

Mit einer Kindheit
voll Liebe
kann man
ein halbes Leben hindurch
die kalte Welt aushalten.

Jean Paul

25

Juni 2010



Der Vorstand:

1. Vorsitzende: Hildegard Bauer-Birke (B)
2. Vorsitzender: Peter Cramer (C)
Beisitzer: Margret Wessel (W), Dr. med. Hinrich Haag (H)
Gisela Theis (T), Nicole Steinfeld (St)
Renate Engstfeld (E)

Mitarbeit:

- Koordinatorinnen: Elvira Hausherr-Bruns (HB)
Claudia Hofschlaeger (CH)
Büro: Hanni Wenzel (HW)
Bärbel Skrodol (BS)
Redaktion: Hanni Wenzel (HW)
Nicole Steinfeld (St)

Inhaltsverzeichnis

Abschied und Tod von krebskranken Eltern.....	2
Neu im Vorstand	5
Ehrenamtliche stellen sich vor.....	6
Krebs und die Psyche des Menschen.....	7
Kinder krebskranker Eltern	9
Wolfgang Amadeus Mozart an seinen kranken Vater	11
Buchbesprechungen	12
Das Aquarium-Beispiel.....	15
Kurze Vorstellung von Flüsterpost e.V.....	18
Kinder kommen gut durch die Trauer, wenn man sie lässt.....	24
Was sage ich, nachdem ich „Guten Tag“ gesagt habe?	27
TSV Bayer 04 Leverkusen und der Hospizverein	29
„Gevatter Tod“.....	32
Kurz notiert:.....	34
Angebote für Trauernde.....	34
Schlusswort	35
Beitrittserklärung	36

Abschied und Tod von krebskranken Eltern

Dies ist das Schwerpunktthema in diesem Heft. Zuerst konnte ich mich mit diesem Thema überhaupt nicht anfreunden.

An Krebs erkrankte Kinder, ja, die armen Eltern, die sich von dem Kind trennen müssen und das manchmal auch schon lange wissen.



Aber in dieser Ausgabe sollte es um die Kinder gehen, die ein Elternteil durch eine Krebserkrankung verlieren und sich von ihnen trennen müssen. Diese Kinder haben alle Altersklassen.

Meine Eltern habe ich schon beide verloren und so fühlte ich mich zuerst gar nicht betroffen. Jetzt stelle ich bei mir fest, wie sehr verärgert, wütend und traurig ich bin, wenn ich eine Todesanzeige lese, wo jemand betrauert wird aus dem Jahrgang 1921. Das war das Geburtsjahr meiner Mutter. Sie haben ihr Elternteil bis heute noch gehabt und ich musste sie schon vor über 25 Jahren verabschieden. Bei vielen großen Familienfesten hätte ich sie noch so gerne in unserer Mitte gehabt.

Was geht in einem Menschen vor, wenn er mit der Diagnose konfrontiert wird? Zuerst verlegt man sich aufs Bitten

an die Erkrankten, sie sollen dagegen ankämpfen, um die Krankheit zu besiegen. Man will es gar nicht wahr haben. Ich frage gar nicht, wie es dem Kranken dabei geht und was auf ihn zukommt. Nein, ich will den geliebten Menschen nicht verlieren. Wie viele Tage, Wochen und Monate können zwischen der Diagnose und dem Tod liegen? Wie viel Hoffnung aufbauen und trotzdem in der Tiefe der Seele zu wissen, nein, es geht nichts mehr. Was tut man der lieben Person an, wenn man sich so an sie klammert? Wäre es nicht einfacher zu akzeptieren und ihr zu signalisieren, ja du darfst gehen?

Es ist für eine längere Zeit eine Gratwanderung von Gefühlen und Hoffnung und Ängsten.

Heute kann man dem Patienten wenigstens durch eine gute Palliativmedizin eine fast schmerzfreie Zeit schenken. Solange der Sterbende noch isst, stirbt er ja noch nicht.

Die eigenen Kämpfe der Kinder werden zum Schluss weniger und die Akzeptanz wird größer. Man möchte noch viel erzählen und sich Ratschläge einholen.

Die nonverbale Kommunikation ist jetzt ganz innig. Durch die lange Zeit des Zusammenlebens weiß man schon die Antwort. Diese Fragen, Bitten und Antworten werden auch nach dem Tod gestellt. Wie oft werfe ich einen Blick zum Himmel und sage „Mutti hilf mir“.

Irgendwie geht es weiter und die Verstorbenen nehmen auch weiter einen Platz in unserem Leben ein, indem wir viel über sie erzählen.

Mit dem Frühling beginnt ein neuer Jahresabschnitt und die Zeit schreitet an jedem Tag weiter. Mögen Sie liebenswerte Stunden an jedem neuen Tag erleben.

Einen schönen Sommer wünscht Ihnen

Ihre

Friedegard Bauer-Bicke .



Magnolie im Innenhof des ev. Gemeindezentrums Friedenskirche in Schlebusch

Neu im Vorstand

Angekommen im Hospiz – Renate Engstfeld



Schon in meiner Jugendzeit spürte ich die Freude am Umgang mit Menschen und wählte einen Beruf, der mir die Möglichkeit dazu gab.

Ich hatte das Glück, in dieser sehr wichtigen Lebensphase von Menschen begleitet zu sein, die mir vertrauten und auch anvertrauten, und so lernte ich schon zeitig die Bedeutung des gegenseitigen Gebens und Nehmens.

Als dann die Jahre kamen, die von tiefem Leid in der eigenen Familie geprägt waren, dachte ich mich mit einem reichen Erfahrungsschatz für diese neue Lebensphase gerüstet und geriet heftig an die Grenzen meiner eigenen Kraft und Möglichkeiten. Leid und Schmerz in seiner Endgültigkeit zu begleiten und diese leidvollen Stunden anzunehmen und auch auszuhalten, waren eine mir völlig neue Erkenntnis. Ich lernte die Einsamkeit zwischen den Polen – Leben/Tod – kennen, die Dankbarkeit dieses gemeinsamen Erlebens, wie auch die tiefe Verbundenheit zwischen den Menschen in dieser letzten Phase des Lebens. Daraus schöpfte ich eine neue Kraft für meinen weiteren Weg!

Irgendwann stieß ich – im Austausch mit zwei Ärztinnen – auf die Hospizbewegung. Ich war beeindruckt vom Engagement der Menschen, die sich mit den Aufgaben der Hospizarbeit befassen und wollte Näheres kennenlernen.

Seit Mai 2009 gehöre ich nun dazu! Seither hatte ich die Möglichkeit, das Hospiz in seiner ganzen Vielfältigkeit zu erleben. Sei es in der Öffentlichkeitsarbeit, in der redaktionellen Mitarbeit, beim Trauerfrühstück und auch – und das vor allem – in der Begleitung von Menschen.

Am 12. Juni 2010 werde ich meine Ausbildung zur ehrenamtlichen Sterbebegleiterin beginnen. Ich freue mich auf meine neuen Kolleginnen und eine neue Zeit des Lernens.

Zurückblicken darf ich schon auf eine gemeinsame Zeit und einen reichen Austausch mit meinen bewährten Kolleginnen und ebenfalls auf ein gemeinsames tolles Fortbildungswochenende in Große Ledder im November des vergangenen Jahres. Bei solchen Gelegenheiten erfahren wir vieles von und über uns selbst und der Gemeinsamkeit unseres Denkens und Handelns. Es gelingt nicht alles, aber wir versuchen immer, unser Bestes zu geben. Das verbindet uns in unserer Arbeit. Ich bin angekommen im Hospiz! *Renate Engstfeld*

Ehrenamtliche stellen sich vor



Mein Name ist Margareta Zaug, ich bin 67 Jahre alt und von Beruf Sekretärin.

Meine letzten Tätigkeiten, die ich in sozialen Einrichtungen verbrachte, verband mich auch mit der Ehrenamtlichkeit und nach zwei Jahren Ruhestand hatte ich den Wunsch, einen Teil meiner Freizeit in ein Ehrenamt zu investieren, welches alten und kranken Menschen den womöglich letzten Weg erleichtern soll.

Mein Interesse galt der Hospizarbeit und so machte ich eine Hospizausbildung und betreute schon kurz nach der Ausbildung ältere und kranke Menschen.

