

Lichtenberg

LICHTENBERG

Immer mehr junge Menschen begleiten Hospiz-Gäste

Vorbereitungskurse für Sterbebegleitung werden nun häufiger von jungen Menschen besucht.

Aktualisiert: 28.01.2021, 06:00

Jan-Henrik Hnida



Ole Roloff kümmert sich um Marianna Czako.

Foto: Maurizio Gambarini / FUNKE Foto Services

Eine Kugel Eis essen, spazieren gehen oder einfach nur zuhören und da sein. Nicht gerade die Aktivitäten, die man mit jungen Erwachsenen verbindet. Auch das Sterben sei „einmalig“, mit „18 das erste Praktikum im Hospiz gemacht“ – das klingt erst einmal nicht nach den Sätzen einer 25-Jährigen. Doch Loreen Löbner setzt sich schon in jungen Jahren mit den Themen Krankheit, Tod und Vergänglichkeit auseinander. Rund 20 Personen hat sie bislang auf ihrem letzten Weg begleitet.

Dass Tod und Krankheit aus der Gesellschaft immer weiter in Institutionen wie Krankenhäuser und Pflegeheime verdrängt werden, war für Löbner vor sieben Jahren der

Grund, sich für ein Praktikum im Hospiz zu bewerben. „Einen Abend vor Beginn wollte ich es eigentlich wieder absagen“, erzählt sie. Was sollte sie als junge Frau den oftmals Todkranken auch erzählen? Sie ging trotzdem hin – und war „total überrascht“: „Alle waren sehr empathisch, offen und ehrlich.“ Klar gehe es im Hospiz auch um Sterben, Leid und Verzweiflung. Was aber wichtiger sei: „Die Menschen sind unverstellt. Sie lachen herzlich, sagen offen ihre Meinung, sind ehrlich“, berichtet die 25-jährige, die soziale Arbeit studiert. Wenn es um die letzten Tage und Wochen im Leben gehe, habe man eben keine Zeit mit anderen Dingen zu verlieren.

In einer Gesellschaft sollte man füreinander da sein

Ihre letzte Begleitung hatte sie im Sommer 2020. Eine alleinstehende Frau, Ende 70, ohne Angehörige, die unheilbar krank war. „Wir gingen zusammen einkaufen und schauten uns alte Fotoalben an“, erzählt Löbner. Man tauche mit fremden Menschen in Prozesse ein, die es so nie wieder geben werde. Abschied und Traurigkeit gehören natürlich auch dazu, „wir sind ja auch nur Menschen“. Überraschend sei für sie das Erstaunen vieler anderer, wenn diese hören, dass sie Sterbebegleitung mache. Abschied müssten schließlich auch schon junge Menschen nehmen, findet sie. In einer Gesellschaft sollte man füreinander da sein. Schließlich seien viele einsam, da könne man einen Teil seiner Zeit auch für andere abgeben, sagt Löbner. Und wenn es gerade nicht in den Alltag, in die Lebensphase passe, gönne man sich einfach eine Pause.

Eine derartige „hospizliche Haltung“ zu entwickeln, ist eines der Ziele des neunmonatigen Vorbereitungskurses für ehrenamtliche Sterbebegleitung, der regelmäßig vom Diakoniehospiz Lichtenberg angeboten wird. „Unsere 80 Ehrenamtler sollten um die zwei Stunden Zeit pro Woche haben“, erklärt Heidi Krull, Koordinatorin für die freiwilligen Begleiter, die später im Hospiz, bei den Menschen zu Hause oder in Pflegeeinrichtungen eingesetzt werden. Gerade weil das Thema Tod kein einfaches sei, sollten die Teilnehmer sich Zeit nehmen, um weniger Theorie zu pauken, als sich vielmehr über Fragen auszutauschen wie: Was sind meine Vorerfahrungen mit Tod und Sterben? Was sind meine Ängste? Was könnte der Gegenüber brauchen? Vor dem Einsatz der Ehrenamtler wird geschaut, welche Begleitung zu welchem Erkrankten passt. Sind akute Sterbebegleitungen manchmal nach wenigen Tagen vorbei, dauert es in anderen Fällen auch mal über ein halbes Jahr.

