist.

Heute wissen wir, dass eine normale Trauer bis zu fünf Jahre dauern kann. Es geht nicht darum, die Verstorbenen zu vergessen sondern den Schmerz über den Verlust in seinen veränderten Lebensweg zu integrieren.

An dieser Stelle darf ich den Theologen Dietrich Bonhoeffer zitieren:

**... es gibt nichts, was uns die Abwesenheit
eines geliebten Menschen ersetzen kann;
und man soll das auch gar nicht versuchen,
man muss es einfach aushalten und durchhalten;**

**das klingt zunächst sehr hart,
aber es ist doch zugleich ein großer Trost;
denn indem die Lücke wirklich unausgefüllt bleibt,
bleibt man durch sie miteinander verbunden.**

Unser Hospizverein bietet zur Bewältigung von Schmerz und Verlust verschiedene Begleitungen an:

- Einzelgespräche mit einer geschulten Trauerbegleiterin
- Geschlossene Trauergruppen für Erwachsene und Kinder
- Selbsthilfegruppe AGUS (Angehörige nach Suizid)
- Trauer-Café und Trauerspaziergang
- Adventsnachmittage
- Am Heiligabend den Nachmittag für allein stehende Trauernde

**Oberstes Gebot bei allen unseren Begleitungen
ist die strikte Schweigepflicht.**

Ob Einzelgespräch oder geleitete Gruppe - Trauernde dürfen erfahren: Hier ist jemand, der mich in meiner Situation sieht und versteht. Der tiefe Schmerz darf seinen Ausdruck finden.

Wir Trauerbegleiterinnen nehmen den Trauernden an und holen ihn da ab, wo er gerade steht. Wir hören aufmerksam zu - ohne zu belehren und zu bewerten. Wir sind zuverlässig da und haben Zeit, bis der Trauernde sich selbst wieder dem Leben zuwenden kann.

Dem Hospizverein Neumarkt ist es ein großes Anliegen, dass Menschen in Trauer nicht alleine gelassen werden, sondern Unterstützung finden. Deshalb bieten wir eine geschlossene Trauergruppe an, zu der sich Trauernde anmelden können, egal, wie lange der Verlust eines nahe stehenden Menschen zurückliegt.

An einer geschlossenen Trauergruppe nehmen in der Regel nicht mehr als 10 bis 12 Trauernde teil; denn es ist sinnvoll, dass diese Gruppe nicht zu groß ist. Geschlossen heißt sie deshalb, weil nach dem ersten Zusammentreffen kein neuer Trauernder dazu kommen kann.

Gemeinsam mit zwei ausgebildeten Trauerbegleiterinnen werden in 10 Treffen im 14-tägigen Abstand verschiedene Themen mit bzw. in der Gruppe bearbeitet.

Unser Trauer-Café findet an jedem 1. Mittwoch und 3. Samstag eines Monats nachmittags in den Räumen des Hospizbüros statt. Dieses Angebot ist gut etabliert und hat sich zu einer Anlaufstelle für Trauernde entwickelt, denen es nach einer freundlichen Begegnung und Gesprächen zumute ist.

Kindertrauergruppe

Schon bald kam die Frage auf, wo bleiben die Kinder, die meist vergessen werden. Seit einigen Jahren bieten wir eine Kindertrauergruppe an, in der wir den Kindern vermitteln wollen:

- Trauer ist keine Krankheit sondern eine natürliche Reaktion auf einen Verlust.
- Durch die Gruppe erfahren die Kinder, dass auch andere Kinder den Tod „erleben“.
- Sie fühlen sich dann nicht mehr so ausgeschlossen, so anders als andere.
- Sie sind mit ihren Gefühlen um den Verlust nicht alleine. Durch Gespräche und Verständnis lösen sich die Gefühle der Angst, der Wut und der Traurigkeit.
- Sie können erfahren, dass das Ausdrücken von Gefühlen in einer geschützten Gruppe gut tut und dass sich ihre Gefühle dann auch wieder verändern.

**Sterben ist ein Teil des Lebens -
Alles was einen Anfang hat, hat auch ein Ende.**

Kinder haben einen spontanen Zugang zu diesen doch einfachen Wahrheiten - einfache aber tiefe Gesetze, die mancher Erwachsene lieber vergessen möchte.

Je offener und ehrlicher wir mit den Kindern die Themen Tod und Sterben ansprechen, umso eher können sich beängstigende Phantasien auflösen, können konkrete Bilder entstehen, Achtung und Ehrfurcht gegenüber dem Leben und jedem einzelnen Lebewesen entwickeln.