Es freut mich besonders, dass wir Ehrenamtlichen in viele Seminare eingebunden werden, wo wir viel lernen und dadurch Kompetenz und Sicherheit bekommen. So macht die Arbeit Sinn und Freude und ich hoffe, diese Tätigkeit noch lange ausüben zu können.

Krebs und die Psyche des Menschen

Gibt es sie wirklich, die Krebspersönlichkeit?

„Warum gerade ich? Niemand in meiner Familie ist bisher an Krebs erkrankt! Ich ernähre mich gesund, rauche nicht, trinke nicht ... und trotzdem hat es mich erwischt. Sicher, mein Leben ist nicht einfach. Alles hängt an mir, für alle und für alles fühle ich mich verantwortlich. Eigentlich kein Wunder, dass ich Krebs bekommen habe! Auch meine Verwandten sagen, ich sei selbst schuld: Ich wäre immer trübsinniger geworden und hätte mich oft ausnutzen lassen.“

So wie diese Patientin stellen viele Menschen einen Zusammenhang zwischen ihrer psychischen Situation und ihrer Krebserkrankung her. Auf der Suche nach Ursachen machen sie sich oft selbst für die Entwicklung einer bösartigen Krankheit verantwortlich. Hängen Psyche und Krebsentstehung zusammen? Gibt es so etwas wie eine „Krebspersönlichkeit“? Kann man sich durch gezielte Lebensführung vor Krebs schützen?

Viele Menschen glauben, dass Krebs ein Schrei der Seele sei! Unbewältigte Probleme oder der Verlust eines geliebten Menschen werden zum Beispiel als Auslöser für eine Krebserkrankung gesehen. 60 % der Kranken beantworten die Frage nach einer möglichen Ursache mit Selbstüberlastung. Selbstanklage und Schuldgefühle schwingen dabei oft mit.

Zusammenhänge zwischen psychischer Verfassung und Krebs herzustellen ist nicht neu. Bereits Hippokrates vermutete emotionale Aspekte bei der Krebserkrankung.

Das hat sich bis heute nicht geändert. Immer wieder werden Studien veröffentlicht, die einen Zusammenhang zwischen persönlichkeitsgebundenen Faktoren und dem Ausbruch von Krebs belegen wollen. Aber dann liest man auch immer wieder, dass das alles nicht bewiesen sei.

Bei der Entstehung einer Krebserkrankung kommen viele Faktoren zusammen. Nicht alle sind bekannt und die, die man aufzeigen kann, sind noch nicht alle wissenschaftlich untersucht.

Ein direkter Zusammenhang zwischen psychischen Belastungen und dem Entstehen einer Krebserkrankung ist bislang nicht bewiesen. Zwar liest man immer wieder davon, aber in der Regel handelt es dabei um Einzelfallberichte persönlicher Schicksale.

In Regionen beispielsweise, in denen die Menschen Naturkatastrophen, Krieg, Epidemien erleiden müssen, sehen wir kein gehäuftes Auftreten von Krebserkrankungen, obwohl die Psyche dieser Menschen sehr belastet ist. Dennoch hält sich seit Mitte letzten Jahrhunderts die Beschreibung einer typischen „Krebspersönlichkeit“ hartnäckig.

Der so genannte „Typ C“ – eine Kurzform für „Typus Carcinomatosus“ – bezeichnet Menschen, die für Krebs besonders anfällig sein sollen. Dieser Typ Mensch wird durchgängig beschrieben als depressiv, antriebsgehemmt und unfähig, eigene Interessen zu verfolgen. Doch alle Studien, die die Existenz des Typ C beschrieben haben, gelten inzwischen als widerlegt.

Eine aktuelle Brustkrebsstudie aus den Niederlanden hat ergeben, dass von den 10.000 beobachteten Frauen diejenigen, die eher als oben beschriebene Krebspersönlichkeiten galten, keineswegs häufiger an Brustkrebs erkrankten, als die Frauen ohne solche Persönlichkeitsmerkmale.

Wenn die Psyche, wenn Kummer und Depression also keine Risikofaktoren für Krebserkrankungen sind, gibt es dann im Umkehrschluss auch kein Rezept für eine Krebs verhindernde Lebensführung?

Dass durch eine bestimmte Lebensweise das Auftreten einer Krebserkrankung zu verhindern sei, kann leider niemand versprechen. Wissenschaftler und Ärzte sagen heute: „Sorgen Sie für ein gesundes, ausgeglichenes Leben, das Ihnen möglichst viel Wohlbefinden und Lebensqualität beschert. Also gesunde Ernährung, viel Bewegung in

sauberer Luft, Ausgleich für negativen Stress und Anspannung durch gezielte Freizeitgestaltung, Vermeidung von Übergewicht und Umweltgiften. Erst wenn aus depressiven Stimmungen oder Überstress das sogenannte Gesundheitsverhalten vernachlässigt wird; wenn Alkohol, Tabletten, Zigaretten zur Alltagsdroge werden, um das Leben zu ertragen, dann steigt das Risiko, an Krebs zu erkranken, deutlich. Aber nicht weil die Psyche direkt wirkt, sondern auf dem Umweg über den Raubbau am Körper, über die Schwächung der körpereigenen Abwehrkräfte.

*Auszüge aus einem Interview von Christa-Maria Weisweiler
mit Frau Dr. Pia Heußner*

Kinder krebskranker Eltern

Als meine Kollegin von der Redaktion darum bat, ich möge etwas zum Thema „Kinder krebskranker Eltern“ schreiben, war mir zunächst überhaupt nicht klar, ob ich das kann. Es ist keine leichte Aufgabe in Worte zu fassen, was nicht präsent ist, denn ich hatte nie Berührung mit Kindern in einer solch schweren Lebensphase. Wie sollte es mir also gelingen mich einzufühlen und wie schwer würde es sein ein leeres Blatt zu füllen.

Sicher, ich hatte lange Berufsjahre in einer Zahnarztpraxis und somit auch Erfahrung mit Angst- und Schmerz-Patienten, Kinder zählten ja auch zu unserem Patientenkreis. Nun ist eine zahnärztliche Praxis nicht unbedingt der beliebteste Aufenthaltsort von Groß und Klein. Aber mit unseren kleinen Patienten hatten wir nette Erlebnisse und auch viel Freude. Sich ihnen einfühlsam zu widmen lag uns ganz besonders am Herzen. Wir wollten ihnen offen und ehrlich begegnen: Ein Zahn musste gezogen, eine Spritze gesetzt werden und Blut floss auch. Waren unsere kleinen Patienten nicht aufgeklärt – übrigens die großen möchten es ja auch sein – reagierten sie eingeschüchtert, abwehrend, weinten und verweigerten sich. Wir hatten die (gute) Er-

fahrung gemacht, dass das offene Wort gut ankam. Sie wussten, was auf sie zukam, lernten den Schmerz auszuhalten und wir waren bei ihnen. Wir bekamen das Feedback: Wenn man's weiß, ist's auch gar nicht so schlimm. Kleine Helden hatten wir auch!

Ich erinnere mich an eine kleine Patientin, die die Spritze kaum bemerkt hatte. Sie sagte strahlend: „Die Frau Doktor ist aber 'ne tolle Spritzerin.“ Wir spürten die Dankbarkeit, denn wir gaben ihnen das Gefühl von Persönlichkeit. An dieser Stelle wage ich die gedankliche Überleitung zu den Kindern, deren Alltag von großem Leid geprägt ist – Kinder krebskranker Eltern.

Wer wäre besser geeignet als die Familie: Sich auszutauschen, sich anzuvertrauen, um auf diese Weise Kraft zu schöpfen für einen gemeinsamen schweren Weg. Ich glaube daran, dass ein kleiner Mensch ganz viel an uns große Menschen abzugeben vermag. Aber ich weiß auch, dass Menschen begrenzt sind, ihre Gefühle nicht mitteilen können oder auch gefangen sind in der Angst um diese bittere Diagnose: Krebs.

Ich muss ehrlich gestehen, dass ich mich wiederum so hilflos wie zu Beginn meines Versuchs, ein leeres Blatt Papier mit geeigneten Worten zu füllen, fühle. Man möge mir verzeihen, wenn hier und da ein Wort allzu leicht formuliert erscheint. Eine Krebserkrankung ist keine Zahnbehandlung! Der Umgang mit unseren kleinen und großen Patienten war nicht immer einfach, aber immer lösbar. Die Tatsache Krebs ist nicht immer lösbar!