Eigene Erfahrungen mit dem Tod von Angehörigen

Mit zwölf Teilnehmern ist der nächste Kurs bereits längst ausgebucht. „Viele bringen ihre eigenen Erfahrungen mit dem Tod von Angehörigen mit, wollen gerade in der Corona-Krise etwas Sinnvolles tun“, sagt Krull. Um Menschen nicht allein sterben zu lassen, haben sich in den vergangenen Jahren immer mehr Jüngere bei der Koordinatorin gemeldet. „Die Altersspanne reicht von 25 bis 78 Jahre. Gerade sind viele Studenten dabei, aber auch einige in den 30er- und 40-ern“, erklärt sie. Während der Pandemie seien aktuell eher jüngere Begleiter unterwegs, ältere rufen lieber an, um Risikopatienten und sich selbst nicht zu gefährden. In welcher Form Zeit miteinander verbracht wird, bleibe jedem selbst überlassen.

Eigentlich sollte der neue Kurs im Februar beginnen, nun wird er aufgrund der aktuellen Lage nicht stattfinden können. „Wir werden ihn nach dem harten Lockdown nachholen. Gerade das persönliche Kennenlernen können Videokonferenzen nicht ersetzen“, meint die Koordinatorin.

"Am Anfang bin ich einmal ausgebüxt"

Am meisten freue sie sich auf den Besuch von Ole, sagt Marianne Czako über ihren persönlichen Höhepunkt in der Woche. Einmal die Woche fährt Ole Roloff zum Lazarus-Hospiz, das gerade in die Bernauer Straße nach Mitte umgezogen ist. Seit gut einem Jahr besucht der Fachmann für Online-Marketing nun die 75-Jährige, die seit acht Wochen im Hospiz ist. „Am Anfang bin ich einmal ausgebüxt – ich war doch immer selbstständig. Da musste ich mich hier erstmal einleben“, erzählt Czako. Sie kam wieder zurück – und ist dort angekommen.

„Wir reden über alles Mögliche. So bleibe ich geistig rege“, sagt die Seniorin, die an einer unheilbaren Lungenkrankheit und zwei weiteren Tumoren leidet. „Wir sind beide ziemlich offen und haben kein Problem, Sachen auszusprechen“, pflichtet ihr Roloff bei. Bei Kaffee und Kuchen erzählt ihm die Seniorin auch gerne aus ihrer Kindheit, über ihre drei Söhne und sechs Enkel oder die Rentenzeit.

Werte verschieben sich durch die Sterbebegleitung

Bei seiner Arbeit habe ihm der „Faktor Mensch gefehlt“, erläutert der 36-Jährige seine Motivation. Doch Sterben werde immer mehr ausgelagert, frühere Mehrgenerationenhäuser fehlten heute. Mit seinen Begleitungen könne er den Wert des eigenen Lebens erkennen,

auch die Angst vor dem eigenen Tod könne verarbeitet werden. Seine krasseste Erfahrung sei bei einer „Sitzwache“ gewesen. „Die Augen des älteren Mannes fokussierten den Gegenüber nicht mehr. Regelmäßig beugte er sich plötzlich hoch, wimmerte und umarmte mich dann“, erzählt Roloff. Sitzen, die Hand halten und den Mund befeuchten, waren seine Aufgaben in den letzten Stunden des 80-Jährigen.

Seine Werte hätten sich durch die Sterbebegleitung verschoben - hin zu mehr Zwischenmenschlichkeit, mehr Empathie, sagt der 36-Jährige. Beim Zeitschenken gehe es nicht ums Lösen von Problemen – man sollte einfach nur offen für sein Gegenüber sein. Ganz altersunabhängig. „Ich wünsche mir, dass zukünftig der Tod kein spezielles Thema mehr nur für die Hospizarbeit ist“, sagt Laureen Löbner. Es gebe aber bereits Bewegung: Über Podcasts würden noch mehr jüngere Menschen angesprochen werden. Und auch das hat die Corona-Pandemie gezeigt: Zu viele Menschen sind in ihren letzten Stunden alleine. Loreen Löbner und Ole Roloff wollen, dass sich das ändert.