Im geschützten Raum trifft sich die Gruppe an acht Samstagen im Abstand von vierzehn Tagen. Am Anfang eines jeden Treffens führen wir die Kinder an ein Thema heran, das wir dann zusammen „erarbeiten“. Es geht darum, die Kinder zum eigenen Ausdruck ihrer Gedanken, Erinnerungen und Gefühle anzuregen. Zusammen wird geredet, gemalt, gespielt und gelacht.

Kinder brauchen die Erlaubnis zum Fröhlich-Sein und die Bestätigung: Schön, dass es dich gibt.

Die **Weihnachtsfeiertage** sind für alleinstehende Trauernde eine besonders schwierige Zeit. In unserer christlichen Gesellschaft ist es unmöglich, dieser Weihnachtsstimmung, die geprägt ist von Licht, Freude, Familie, Besinnlichkeit usw. zu entkommen. Vor fünf Jahren kam mir der Gedanke, ein Angebot für alleinstehende Trauernde zu machen. Auf meine Frage an das Team, wer sich bereit erklärt mitzumachen, meldeten sich spontan mehrere Hospizler, obwohl alle selbst Familie haben.

Ich war begeistert und seit diesem Zeitpunkt laden wir am Nachmittag des Heiligen Abend alleinstehende Trauernde ein, sich mit anderen in vergleichbarer Situation in den Räumen des Hospizvereins zu einem zwangslosen Beisammensein in einem würdigen Rahmen zu treffen. Dieses Angebot wird zu unserer großen Freude sehr gut angenommen und das positive Feedback der Teilnehmer bestärkt uns an diesem Konzept festzuhalten.

Seit vielen Jahren bieten wir eine Selbsthilfegruppe für Angehörige nach einem Suizid an (AGUS-Gruppe).

An jedem 1. Mittwoch im Monat steht die Tür unseres Hospizbüros offen für Trauernde, die einen ihnen nahestehenden Menschen durch Suizid verloren haben - ob erst vor kurzer Zeit oder bereits vor Jahren.

Angehörige und Freunde eines Menschen, der sich das Leben genommen hat, sind mit einer der denkbar schwersten Lebenskrisen konfrontiert. Nicht immer ist es ihnen möglich, mit Bekannten oder Verwandten über den durch Suizid Verstorbenen und die dadurch entstandenen Probleme zu reden.

Ein Suizid ist nicht nur ein plötzlicher und meist unerwarteter Tod, er ist auch die am stärksten tabuisierte Todesart in unserer Gesellschaft. Geheimnisse und Vorurteile ranken sich um jeden einzelnen Suizid und es werden die unterschiedlichsten Erklärungsmodelle gesucht.

Wir begleiten die Trauernden durch eine Zeit, in der sie sich in einem Wechselbad von Gefühlen wie Schuld, Scham, Angst, Wut und Hilflosigkeit befinden. Der Austausch mit anderen, die gleichermaßen

betroffen sind, zeigt, dass sie nicht die Einzigen sind, die sich in solch einem Gefühlschaos gefangen sehen. Er kann dabei helfen,

- **verlorenes Selbstwertgefühl** wieder aufzubauen, sich aus einer möglicherweise entstandenen
- **sozialen Einsamkeit** zu befreien und zu einer
- **Neuorientierung und Neudefinition des eigenen Selbst** zu verhelfen, in einer veränderten Welt, in der nichts mehr ist, wie es einmal war.

Wir bieten allen Betroffenen die Möglichkeit, sich bei uns im geschützten Raum zu treffen. Hier können sie alles, was sie bewegt, aussprechen in der Gewissheit, verstanden zu werden, da alle – auch wir Begleiter – ähnliches erlebt haben.

Hier können sie - so lange sie möchten und so lange sie es brauchen - den schweren Weg dieser besonderen Trauer gemeinsam mit anderen Betroffenen versuchen zu bewältigen.

Krisenintervention

Vor 19 Jahren wurde ich von den Rettungsdiensten angesprochen, ob wir in besonders schwierigen Situationen Unterstützung leisten können. Daraufhin haben sich mehrere erfahrene Hospizhelferinnen für derartige Einsätze schulen lassen. Seit 18 Jahren existiert das Krisen-Interventions-Team des Hospizvereins Neumarkt (kurz KIT), das für das Einsatzgebiet der Polizei-Inspektion Neumarkt zuständig ist.