Meine Mutter hat den Kampf gegen diese Krankheit verloren. Ich war auch ein Kind eines krebskranken Elternteils. Wenngleich ein großes Kind, aber auch ich fühlte mich hilflos und kämpferisch, machtlos und mutig und so unendlich traurig – denn Krebs kann so gnadenlos sein. Wie würde ich einem Kind in dieser Situation begegnen?

Ich glaube – ich würde es erst einmal ganz fest in den Arm nehmen!

Renate Engstfeld

Wolfgang Amadeus Mozart an seinen kranken Vater

Brief vom 7. April 1787

Da der Tod (genau zu nehmen) der wahre Endzweck unseres Lebens ist, so habe ich mich seit ein paar Jahren mit diesem wahren, besten Freunde des Menschen so bekannt gemacht, dass sein Bild alleine nichts Schreckendes mehr für mich hat, sondern recht viel Beruhigendes und Tröstendes! – Und ich danke meinem Gott, dass er mir das Glück gegönnt hat, mir die Gelegenheit (Sie verstehen mich) zu verschaffen, ihn als den Schlüssel zu unserer wahren Glückseligkeit kennenzulernen.

Ich lege mich nie zu Bette, ohne zu bedenken, dass ich vielleicht (so jung als ich bin) den anderen Tag nicht mehr sein werde. – Und es wird doch kein Mensch von allen, die mich kennen, sagen können, dass ich im Umgang mürrisch oder traurig wäre. – Und für diese Glückseligkeit danke ich alle Tage meinem Schöpfer und wünsche sie von Herzen jedem meiner Mitmenschen.

Tod des Vaters: 28. Mai 1787

Unterlagen: Umgang mit Verlusten, Sterben Tod und Trauer

Mechthild Winkler

Buchbesprechungen

Die hier vorgestellten Veröffentlichungen, alle erst seit kurzer Zeit auf dem Markt und auf verschiedensten Wegen bei uns eingetroffen, gehören nicht zur Fachliteratur über Sterbebegleitung oder Palliativpflege. Sie repräsentieren in ihren inhaltlichen Schwerpunkten weitere Bereiche von Themen, die uns in der Hospizarbeit begegnen.

Eric Baumann, *Einen Sommer noch – Mein Leben mit der Diagnose Hirntumor*, Gustav Lübbe Verlag Bergisch Gladbach, 16,95 €, ISBN 978-3-7857-2355-5, erschienen im November 2008



Die Verlagsinformation macht neugierig auf die Lektüre des autobiographischen, lebendig erzählten Texts, der auch in seiner „lockeren Schreibe“ nicht bagatellisiert oder ablenkt und als Bericht eines jungen schwerstkranken Mannes den LeserInnen unter die Haut geht:

„Eric Baumann, Jahrgang 1970, wuchs in Luzern auf und studierte nach dem Abitur in Bern, Amsterdam und Lissabon Psychologie, Volkswirtschaft und Medienwissenschaft. Er stammt aus einer genetisch vorbelasteten Familie. Seine Großeltern und seine Mutter starben an Krebs, sein Vater überlebte zwei Krebserkrankungen. Durch diese Familiengeschichte kam Eric Baumann schon in jungen Jahren mit komplementären und alternativen Krebsbehandlungsmethoden in Berührung, die er nach erfolgreicher Operation und anschließender Strahlenbehandlung weiter und intensiver erforscht.

Doch haben Kinesiologie, Psychoonkologie, Anthroposophie, Qigong, Shiatsu, Akupunktur, Makrobiotik usw. lediglich positive Auswirkungen auf seine Lebensqualität. Den Tumor beeindruckten sie nicht. Nur sechs Monate nach der Erstdiagnose kehrt der Krebs zurück. Chemotherapie wird zum letzten Strohalm.

Eric Baumann ist mit „Einen Sommer noch“ ein meisterhafter Balanceakt gelungen. Während er einerseits genug Distanz zu seiner

eigenen Geschichte wahr, um selbst komplizierteste medizinische Zusammenhänge so zu erklären, dass sie auch für einen Laien leicht verständlich werden, gewährt er andererseits intimste Einblicke in die Gedanken- und Gefühlswelt eines Hirntumor-Patienten, wie sie in dieser Form noch nie zuvor zum Ausdruck gebracht wurden. Daneben beschreibt er mit streckenweise zwerchfellerschütternder Komik die Scharlatanerie, der leider so viele verzweifelte Krebskranke zum Opfer fallen – Flachssamenöl, energetisiertes Wasser, Selbstgeißelung mit Reißsäckchen, Geistheiler aus dem Kaukasus – und er räumt auf mit Schuldzuweisungen, die sich inzwischen in den Sprachgebrauch eingeschlichen haben wie „Krebstyp“, ein Mensch, der angeblich wegen unzureichend praktizierten positiven Denkens und einer unterschwelligten Angst vor dem Leben an seinem Unglück selber schuld ist.

Vor allem aber stellt „Einen Sommer noch“ eine Hoffnung dar, nicht nur für jeden Glioblastom-Patienten, sondern für jeden, der an einer seltenen und deshalb weitgehend unerforschten Krankheit leidet. An keiner Stelle versucht Eric Baumann ein Patentrezept fürs Überleben zu geben. Damit wird das Buch nahezu automatisch zu einem Leitfaden für Betroffene und Angehörige, ihr eigenes, ganz individuelles Patentrezept zu finden, um der Statistik zu entkommen.

Eric Baumann beweist, dass es möglich ist. 1999 begann er als Wirtschaftsjournalist beim Zürcher Tages-Anzeiger. Dort arbeitet er heute noch, und nach wie vor ist er verliebt wie nie zuvor in seinem Leben, in Alice, die nie von seiner Seite wich.“

Im August 2009 ist Eric Baumann an seiner Erkrankung verstorben. Freunde und Weggefährten widmen ihm im Zürcher Tagesspiegel (www.tagesspiegel.ch) unpathetische, liebevolle Abschiedsworte. (dem Hospiz zur Verfügung gestellt)

Ilona Biendarra, Lioba Horch, Lebenswege – Im Labyrinth des Lebens, Suche und Begleitung in verschiedenen Lebenslagen, Echter-Verlag Würzburg, 19.80 €, ISBN-10: 342903082X, erschienen im Juli 2009



Wer die Abtei Königsmünster in Meschede besucht hat und in der dortigen „Oase“ das Bild „Labyrinth“ von Michael Hermes betrachten konnte, ist durch eben dieses Gemälde auf dem Einband des Sammelbands verlockt. Von den Herausgeberinnen Ilona Biendarra und Lioba Horch unter Mitgliedern des Freundeskreises gesammelt, handeln die Texte „von vielen Wegen, davon, wie man suchen, finden und begleiten kann. Zutiefst geht es darum, unterschiedlichen Abbrüchen, Umbrüchen und Aufbrüchen mit Mut und Vertrauen zu begegnen, sich immer wieder anders und neu auf den Weg zu begeben – damit Leben gelingen kann. Die Autorinnen beschreiben verschiedene Lebenslagen von ihren jeweils unterschiedlichen Erfahrungshorizonten her. Die individuelle Suche ist dabei durch ein existentielles Bedürfnis nach Daseinsfülle charakterisiert“ (Klappentext).

Auch wenn die Autorinnen immer mehrere Beiträge mit Teilüberschriften versehen und sie offensichtlich bündeln wollen, sind die Gemeinsamkeiten oft nicht leicht zu entdecken. So finden sich z. B. unter der Überschrift „Meinen Weg hat er verbaut, ich kann nicht weiter“ aus dem alttestamentlichen Hiobbuch u. a. ein Beitrag über „Ältere Japaner in Deutschland“ wie auch einen Text mit dem Titel „Gefühls-aus-druck“. Handelt es sich hier um die Repräsentanz unserer differenzierten, individualisierten, bunten Gesellschaft in ihren vielen Facetten oder schlichtweg um ein Sammelsurium, das allerdings in der Ernsthaftigkeit der Schreibenden und in ihrem Engagement für das Arbeiten an eigenen und/oder fremden Lebenswegen Übereinstimmungen findet?

Wie auch immer: Das Buch ist wohl nicht für eine Lektüre von vorn nach hinten, sondern als Fundgrube von einzeln auszuwählenden Darstellungen gedacht, vielleicht eine Einladung an die Leserin und den Leser (gerade an Menschen im hospizlichem Kontext), über die eigenen Lebenswege nachzudenken und sie aufzuschreiben – die literarische Qualität der Mehrzahl der Beiträge lässt sich leicht erreichen – www.echter.de (dem Hospiz zur Verfügung gestellt).

(Buchbesprechungen – Fortsetzung auf Seite 22)

Das Aquarium-Beispiel

„Kennt ihr denn noch mein Aquarium-Beispiel?“, fragt Opa. „Jaaaaa!“, rufen Marc und Janina wieder fast gleichzeitig. „Das Aquarium soll den menschlichen Körper darstellen und die Fische die Körperzellen!“, sagt Marc, mit einem gewissen Stolz in seiner Stimme. „Wenn zum Beispiel die roten Fische verrückt spielen und alle anderen Fische auffressen, also die Krebszellen gesunde Zellen zerstören, nennen wir dies eine Krebserkrankung.“, fährt er im Tonfall eines Erwachsenen fort.

„Und wenn dann die Ärzte versuchen, den erkrankten Menschen zu heilen, operieren sie und führen eine Chemotherapie oder eine Bestrahlung durch“, ergänzt Mama. „Ja“, sagt Janina hastig, „und das ist bei unserem Aquariumbeispiel die Sache mit dem Köcher. Wenn man die kranken Fische herausfängt, kann man das mit einer Operation vergleichen: Die kranken Zellen werden entfernt.“

„Dann hast du uns noch von dem Pulver erzählt, das man ins Aquarium schütten kann. Es wird vor allem von den kranken roten „Krebsfischen“ gefressen und macht sie unschädlich.“ „Ja“, führt Marc schnell fort, „das wäre dann wie bei der Chemotherapie. Da zerstört auch ein Medikament die Krebszellen.“

Eifrig redet er weiter: „Und dann ist da noch die Sache mit der Taschenlampe. Sie strahlt mit ihrem Licht besonders die roten „Krebsfische“ an. Die hören dann auf, andere Fische aufzufressen.“ „Genau!“, ergänzt Janina. „Das entspricht der Bestrahlungstherapie.“ „Was ihr alles wisst!“, freut sich die Mutter und erklärt noch: „Diese Strahlen sind nämlich besonders schädlich für die Krebszellen.“ „Das Licht der Taschenlampe aus unserem Beispiel ist allerdings für Menschen und Tiere ungefährlich,“ ergänzt Opa.

„Aber ihr habt noch was vergessen!“, fährt Mama fort, indem sie auf ihre Haare zeigt. „Das ...“, „Nein das ...“, „Nein ich will ...“, „Nein, ich will es sagen!“, versuchen Marc und Janina eifrig beide gleichzeitig zu antworten.

„Stopp!“, ruft Papa. „Diesmal würde ich sagen, antwortet zuerst der Jüngere von euch beiden, also Marc. Das nächste Mal ist Janina dran. Ihr werdet euch doch deshalb nicht streiten?“ „Doch!“, mault Janina etwas trotzig. „Nein!“, ergänzt sie rasch, „Marc soll anfangen, aber wenn er etwas Falsches sagt, bin ich dran.“ „Okay“, strahlt Marc zufrieden. „Also, bei der Chemotherapie und der Bestrahlung können auch gesunde Fische, die gerade aus Versehen das Pulver gefressen haben oder durch den Lichtkegel geschwommen sind, krank werden. Das bedeutet, dass dann bei dem erkrankten Menschen auch gesunde Zellen nicht mehr richtig funktionieren.“ „Und dann?“, fragt Janina ungeduldig. „Wie, und dann?“, wiederholt Marc die Frage. „Und dann fallen zum Beispiel dem Patienten die Haare aus, oder es ist ihm übel und er muss erbrechen. Deshalb hat Mama auf ihre Haare gezeigt“, gibt Janina sich selbst die Antwort auf ihre Frage. „Das wollte ich doch auch noch sagen“, erwidert Marc ärgerlich.

„Ist doch gut, ihr beiden!“, beschwichtigt Mama, ganz liebevoll. „Ihr wisst beide all das noch sehr gut!“ „Ja, das finde ich auch,“ sagt Opa. „Und das mit den Bruder-, äähhh, Tochtergeschwülsten“, fährt er schmunzelnd fort, „passiert dann, wenn einer dieser roten „Krebsfische“ sich irgendwo im Aquarium versteckt hat. Zum Beispiel in einer Muschel oder hinter einer Koralle und weder von dem Köcher erwischt wurde, noch von dem Pulver gefressen hat und auch nicht durch den Lichtkegel geschwommen ist. Später fängt er wieder an, die anderen gesunden Fische aufzufressen, nachdem er aus seinem Versteck herausgekommen ist.“ „Das sind also Krebszellen, die sich irgendwo im Körper versteckt haben und von der Operation, der Chemotherapie oder auch der Bestrahlung nicht unschädlich gemacht wurden?“, fragt Janina. „Genau!“, antwortet Opa kurz und bündig. „Das ist aber blöd“, fügt Marc wütend hinzu, und stampft dabei heftig mit seinem Fuß auf den Boden. „Ja, das ist wirklich blöd“, sagt Mama etwas melancholisch und traurig mit leiser Stimme. „Und deshalb muss ich immer wieder zu den Kontrolluntersuchungen in die Klinik und zu Dr. Freunth gehen, damit so eine versteckte Krebszelle nicht übersehen wird und so früh wie möglich entdeckt wird.“ „Und

darum sind wir bei diesen Kontrolluntersuchungen alle etwas nervös und ängstlich, ob so eine Krebszelle vielleicht doch wieder entdeckt wird.", ergänzt Papa.

„Aber damals mit euch beiden nicht zu reden“, nimmt Papa wieder den ursprünglichen Gedanken auf, „ist falsch gewesen!“ „Opa ist der Beste!“, ruft Marc. „Nein, Opa ist nicht der Beste“, erwidert Opa in ganz ruhigem Ton, den er immer dann hat, wenn er etwas Wichtiges sagen möchte. „Ich habe auch erst mal von meinem Sohn – also eurem Papa – und meiner Tochter – eurer Tante Claudia – gelernt, dass man Kinder absolut nicht schützt, wenn man sie von Problemen fernhält, die nun mal auch zum Leben gehören.“ Und mit überzeugter Stimme fügt er hinzu „Reden, miteinander reden, ist besser als schweigen!“

Da ahmt Marc die Stimme aus der Werbung eines schwedischen Möbelhauses nach und sagt fast schon singend: „Redest Du schon oder schweigst Du noch?“ Nachdem das gemeinsame Lachen nach diesem typischen Marc-Zitat vorüber war, meint Mama: „Wir Erwachsene sind manchmal so mit uns selbst beschäftigt, dass wir“, und Mama denkt jetzt ganz intensiv nach, man sieht es immer an ihrem Stirnrunzeln, „dass wir euch Kinder etwas aus dem Blick, nicht jedoch aus dem Sinn verlieren.“ Marc und Janina schauen sich mit großen Augen an und wiederholen: „... aus dem Blick aber nicht aus dem Sinn verlieren?“ „Klingt vielleicht etwas verwirrend.“, gibt Papa zu. „Mama und ich haben schon oft darüber gesprochen, dass wir Mamas und Papas ...“ „Und wir Opas!“, ergänzt Opa Willi. „Also, dass wir Erwachsene oft über euch Kinder, aber immer wieder zu wenig mit euch reden.“

Wieder schauen sich Marc und Janina fragend an. „Wenn wir Erwachsene euch Kinder schützen wollen, dann geht das nur, wenn wir auch schwierige Themen, wie zum Beispiel eine Krebserkrankung, mit euch besprechen. Damit ihr einfach mehr wisst und euch eigene Gedanken dazu machen könnt“, sagt Papa. „Das stimmt!“, meldet sich Janina zu Wort. Ich habe nämlich lange Zeit geglaubt, ich sei an Mamas Traurigkeit schuld!“ „Wieso denn das?“, fragt Mama ganz

erstaunt. „Weil ich einfach geglaubt habe, ich habe irgend etwas Falsches getan und Oma Martha hat doch auch oft gesagt, wenn ich mal wieder mein Zimmer nicht aufgeräumt hatte: „Du machst mich ganz krank!“ Und dann hat sie ja auch Krebs gehabt. Ich war so froh, als Opa und dann auch ihr, uns immer alles über Krebs erzählt habt und ich wusste, ich bin nicht schuld und habe überhaupt nichts mit der Krankheit zu tun.“ „Das wusste ich ja gar nicht!“, stellt Mama betroffen fest. „Doch, dass stimmt aber!“, ruft Marc schnell, mit halb vollem Mund, da er gerade ein großes Stück Apfelstrudel genüsslich, und ein wenig schmatzend isst. „Wir haben abends im Bett oft darüber gesprochen“, fügt Janina hinzu.