Wir KIT-ler werden unmittelbar nach Eintreten eines Ereignisses tätig und arbeiten in enger Kooperation mit den Rettungsdiensten und der Polizei. Unsere Arbeit beginnt dort, wo die Tätigkeit der Notärzte, Feuerwehr oder Polizei aufhört. Derzeit leisten 15 Frauen und 5 Männer psychosoziale Unterstützung, wir ersetzen keine psychotherapeutischen oder ärztlichen Maßnahmen.

Wir kommen zum Einsatz bei schweren Krisen im Zusammenhang mit:

- Reanimation oder Todesfall unter besonderen Umständen
- Desorientierung, Verwirrung und Verzweiflung von Opfern und Hinterbliebenen
- massiver Gewalterfahrung, Überfall, Geiselnahme, gewalttätigen Familienkonflikten
- schweren Verkehrs-, Freizeit- oder Arbeitsunfällen
- Bränden oder Naturkatastrophen mit Schwerverletzten und Toten
- Evakuierung
- Suizid
- Tod eines Kindes
- Überbringen einer Todesnachricht an Hinterbliebene (stets in Zusammenarbeit mit der Polizei)

Alle KIT-ler sind aktive Hospizbegleiterinnen und das Team arbeitet in ständiger Rufbereitschaft (an jedem Tag rund um die Uhr). Alle Team-Mitglieder besitzen eine fundierte Ausbildung, handeln nach ethischen Grundsätzen und leisten professionelle Hilfe in Krisensituationen, teilweise in Absprache und Zusammenarbeit mit den evangelischen Notfallseelsorgern.

Folgender Brief erreichte uns nach dem KIT-Einsatz einer unserer Mitarbeiterinnen (ein Familienvater war plötzlich gestorben):

„Wir danken Euch

Wir möchten uns auf diesem Wege ganz herzlich für die heilvolle Hilfe beim Tod unseres Papas / meines Mannes bedanken.

Es war die dunkelste, kälteste Nacht in unserem Leben. Es herrschte Zerrissenheit, ein Durcheinander, ein Chaos ohne Ende. Da waren plötzlich wildfremde Menschen, die wussten, wo's lang geht, die uns auffingen, die mit uns durch diese Nacht gingen. Ich danke Gott, dass es solche Menschen auf der Erde gibt.

Ich danke Euch für Euren selbstlosen, aufopfernden mitfühlenden Einsatz. Ich bin mir sicher, dass wir unser ganzes Leben immer wieder an Euch denken...“

Nach jahrelangem ehrenamtlichen Einsatz verfügen wir über vielfältige Erfahrungen in der Begleitung Schwerstkranker und Sterbender sowie deren Angehörigen.

Alle Hospizbegleiterinnen müssen einen 100-stündigen Grundkurs absolvieren, der von qualifizierten Dozenten aus verschiedenen relevanten Fachgebieten (Medizin, Psychologie, Recht usw.) betreut wird und ein breites Themen-Spektrum behandelt.

Abgerundet wird die theoretische Ausbildung von einem 20-stündigen Praktikum in einer Sozialstation. Danach erhalten alle Begleiter/-innen regelmäßige Fortbildungen und Supervisionen.

In unserer Verbandsatzung ist festgehalten, dass auch die Information der Öffentlichkeit zum Zweck unseres Hospizvereins gehört. Das Anliegen dieser Arbeit ist es, den Themenbereich Sterben und Tod aus der Tabuzone zu lösen durch:

- Organisation von öffentlichen Vorträgen mit eingeladenen Fachreferenten zu aktuellen Themen aus dem Aufgabenbereich der Hospizbewegung
- Vorträge und Seminare durch unsere Mitarbeiter/-innen auf Anfrage in Vereinen, Verbänden, Kirchengemeinden, Schulklassen und verschiedenen sozialen Einrichtungen um auf diese Weise den Hospizgedanken zu den unterschiedlichsten Gruppierungen zu tragen
- Pressearbeit
- Info-Tische bei verschiedenen lokalen Veranstaltungen

Dreimal im Jahr erscheinen die Hospizmitteilungen, unsere Vereinszeitung mit Informationen, Terminen, Artikeln und Gedanken über die Hospizarbeit in Neumarkt und die Hospizidee im weiteren Sinne. Sie wird an alle Mitglieder und Interessenten verschickt bzw. verteilt.

Alle unsere Vereinsaktivitäten müssen organisiert und verwaltet werden um einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten. Darum kümmern sich unsere Mitarbeiter/-innen des Bürodienstes.