„Das ist die beste Bestätigung dafür, dass miteinander reden und sich zuhören so wichtig ist. Und zwar die Großen den Kleinen und die Kleinen den Großen!“, meint Opa. „Und wer ist hier groß und wer klein?“, ruft mal wieder Marc, der Spaßvogel. Um besonders groß zu wirken, klettert er sogar auf den Stuhl. Papa lacht. „Häuptling Marc der Große, dass du ein ganz Großer bist, wissen wir doch! Aber das mit den Schuhen auf dem Stuhl ist keine gute Idee.“

Textauszug aus: „Als der Mond die Nacht erhellte“ von Gerhard Trabert, G.Trabert Verlag 2009 – © Gerhard Trabert

Kurze Vorstellung von Flüsterpost e.V.

Flüsterpost e. V. ist ein gemeinnützig und mildtätig anerkannter Verein mit einer Beratungsstelle in Mainz zur Unterstützung für Kinder von krebskranken Eltern. Der Verein wurde von Herrn Prof. Dr. med. Gerhard Trabert und Anita Zimmermann, Dipl. Sozialpädagogin, im Jahr 2003 gegründet und arbeitet bundesweit. Das Hauptziel ist die Förderung des offenen, ehrlichen und kindgerechten Gespräches zwischen Erwachsenen und Kindern rund um das Thema Krebserkrankung hinsichtlich einer Enttabuisierung sowie Aufklärung in Richtung Gesundheitsförderung und -prävention.

Zum Hintergrund der Zielsetzung

Eine Krebsdiagnose trifft nicht nur den Erkrankten sondern die ganze Familie. Gerade Kinder nehmen Veränderungen im Familienleben besonders intensiv wahr. Sie beobachten und hören genau zu, interpretieren und entwickeln schnell Schuldphantasien. Werden Kinder auf Dauer nicht informiert und einbezogen, kann dies zu Verhaltensauffälligkeiten und massiven psychischen Störungen führen, was internationale wissenschaftliche Studien belegen.

Langjährige klinische Erfahrungen in der medizinischen und psychosozialen Begleitung von krebserkrankten Eltern und Großeltern verdeutlichen uns die große Unsicherheit und Sprachlosigkeit von Betroffenen und Klinikmitarbeitern, wenn es um die Fragen geht „Darf ich mit (m) einem Kind über die Krebserkrankung sprechen? Und wie kann ich das machen?“. Doch nicht nur Erwachsene sind verunsichert, auch Kinder stellen sich viele Fragen und trauen sich oft nicht, mit Ihren Eltern darüber zu sprechen, besonders, wenn sie erleben, dass ihre Eltern oder andere Bezugspersonen Angst haben, über die neue Lebenssituation zu sprechen. Das offene, ehrliche und kindgerechte Gespräch kann Missverständnisse aufdecken, klären helfen und das Vertrauen in sich selbst sowie innerhalb der Familie stärken! Erwachsene können erfahren, dass sie Kindern durchaus mehr zutrauen dürfen und können. Und Kinder erleben, dass Sie mit ihren Gedanken und Gefühlen beachtet, ernst genommen und respektiert werden. Dieser gemeinsame Weg der Krisenbewältigung kann vermeiden helfen, dass sich Kinder ausgeschlossen fühlen und kann dazu beitragen, Verhaltensauffälligkeiten und psychische Störungen zu verhüten oder zu vermindern.

Zu den Angeboten von Flüsterpost e.V.

Mit unseren vielfältigen Angeboten

der Spiel-, Mal- und Erlebnispädagogik, Musiktherapie, persönlichen Gesprächen

mit Information, Beratung (auch telefonisch oder online bundesweit) und Begleitung

möchten wir Erwachsene und Kinder sowie Multiplikatoren bei ihren Fragen auffangen und motivieren, das offene und ehrliche Gespräch auch mit Kindern zu suchen. Wir bieten Unterstützung bei der Suche nach individuellen Möglichkeiten, u. a. in der Förderung und Stärkung eigener Ressourcen mit dem Ziel der Hilfe zur Selbsthilfe in der gemeinsamen Bewältigung der oft belastenden neuen Lebenssituation. Dabei sind alle Gedanken und Gefühle erlaubt und auch Themen wie Sterben, Abschied, Tod und Trauer bekommen Raum für Ausdruck und Auseinandersetzung. Wenn gewünscht, begleiten wir Familien auch in Trauersituationen und über den Tod hinaus in einer Nachbetreuungsphase.

In jeder Lebensphase schauen wir gemeinsam nach Möglichkeiten ergänzender Unterstützungsangebote oder Fachleuten und vermitteln diese auf Wunsch.

Auf unseren Internetseiten bieten wir zusätzlich viele Informationen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene u. a. mit

- Lese-Tipps

- Link-Tipps mit Infos zu bundesweiten Angeboten

- Ein Forum für Fragen, Erfahrungen und zum Austausch

- Eine Galerie für Kinder und Jugendliche zur kreativen Auseinandersetzung mit der veränderten Lebenssituation

Unsere Angebote sind vertraulich und kostenfrei. Die Dauer sowie Form der Beratung und Begleitung richtet sich nach den Bedürfnissen jedes Einzelnen und wird individuell vereinbart.

Zum Beratungsbedarf

Laut Angaben der Deutschen Krebshilfe sind jährlich 200.000 Kinder unter 18 Jahren betroffen.

Dass hier ein Beratungsbedarf besteht, bestätigen den wachsenden Bedarf an Beratung von Betroffenen, Multiplikatoren in pädagogischen Bereichen wie Kiga und Schule sowie Fachleuten in onkologischen Arbeitsfeldern, den wir bei Flüsterpost e. V. seit 2003 verzeich-

Anzeige

N_{ähe} A_{ufrichtigkeit} C_{harme} H_{ausbank}

H_{aushalten} A_{nteilseigner} L_{eistung}

T_{ransparenz} I_{ndividualität} G_{enossenschaft}

K_{arrieren} E_{igentümer} I_{nteressen} T_{radition}

Nachhaltigkeit – die 14 Stärken, von denen wir uns leiten lassen!

www.vb-rhein-wupper.de

Wir machen den Weg frei

Volksbank
Rhein-Wupper eG



nen. Auch die Anzahl der Bestellungen unserer selbst entwickelten Infomaterialien und Kommunikationshilfen steigt stetig und die Besucherzahlen unserer Internetseiten www.kinder-krebskranker-eltern.de beziffern sich auf täglich zwischen 70 und 100 Zugriffen.

Jährlich beraten und begleiten wir etwa 100 Familien, davon 150 Kinder im Alter zwischen 4 Jahren bis weit über 18 Jahre hinaus. Dies entspricht umgerechnet ca. 1000 Stunden bei derzeit 50 % + 25 % Stellenanteil in der Beratung.

Zum Bedarf finanzieller Unterstützung

Da wir unsere Tätigkeiten ausschließlich über Spenden finanzieren, benötigen wir fortlaufende finanzielle Hilfen einerseits für unsere tägliche Beratungsarbeit und Begleitung von Familien sowie andererseits für folgende laufende Projekte:

„Musiktherapie für Kinder krebskranker Eltern“, offenes kostenfreies Gruppenangebot 1 x monatlich

Herausgabe einer Info-Mappe für Multiplikatoren zum Thema „Mit Kindern über Krebs sprechen?!“

Neuaufgabe unseres Erwachsenen-Info-Flyers mit zusätzlicher Herausgabe in Türkisch, Russisch und Französisch

Jeder Euro zählt! Gemeinsam sind wir stark! Auch Weitersagen hilft! Herzlichen Dank für Ihre Solidarität und Unterstützung!