Gerade in der heutigen Zeit sind immer wieder die Fragen zu hören:

- Wie soll das alles finanziert werden?
- Woher sollen wir die Gelder hernehmen?
- Wer ist zuständig? usw.

Deshalb ist es so wichtig und hoch anerkennenswert, dass es Menschen gibt,

- die Verantwortung übernehmen und sich ausnahmslos ehrenamtlich engagieren,
- die in ihrer Freizeit Ausbildungen, Fortbildungen und Supervisionen machen um Mitmenschen in ihrer letzten Lebensphase, in ihrer schweren Trauer oder in akuten Lebenskrisen mit dem notwendigen, fachlichen Hintergrund beistehen und begleiten zu können.

Im Sommer war ich eingeladen zum Bürgerfest unseres Bundespräsidenten, der es auf den Punkt gebracht hat:

- Menschlichkeit ist, was uns verbindet und wärmt. Ohne sie gelingt kein Zusammenhalt, ohne sie ist jedes Zusammenleben schwer. Unsere Demokratie lebt von Menschen, die nicht nur danach fragen, was das Land für sie tut, sondern auch fragen, was sie selbst für unser Land tun können.
- Menschen, die nicht nur schimpfen und meckern,
- Menschen, die anpacken und nicht nur Schuldige und Sündenböcke suchen,
- Menschen, die über den Tellerrand der eigenen Interessen hinaus schauen und für ihre Mitmenschen da sind,
- Menschen, die sich um mehr kümmern als nur um sich selbst.
- Kurz gesagt: Menschen, die sich ehrenamtlich engagieren.
- Ohne Menschen, die sich für andere einsetzen, wären wir ein anderes Land. Unser Land wäre ärmer und um uns herum wäre es viel kälter.
- Ehrenamtliche machen das Leben in unserem Land reich, wertvoll und lebenswert.

Einen neuen Erdenbürger empfangen wir mit allen Ehren. Jedes Familienmitglied, alle Verwandte und Freunde bereiten sich auf das bevorstehende Ereignis mit Begeisterung vor. Das ist gut und auch wichtig.

Wenn aber ein Mensch an seinem Lebensende steht, schauen manche lieber weg, weil es so traurig ist und das Sterben und die Trauer nicht in unseren geschäftigen Alltag passen.

Durch die immer häufigere Auflösung fester Familienstrukturen wächst die Zahl der Menschen, die in schweren Lebenskrisen – ausgelöst durch Krankheit, Sterben, Trauer - alleingelassen und einsam sind. Ist es dann nicht genauso wichtig, sich für den Abschied vom Leben Zeit zu nehmen und die Möglichkeit zu schaffen, das Leben zu reflektieren, Belastendes noch klären zu können um seinen Frieden zu finden? Und genau da ist unser Platz. Wir vom Hospizverein sind einfach da, wenn nichts mehr greift, und wir haben nicht den Anspruch, die alleinigen Könner zu sein.

Wir Hospizhelfer sind Menschen,

- die aus ihren eigenen Erfahrungen und Erlebnissen heraus, mit Respekt, Demut, Achtsamkeit und Wertschätzung dem Mitmenschen, sich selbst, dem Leben und dem Sterben gegenüber stehen.
- die sich mutig in einen Bereich der Angst, der Verzweiflung, des Leidens begeben und dabei immer auch mit der eigenen Endlichkeit konfrontiert werden,
- die eine liebevolle Beziehung eingehen, die niemals einseitig ist, damit sie auch tragen kann.

Wir hören zu, wir hinterfragen, wir weichen nicht aus und wir halten aus. Wir lachen mit den Menschen, wir nehmen sie in den Arm und manchmal weinen wir auch mit ihnen. Wichtig ist, dass wir unsere Mitmenschen nicht alleine lassen, dass wir ihre Trauer, ihren Schmerz und ihre Wut aushalten, dass wir keine vorschnellen Antworten bereithalten und nicht sagen: das haben Sie mir schon so oft erzählt!

Wir Hospizler sind keine Sterbeexperten. Wir sind auch keine medizinischen, pflegerischen oder spirituellen Profis, wie es immer mehr von der Politik erwartet wird. Wir nehmen den Menschen, der uns um Hilfe bittet, und seine Geschichte an ohne zu werten.

Für mich ist es ein großer Unterschied, ob ich zu einem Menschen, der mich um Hilfe bittet, sage: ich bin jetzt da für dich, ich habe Zeit für deine Lebensgeschichte, weil du mir als Mensch wichtig bist. Oder ob ich sage: ich bin jetzt da für dich, ich habe Zeit, weil du mir als Mensch wichtig bist, aber jede Stunde kostet dich 30 Euro. Für unser Tun braucht es Nähe, Einfühlungsvermögen und Zeit, viel Zeit und die bringen wir Hospizler mit. Da ist kein Platz für Verrechnungsziffern.

Unsere beiden Einsatztelefone sowohl für die Krisenintervention als auch für die Sterbebegleitung sind Tag und Nacht besetzt und das an allen 365 Tagen im Jahr. Ich bin stolz darauf, heute sagen zu können: in all den Jahren haben wir noch kein einziges Mal sagen müssen, dass wir die gewünschte Hilfe in der Sterbebegleitung, Trauerbegleitung oder Krisenintervention nicht leisten können. Das alles zu organisieren und zu gewährleisten ist oft nicht einfach, weil alle unsere aktiven Helfer selbst auch Familie, Beruf und Privatleben haben.

Für unseren Hospizverein verwenden wir gerne das Bild einer Straßenbahn. Menschen unterschiedlichster Art, Herkunft, Geschichte und Alter steigen ein, fahren eine Strecke mit und steigen wieder aus, wenn sie es für richtig halten. Wie ich eben erwähnt habe, sind Menschen vor mehr als 20 Jahren in diese Straßenbahn eingestiegen und fahren immer noch mit - weil es bei uns so schön ist. Wie einige andere auch sitze ich selbst schon seit 20 Jahren in dieser Bahn und es ist immer noch schön, als Mitreisende dabei zu sein. Und besonders freue ich mich, dass sich immer mehr junge mutige Menschen in unserem Verein engagieren und - so glaube ich - bei uns recht wohl fühlen.

Voraussetzung dafür, dass wir die vielfältigen und oft auch schweren/ belastenden Aufgaben für die von uns betreuten Menschen qualifiziert leisten können - und das über viele Jahre hinweg - ist, dass wir Hospizler gut auf uns selber achten und gut mit uns selbst umgehen. Das ist nur möglich, weil wir gut geschult sind, einen monatlichen Erfahrungsaustausch pflegen und regelmäßig an Supervisionen teilnehmen. Das wiederum ist nur möglich durch die finanzielle Unterstützung, die wir durch Spenden und Zuwendungen erhalten. Allein mit den Mitgliedsbeiträgen könnte der Hospizverein seine vielfältigen Aufgaben nicht erfüllen.

Oft werden meine Kolleginnen und ich gefragt, wie wir das nur aushalten immer mit Tod, Sterben, Trauer und Krisen konfrontiert zu werden. Es ist die Gemeinschaft, die uns trägt, die Gemeinschaft mit Menschen, die christliche Nächstenliebe leben, die sich nicht abwenden. Und es ist die Wertschätzung des eigenen Lebens, die uns immer wieder motivieren und wachsen lassen.

Wir sind einer der wenigen Hospizvereine - und wir zählen schon zu den größeren -, die rein ehrenamtlich und ohne festangestellte bezahlte Koordinatoren arbeiten. Keiner von uns bekommt Geld für seine Arbeit. Viel mehr wert sind uns der Dank, die Anerkennung und vor allem das Vertrauen der Menschen, die wir ein Stück auf ihrem schweren Weg begleiten durften und auch weiterhin begleiten werden.

Wir erleben immer wieder aufs Neue, dass es sich lohnt für dieses Ehrenamt zu kämpfen, auch dann, wenn es uns manchmal nicht leicht gemacht wird. Aber wir schaffen das schon.

Wir sehen das menschliche Leben von seinem Beginn bis zu seinem Ende als Ganzes. Sterben ist Leben - Leben vor dem Tod. Im Zentrum stehen die Würde des Menschen in all seinen Lebensphasen und der

Erhalt seiner größtmöglichen Autonomie. Diese lebensbejahende Grundidee schließt die Tötung auf Verlangen und die aktive Beihilfe zur Selbsttötung aus.

Uns ist wichtig, dass die christlichen Grundwerte wie

- Nächstenliebe,
- Barmherzigkeit,
- Bescheidenheit,
- Verantwortungsbewusstsein,
- Wahrhaftigkeit,
- Dankbarkeit und
- Gemeinschaft

unser Denken und Handeln im täglichen Miteinander prägen und lenken.

Für uns gilt, dass die Würde und der Wert eines Menschen unantastbar sind – unabhängig von seiner Herkunft, Hautfarbe, Religion, Weltanschauung, Geschlecht, Bildungsstand oder Leistungsfähigkeit.