Kontakt:

Flüsterpost e. V. – Unterstützung für Kinder krebskranker Eltern
Kaiserstraße 56, 55116 Mainz

Dipl. Soz.-päd. Nina Seibert

Tel: 06131 / 55 48-798

Dipl. Soz.-päd. Anita Zimmermann & Prof. Dr. med. Gerhard Trabert

Mobil 0170 / 95 06 406

eMail: info@kinder-krebskranker-eltern.de

Internet: www.kinder-krebskranker-eltern.de

(Buchbesprechungen – Fortsetzung von Seite 14)

Mechthild Schroeter-Rupieper, Für immer anders – Das Hausbuch für Familien in Zeiten der Trauer und des Abschieds, Schwaben-Verlag Ostfildern, 24.90 €, ISBN-10: 3796614566, erschienen im September 2009



Mechthild Schroeter-Rupieper, Jahrgang 1964, als Trauerbegleiterin in Einzelarbeit sowie in Kinder- und Jugendtrauergruppen und in der Aus- und Weiterbildung von TrauerbegleiterInnen weit über ihren Wohnort Gelsenkirchen hinaus tätig, ist in Hospizen und anderen Zusammenhängen, in denen es gilt, Abschiede zu erleben und zu betrauern, längst keine Unbekannte mehr. Als staatlich

anerkannte Erzieherin mit Erfahrung in der Leitungsfunktion und als Mutter dreier Söhne und einer Pflgetochter hat sie vor allem in der praktischen Arbeit mit Familien (www.familientrauerbegleitung.de) ihren Schwerpunkt gefunden, die jetzt auch Gegenstand ihres Buchs geworden ist. Durch die ansprechende Gestaltung und die verständliche und direkte Sprache ist ihr eine Veröffentlichung gelungen, die nicht hinter den Erwartungen zurückbleibt, die der Klappentext weckt:

„Trauer kann man nicht schönreden, nicht wegreden. Sie geht nur vorbei, indem man trauert. Dabei wird deutlich: Es wird nicht mehr so, wie es einmal war, aber es kann anders gut werden. Um das leben zu können, brauchen gerade Familien eine Möglichkeit, gemeinsam mit Verlust, Abschied und Tod umgehen zu lernen und auch einen Ausdruck dafür zu finden. In diesem Hausbuch der Trauer finden sich daher Anregungen, miteinander ins Gespräch zu kommen, damit Eltern ihre Kinder und Kinder ihre Eltern in ihrer je eigenen Trauer und Trauerreaktion verstehen können. Zudem bietet es Ideen für Eltern und Kinder, die Trauer gemeinsam zu feiern und zu gestalten, zum Beispiel die Feste im Jahreskreis oder auch den Sterbetag, aber auch in anderen Verlust- oder Abschiedssituationen wie bei einer Scheidung oder beim Tod eines geliebten Haustiers.“

Bei der Lektüre jeder Seite ist zu spüren, dass die Autorin bei ihren Ausführungen auf geführte Gespräche, erlebte Rituale, alte und neue

Symbole für Liebe und Nähe gegenüber einem/einer Verstorbenen zurückgreift und Menschen vor Augen und im Herzen hat, die sie begleiten konnte. Wer ihre übersichtlich gegliederten und gestalteten Seiten liest, kann fast den Eindruck bekommen, als würden die Texte gerade live erzählt oder vorgetragen. Kein Wunder, dass die meisten Buchhandlungen mit entsprechendem Sortiment das Buch vorrätig haben! Es eignet sich – so meine Erfahrung – auch als Geschenk zur Unterstützung von Familien in Abschiedssituationen – und vielleicht als Anregung für eine Fortbildung (privates Exemplar).

In der nächsten Ausgabe der Hospiz-Nachrichten soll der Aspekt der Symbole und Rituale in den Buchbesprechungen weiter vertieft werden.

Dr. Karolin Küpper-Popp

Kinder kommen gut durch die Trauer, wenn man sie lässt

So lautet ein Kernsatz von Christel Gattinger-Kurth von Domino, Zentrum für trauernde Kinder, während einer Fortbildung zu „Tod und Trauer bei Kindern“.

Erwachsene versuchen oft – durchaus gut gemeint – Kinder zu schonen. Sie glauben, Kinder seien zu jung, um sich mit Leid, Sterben, Tod und Trauer zu beschäftigen. Deshalb werden sie häufig ferngehalten.

Hier liegt jedoch ein Irrtum zugrunde. Kinder entwickeln schon viel früher als wir glauben Gedanken zu Leben und Tod. Ebenfalls begegnen Kinder meist schon früh Trennung, Verlust und Abschied. Trauer als ein angeborenes Lebensgefühl ist dann auch für Kinder notwendig, um einen Verlust gut zu verarbeiten.

Das Hospiz Leverkusen e. V. bietet zwar keine Begleitung für Kinder an. Dennoch werden wir mit dem Thema konfrontiert, wenn z. B. junge Eltern sterben. Ich denke so z. B. an eine Familie mit kleinen

Kindern im Kindergartenalter, deren Mutter lange krebskrank war und die im vergangenen Jahr starb. Die Eltern hatten sich u. a. an das Hospiz gewandt, weil sie ihre Kinder während der langen Krankheitsphase und bei der Vorbereitung auf den Abschied von der Mutter gut unterstützen wollten. Nach einem ersten persönlichen Gespräch wurde eine telefonische Begleitung verabredet. In regelmäßigen Abständen hatten so die Eltern die Möglichkeit, darüber zu sprechen, wie sie ihre Kinder in der schwierigen Situation erlebten, und konnten ihre Sorgen ausdrücken und besprechen.

Es zeigte sich, dass Kinder im Vorschulalter ein – aus erwachsener Sicht – begrenztes Verständnis von dem haben, was vor sich geht. Kleine Kinder drücken außerdem ihre Trauer eher nonverbal als über die Sprache aus. Ein zu großes Angebot an Informationen und Erklärungen hilft daher wenig.

Kinder orientieren sich am Verhalten ihres Umfeldes. Sie erspüren Atmosphärisches und Stimmungen. Um die Erwachsenen nicht noch mehr zu belasten, nehmen sich Kinder daher zurück, wenn sie merken, dass die Eltern z. B. ihre Gefühle nicht zeigen. In ihrer Unsicherheit glauben Eltern, für ihre Kinder stark sein zu müssen und verbergen ihre Tränen. Die Kinder fühlen sich jedoch allein gelassen und können Ängste entwickeln. Deshalb ist es wichtig, dass die Erwachsenen auch gegenüber kleinen Kindern offen und so selbstverständlich wie möglich mit der Krankheit und dem nahenden endgültigen Abschied umgehen, mit ihnen kindgerecht, aber klar, deutlich und wahrhaftig darüber sprechen und eigene Gefühle nicht verbergen. Spiele der Kinder oder Bilder, die die Kinder malen, bieten oft gute Gelegenheiten, sich an die kindlichen Vorstellungen und das augenblickliche Erleben heranzutasten.

Kleine Kinder leben in einer Welt der Magie. Sie glauben, dass ihr Denken und Handeln bestimmte Ereignisse hervorrufen kann. So geschieht es, dass sich die Kinder möglicherweise schuldig fühlen. Sie glauben, mit ihnen stimme etwas nicht. Sie hätten etwas falsch gemacht und könnten durch ihr Verhalten die leidvolle Situation wen-

den. Hier ist es wichtig, immer wieder herauszuhören, ob sich die Kinder in diesem Sinne schuldig fühlen. Sie brauchen die Versicherung, dass nichts, was sie denken, sagen oder tun, schuld an Krankheit, Sterben und Tod ist.

Brigitte Eimermacher

Du sagst: „Ich liebe die Bäume“,
aber du fällst sie.

Du sagst: „Ich liebe die Natur“,
aber du verseuchst sie.

Du sagst: „Ich liebe die Vögel“,
aber du sperrst sie ein.

Du sagst: „Ich liebe die Tiere“,
aber du lässt sie töten und isst sie.

Nun habe ich Angst.
Du sagst zu mir: „Ich liebe dich“.

Bruno Würtenberger

Was sage ich, nachdem ich „Guten Tag“ gesagt habe?