Uns ist wichtig, dass jeder Mensch in seiner Persönlichkeit geachtet und wertgeschätzt wird. Wir begegnen jedem Menschen im täglichen Miteinander mit Achtung und Respekt und wir nehmen ihn so an, wie er ist.

In der Hospizarbeit berühren wir immer wieder Grenzen:

- Grenzen des Lebens am Übergang zum Tod,
- Grenzen des Anderen in seinem Wunsch nach Mitteilung,
- eigene Grenzen zu unterschiedlichen Glaubens- und Lebensfragen und auch bei Fragen nach dem „Wieviel und wie intensiv“ bei der Gestaltung der Begleitung.

Würdevolles Umgehen mit den Schwerkranken und Sterbenden ist nur möglich durch Kenntnis der eigenen Grenzen und Wissen um die Grenzen des Mitmenschen.

Hospizarbeit ist ein ganz besonderes Ehrenamt.

Unsere Aktiven haben eine sehr spezielle Freizeitplanung und können nur mit der großartigen Unterstützung und dem dankenswerten Verständnis ihrer eigenen Familien dieses Ehrenamt ausüben.

Die Belastungen, die unsere Tätigkeiten mit sich bringen, lassen sich nicht mit Leichtigkeit umsetzen. Deshalb achten wir stets und ständig darauf, dass keine Selbstüberforderung einsetzt.

Es ist das Mitgefühl - mit angemessener Nähe und Distanz - zu den von uns betreuten Menschen und die große Dankbarkeit, die in unterschiedlichsten Formen zurückfließt, die dieses Ehrenamt so interessant machen.

Keine Erwartungshaltung, nur Da-Sein, den Menschen in der Situation, in dem er sich gerade befindet, abholen und ihm für eine Weile Begleitung sein.

Helfen den Weg zu finden aus dem völligen Chaos, aus Panik, Trauer, Schock und Verlust. Stütze sein für die jeweils Betroffenen, um mit Achtsamkeit und sensiblem Gespür gemeinsam ins Handeln zu kommen, Aufgaben wieder anzunehmen und zu übernehmen.

Ein Ehrenamt wird aus den unterschiedlichsten individuellen Gründen übernommen: Mitgefühl, Dankbarkeit dem eigenen Leben gegenüber und dem wichtigsten aller Gründe: niemand sollte das Gefühl haben, alleine mit Allem fertig werden zu müssen!

In diesem Sinne ist das Ehrenamt eines der wichtigsten Ämter der Welt. Und Hospizarbeit ist eines der schwersten Ehrenämter, aber auch eines der schönsten. Keiner von uns arbeitet selbstlos. Wir bekommen für unsere Tätigkeiten so viele positive Rückmeldungen, dass sich unser Einsatz lohnt.

In meinem bisherigen Leben habe ich so viel Gutes erfahren, dass ich gerne etwas zurückgeben möchte. Und mit dieser Grundhaltung und Überzeugung arbeiten mit mir die vielen aktiven Frauen - und auch einige Männer - im Neumarkter Hospizverein.

Bevor ich nun zum Ende meiner Frauenworte komme, habe ich eine Bitte an Sie alle: Tragen Sie den Hospizgedanken weiter, damit er die Menschen erreicht, die unsere Hilfe benötigen. Danke dafür!

Schließen möchte ich mit den Worten eines 85-Jährigen, der seinen nahen Tod vor Augen hat:

Wenn ich noch einmal zu leben hätte,
dann würde ich mehr Fehler machen,
ich würde versuchen,
nicht so schrecklich perfekt sein zu wollen,
dann würde ich mich mehr entspannen
und vieles nicht mehr so ernst nehmen,
dann wäre ich gelassener und verrückter,
ich würde mir nicht mehr so viele Sorgen machen
um mein Ansehen,
dann würde ich mehr reisen,
mehr Berge besteigen,
mehr Flüsse durchschwimmen
und mehr Sonnenuntergänge beobachten,
dann würde ich mehr Eiscreme essen,
dann hätte ich mehr wirkliche Schwierigkeiten
als nur eingebildete,
dann würde ich früher im Frühjahr
und später im Herbst barfuß gehen,
dann würde ich mehr Blumen riechen,
mehr Kinder umarmen und mehr Menschen sagen,
dass ich sie liebe.
Wenn ich noch einmal zu leben hätte...
Aber ich habe es nicht.

Aus der „Flugpost“ Albatros – Augsburg, Januar 2000