Das war der Titel eines Fortbildungswochenendes für ehrenamtliche Mitarbeiter im November 2009. Alle ehrenamtlichen Mitarbeiter machen vor ihrem Einsatz als BegleiterIn einen Vorbereitungskurs, der incl. Praktikum rund 90 Stunden Ausbildung beinhaltet. Da dieser Kurs aber für viele schon länger zurückliegt und außerdem alle immer wieder eine Auffrischung und Vertiefung ihrer Kenntnisse wünschen, haben wir im letzten Jahr ein ganzes Wochenende zur Fortbildung genutzt. Das Thema war Kommunikation: im Umgang mit Sterbenden und deren Angehörigen, aber auch unter uns. Unterthemen waren Methoden aus der Gesprächsführung: Aktives Zuhören, nonverbale Kommunikation, Ich-Botschaften und wertschätzendes Feedback.

Nachdem alle 27 Teilnehmerinnen am späten Freitagnachmittag eingetrudelt waren, gab es nach dem gemeinsamen Abendessen eine erste Runde zum Kennenlernen der Teilnehmerinnen untereinander, denn durch die verschiedenen Ausbildungsgruppen der letzten Jahre gab es eine ganze Anzahl von Ehrenamtlerinnen, die sich untereinander „nur vom Sehen her“ (in unseren Dienstagstreffen) kannten. Nach einer Entspannungsübung war gegen 21.30 Uhr Ende des offiziellen Teils, aber natürlich gab es anschließend noch viele informelle Gespräche – wann hat man sonst schon die Zeit dazu.

Nach dem Frühstück ging es am Samstag weiter: In Übungen zu zweit oder auch in kleinen Gruppen erfuhren wir noch einmal ganz direkt, wie wichtig es ist, sich in sein Gegenüber einzufühlen, ihm Wertschätzung entgegen zu bringen, ihn so, wie er ist, mit all seinen Ansichten und Standpunkten zu akzeptieren und zu respektieren. Insbesondere die Übungen zum Aktiven Zuhören (der Versuch, sich in den Gesprächspartner einzufühlen, um ihm mit eigenen Worten wiederzugeben, was man verstanden hat, ohne z. B. Kommentare zu geben oder Lösungen für Probleme vorzuschlagen) machte uns deutlich, wie schwierig aber auch wie hilfreich eine derartige Haltung ist, insbesondere in kontroversen Situationen.

Nach der Mittagspause setzten wir uns dann mit „Ich-Botschaften“ auseinander, was viel schwieriger war als erwartet – wie leicht redet man nicht nur von seinen eigenen Eindrücken, Gedanken oder Bedürfnissen, sondern verwechselt dies mit Aussagen über den Gesprächspartner, auch wenn man den Satz mit „Ich finde ...“ beginnt.

Am Abend durften wir dann als Beispiel für eine Entspannungsmöglichkeit etwas ganz anderes (kennen) lernen: Claudia Hofschlaeger führte uns in den Bauchtanz ein. Mit wenig Aufwand (bunte Tücher und Schals), aber um so mehr Mut verwandelten sich fast alle Anwesenden in mehr oder weniger Hüften schwingende Tänzerinnen, und wir konnten feststellen, dass das, was so leichtfüßig aussieht, vieler Übung und guter Körperbeherrschung bedarf.



erste Reihe (am Boden sitzend): Sandra Schweda, Doris Fucks, Christine Edinger, Ira Ganz, dahinter: Margitta Voss (verdeckt), Renate Hoh, Hildegard Bauer-Birke, Uschi Bungart, Ortrud Happe, Ellen Letzner, Marianne Hammen

Aber als Ausgleich zu der mitunter schweren Aufgabe, sterbende Menschen zu begleiten, ist es sicherlich eine sehr gute Methode, alle schweren Gedanken hinter sich zu lassen und neue Kraft zu tanken.

Am Sonntag nach dem Frühstück übten wir uns dann darin, unserem Gesprächspartner ein „Feedback“ zu geben, ihm zu sagen, wie sein Verhalten/Reden auf mich gewirkt hat, wie ich seine Nachricht

wahrgenommen, und ob ich sie verstanden habe und auch, was sie in mir ausgelöst hat.

Viel schneller als erwartet kam kurz vor dem Mittagessen dann schon die „Abschlussrunde“, in der deutlich wurde, wie hilfreich alle Teilnehmerinnen die Erfahrungen dieses Wochenendes empfunden hatten, und es wurde der Wunsch geäußert, eine derartige Veranstaltung möglichst bald zu wiederholen.

Margret Wessel

TSV Bayer 04 Leverkusen und der Hospizverein

Für einige wird die Kombination Sportverein, superschnelle Sportart und Hospizarbeit seltsam und fremd klingen. Bei genauerem Hinsehen jedoch lassen sich viele Gemeinsamkeiten entdecken: Es geht bei allen um Lebensqualität, die Freude am Zusammensein mit anderen Menschen, das Genießen von Siegen, das Ausloten von Grenzen und das Verarbeiten von Niederlagen.

Es geht bei allen darum, anderen Menschen mit den eigenen Fähigkeiten Gutes zu tun: Die einen setzen ihren gesunden Körper in Sport und Spiel für die ein, die keine sportlichen Hochleistungen mehr vollbringen können. Die anderen bringen ihre Zeit und ihre Geduld für die Menschen ein, die genau das brauchen.

Bei allen geht es um vollen Einsatz – um Einsatz auf einem markierten Feld nach bestimmten Regeln und um Einsatz, dessen Zeit von Anfang an befristet ist. Die Sportler wie auch die Hospiz-Leute stehen mitten im Leben und versuchen – sowohl im Wettkampf als auch im Lebenskampf – die Fähigkeiten des Körpers einzusetzen und die Zeit so erfolgreich wie möglich zu nutzen. Also: Eine runde Sache – gleich, von welcher Seite des Platzes, des Feldes, der Halle oder des Bettes aus man das Geschehen beobachtet.

Der Kontakt zum TSV Bayer 04 Leverkusen als Gesamtverein sowie zu den Bundesliga-Handballerinnen wurde von Renate Engstfeld hergestellt, einer engagierten Ehrenamtlerin, die wenig Mühe hatte, den

TSV Bayer 04, der weit über die Stadtgrenzen hinaus bekannt ist, für die Unterstützung der Hospizarbeit zu gewinnen.

Die Traditionsmannschaft von Bayer 04 Leverkusen war schnell bereit, ein Benefiz-Spiel zu veranstalten. Der Verein zögerte nicht bei der Zusage des Platzes, der Vereinswirt signalisierte sofort seinen Einsatz und die Handballfrauen taten ihr Möglichstes, um das weitere Bekanntwerden der Arbeit an den sterbenden und trauernden Menschen und deren Angehörigen zu fördern.



Das Ergebnis lässt sich durchaus sehen: Am 1. Mai feierte eine bemerkenswerte Kooperation auf der Kurt-Rieß-Anlage des TSV Bayer 04 im Rahmen unseres Sommerfestes Premiere. Wir hatten viele gute Begegnungen und Gespräche zwischen Menschen, die (noch) über mehr Kraft verfügen, als sie unbedingt zum Überleben brauchen.

Lebensqualität für alle, die engagiert sind: Die auf dem Platz, auf der Zuschauerseite oder Zuhause in den Familien. Dieses Ergebnis ist erreicht, der Sieger steht fest, unabhängig vom Ausgang eines Benefiz-

spiels: Volltreffer für unsere Ehrenamtler, die Menschen, die sie begleiten und alle Sportler, die sie mit der pffiffigen Idee unterstützten.



Die „Jolly Jabber Singers“ unterhielten die Festgäste und verzichteten auf ihre Gage.

Unser Dank gilt allen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern, die zum Gelingen dieses Tages aktiv beigetragen haben, sowie Sabine Gerst für die farbenfrohe Blumendekoration und Gaby Biesenbach vom GoFit, für die freundliche Unterstützung.

Gisela Theis



Hildegard Bauer-Birke mit von der Bäckerei Willeke gesponserten Kuchen und Brötchen.

„Gevatter Tod“

Aufführung des Rock-Figurentheaters Stuttgart am 25. Februar 2010 im CBT-Wohnhaus Upladin in Opladen

Der Inhalt des Märchens, das die Brüder Grimm überliefert haben, ist schnell erzählt: Ein armer Mensch sucht für sein dreizehntes Kind einen Begleiter, der ihm wie ein Pate oder guter Freund zur Seite steht und der in der alten Sprache „Gevatter“ heißt. Nur der Tod erklärt sich bereit, diese Rolle zu übernehmen und bekommt die Hauptrolle im Leben – nicht nur dieses Kindes.



Der Künstlerin Christel Johanna Witte und dem Toningenieur Reinhard Hofmann ist es in sehr eindrucksvoller Weise gelungen, die Gegenwart des Todes im Leben zu veranschaulichen: Er kann als Freund, Bedrohung und Erlösung verstanden werden, er ist der, der alle Pläne durchkreuzen kann und dem Reichtum oder Armut nicht imponiert, er ist letztlich der, der am verlässlichsten in jedem Leben zu finden ist und der durch seine oft nur subtil zu spürende Anwesenheit das Leben prägt und es erst in der Abgrenzung zum Tod wirklich kostbar werden lässt.

Die von Christel Witte selbst gestaltete Figur, die die vielen Seiten des Todes symbolisierte, und die sie in alle Dimensionen bewegte, machte die menschlichen Grundgefühle wie Freude, Hoffnung, Sorge, Angst, Verzweiflung auch ohne Worte deutlich. Sie faszinierte die ungefähr 50 Zuschauer über eine Stunde lang und führte zu einer tiefen Auseinandersetzung mit den vielen Facetten

dieses Begleiters, der bei jeder menschlichen Handlung zumindest im Hintergrund dabei ist.



Wie erholend war es, nach der Aufführung spüren zu dürfen, dass alle das Leben und die angebotenen Speisen und Getränke genießen konnten: Gastfreundschaft im besten Sinne des Wortes zwischen der Leitung des Hauses Upladin, den Bewohnern und den Gästen des Hospiz-Vereins. Die Veranstaltung klang aus in sehr persönlichen Gesprächen zwischen den Zuschauern und der

Künstlerin und hinterließ bei allen die Überzeugung, dass sie einen wahrhaft unvergesslichen Theaternachmittag erleben durften.



Hildegard Bauer-Birke, Christel Johanna Witte, Reinhard Hofmann und Wolfgang Pauls vom CBT Wohnstift Upladin

Allen, die in der Vorbereitung, Durchführung und bei der Finanzierung mitgeholfen haben, sagen wir vom Hospiz-Verein Leverkusen unseren ganz tief empfundenen Dank!

Gisela Theis

Angebote für Trauernde

Sonntags-Frühstück für Trauernde

an jedem dritten Sonntag
im Monat
von 10:00 bis 12:00 Uhr
18.07.2010; 15.08.2010;
19.09.2010; 17.10.2010;
21.11.2010; 19.12.2010

Offener Trauertreff

an jedem ersten Mittwoch
im Monat
von 15:00 bis 16:30 Uhr
07.07.2010; 04.08.2010;
01.09.2010; 06.10.2010;
03.11.2010; 01.12.2010

Anmeldung nicht erforderlich; Beitrag zum Frühstück 2 Euro.

Wenn Sie ein Einzelgespräch oder eine Einzelbegleitung wünschen, nehmen Sie bitte Kontakt mit den Koordinatorinnen in unserem Büro auf.

Kurz notiert:

Benefizspiel der Bayer Traditionsmannschaft. Nach Auskunft des Schiedsrichters, Herrn Kittel, war das Spiel sehr fair und hat beiden Seiten großen Spaß gemacht. Nach einem Halbzeitstand von 5:1 gewann die Bayer 04 Traditionsmannschaft am Ende mit 9:2. Sieger waren aber alle Beteiligten, besonders der Hospizverein Leverkusen, der am Ende einen Scheck von 1.000,00 € von den Benefiz Radlern e. V. überreicht bekam.

Das Geld wird Verwendung finden bei der Ausbildung der neuen Sterbebegleiter.

Die Bürokratie hat auch die Hospizvereine erreicht. Künftig müssen wir die Krankenkasse der von uns begleiteten Menschen mit aufführen. Die Hospizbewegung wandelt sich damit mehr und mehr von der Bürgerbewegung zur Sterbebegleitung auf Krankenschein.

Unsere Hospiz-Homepage ist neu gestaltet. Lassen Sie sich überraschen im Worldwide Web unter www.hospiz-leverkusen.de und teilen Sie uns gerne mit, wie Ihnen unsere neue Präsentation gefällt. Für Anregungen sind wir stets dankbar.

Am 07.09.2010 hält Chris Paul einen Vortrag in der Christuskirche. Thema: Schuld in der Trauer.

Am 18.09.2010 findet wieder unser Gedenkgottesdienst im Sinneswald in Leichlingen statt. Beginn 14.00 Uhr.

Schlusswort

Möge dann und wann deine Seele aufleuchten im
Festkleid der Freude.

Möge dann und wann deine Last leicht werden und
dein Schritt beschwingt wie im Tanz.

Möge dann und wann ein Lied aufsteigen vom
Grunde deines Herzens, das Leben zu grüßen wie
die Amsel den Morgen.

Möge dann und wann der Himmel über deine
Schwelle treten.

Antje Sabine Naegeli

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

diese glücklichen Augenblicke wünschen wir Ihnen von Herzen und in großer Zahl. Wäre es nicht herrlich, wenn jeder Tag ein Glückstag sein könnte? Verbringen Sie den Sommer in Harmonie und im Einklang mit sich selbst und erfreuen Sie sich an der Natur.

Herzlichst Ihr Redaktionsteam
Nicole Steinfeld und Hanni Wenzel

Beitrittserklärung

Hiermit erkläre ich meinen Beitritt zum Hospiz Leverkusen e. V.
Mindestjahresbeitrag:

32 € für Einzelpersonen

55 € für Ehepaare

16 € für Rentner

150 € für Firmen/Institutionen

Name _____

Vorname _____

Straße _____

Wohnort _____

Telefon _____

Geburtsdatum _____

Datum, Unterschrift

Einzugsermächtigung

Hiermit ermächtige ich den Verein Hospiz Leverkusen, meinen Jahresbeitrag in Höhe von € _____ bis auf Widerruf von meinem Konto durch Lastschrift einzuziehen.

Geldinstitut _____

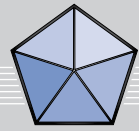
Kontonummer _____

BLZ _____

Kontoinhaberin/ _____

Kontoinhaber

Datum, Unterschrift



PROFESSIONELLE PALLIATIVPFLEGE IM HÄUSLICHEN UMFELD



Die Diakoniestation Opladen,
ambulanter Pflegedienst des
Evangelischen Altenheims Ulrichstraße,
bietet Ihnen im Verbund mit dem
AMBULANTEN DIAKONISCHEN PALLIATIVNETZWERK
professionelle Palliativpflege auch im
häuslichen Umfeld.

Wenden Sie sich bei Bedarf bitte an unsere
Pflegedienstleitung.

Evangelisches Altenheim Ulrichstraße
Diakoniestation Opladen
Ulrichstr. 7
51379 Leverkusen
Telefon 02171 720820
Fax 02171 720822
Email: diakonie@altenheim-ulrichstrasse.de

Nachrichten des

HOSPIZ Leverkusen e.V.

Ambulante Lebens- und Sterbebegleitung

Rathenaustraße 63 (Doktorsburg)

51373 Leverkusen

Tel. 0214 402169

www.hospiz-leverkusen.de

info@hospiz-leverkusen.de

Spendenkonto:

Volksbank Rhein-Wupper eG

BLZ 375 600 92 – Konto-Nr. 19 01 861 010

Sprechstunde:

Montag bis Freitag: 9.30 bis 11.30 Uhr

und nach Vereinbarung

Impressum:

HOSPIZ Leverkusen e.V.

Rathenaustraße 63 (Doktorsburg)

51373 Leverkusen

Tel. 0214 402169

Vorsitzende:

Hildegard Bauer-Birke

Redaktion:

Nicole Steinfeld, Hanni Wenzel

Layout, Satz und

Lithographie:

Michael Schwenck

Druck:

Druckhaus Garcia GmbH, Leverkusen

Auflage:

1.750 Exemplare

Für namentlich gekennzeichnete Artikel ist die Autorin/der Autor verantwortlich.

Fotos in dieser Ausgabe: Margret Wessel, Nicole Steinfeld, Olaf Bender, Michael Schwenck, TSV Bayer 04