

Kein Beruf, sondern Berufung

Im Christlichen Hospiz Soest bildet Ursula Elisa Witteler künftige Sterbebegleiterinnen und Sterbebegleiter aus.

Ursula Elisa Witteler breitet eine große Karte auf dem Tisch aus. Darauf zu sehen sind jedoch keine Länder, sondern Symbole und Wörter: „Gleißendes Licht“ steht dort zum Beispiel, „Dürre“ und „Sand im Getriebe“. Auf den ersten Blick wirken die Satzbausteine wie wahllos zusammengewürfelt. Doch bei längerer Betrachtung ergibt das Sammelsurium plötzlich Sinn, und in den Köpfen der Betrachtenden entstehen Geschichten.

Es ist der erste Tag des sogenannten Befähigungskurses. An sechs Wochenenden bildet Witteler zwölf Männer und Frauen zu ehrenamtlichen Sterbebegleiterinnen und Sterbebegleitern aus. Die Qualifikation ermöglicht es den Kursteilnehmenden, ehrenamtlich im stationären und ambulanten Hospizdienst tätig zu sein. Wer möchte, kann anschließend auch im Christlichen Hospiz Soest arbeiten – verpflichtet ist dazu jedoch niemand. Es ist der zweite

Befähigungskurs, den Witteler nach Corona-bedingter Pause im Christlichen Hospiz Soest anbietet. Alle freuen sich, dass der Unterricht in Präsenz stattfindet – mit Schutzmasken, regelmäßigen Tests und Mindestabständen. „Jeder verbindet mit den Begriffen auf der Karte etwas anderes“, erklärt Ursula Elisa Witteler. „Es geht hier ums freie Assoziieren.“ Eine Kursteilnehmerin setzt ihre Spielfigur auf „Beobachter“, hält kurz inne und

sagt dann: „Ich will hier im Kurs erst einmal alles ganz in Ruhe auf mich wirken lassen. Ich glaube, das ist ganz wichtig, schließlich ist hier alles noch total neu für mich. Ich fühle mich noch ziemlich unsicher. Wenn ich mir jetzt nicht genug Zeit nehme, um zu beobachten, laufe ich vielleicht in eine falsche Richtung.“ Die anderen Kursteilnehmenden hören zu – es geht nicht darum, zu antworten oder zu reagieren. Anschließend meldet sich eine andere Dame zu Wort. Sie bewegt ihre Spielfigur auf „Blick zurück“ und berichtet dann von ihrem Onkel, der vor zwei Jahren verstarb. „Ich merke, dass hier plötzlich ganz viele Gedanken an ihn hochkommen“, sagt sie.



Die Beweggründe von Menschen, die ehrenamtlich im Hospiz arbeiten möchten, sind ganz unterschiedlich. Ein Grund für das Engagement sind eigene Erfahrungen mit Sterbenden. Der Wunsch, etwas Sinnvolles zu tun, steht bei fast allen im Vordergrund – so auch bei Carla Stelzer. „Ich habe mich schon länger mit dem Thema Tod beschäftigt“, sagt die 26-Jährige. Das Interesse an Hospizarbeit entwickelte sich bei ihr in der Corona-Pandemie, als sie nicht untätig zu Hause sitzen wollte. Nach einem Beratungsgespräch mit Ehrenamtskoordinatorin Martina Kaupen meldete sie sich zum Kurs an. Sie ist sich sicher: „Hier passe ich hin, hier fühlt es sich richtig an.“



» Wer sich selbst gut kennt, kann sich von der eigenen Denkweise distanzieren und Menschen im Hospiz besser begleiten. Es entsteht Raum für die Bedürfnisse von Gästen und Angehörigen. «

Viele im Kurs sind schon älter. Gedanken an den eigenen Tod rücken immer häufiger ins Bewusstsein. Und so ist der Kurs für manche auch ein Weg, sich mit der eigenen Endlichkeit auseinanderzusetzen. Einige haben auch den schleichenden Abschied eines demenzkranken Familienmitglieds erlebt. Ehrenamtliche Hospizarbeit hilft, solche Erfahrungen aus einem neuen Blickwinkel zu betrachten und das Leid zu verwandeln in etwas, das sich gut und richtig anfühlt.

Ein Ermutigungskurs

Die Motivation beginnt nicht am ersten Kurstag, sagt Witteler. „Das hier sind Menschen, die sich schon Monate oder Jahre vorher auf den Weg gemacht haben. Meine Aufgabe ist es, ihnen das notwendige Vertrauen mitzugeben, sodass sie ihren Weg weitergehen. Witteler spricht deshalb auch lieber von einem Ermutigungs- statt einem Befähigungskurs. Während des Kurses selbst findet noch keine Arbeit mit Gästen oder Angehörigen statt – er dient lediglich der Vorbereitung.

Mit der Karte von Ursula Elisa Witteler lernen die künftigen Ehrenamtlichen spielerisch viel über sich selbst: Jeder verbindet mit den Begriffen etwas anderes, aufkommende Gedanken erweitern den Horizont und

regen dazu an, aus festgefahrenen Denkmustern auszubrechen. Ängste, Hoffnungen und Wünsche kommen zum Vorschein. Im Austausch lernen die Kursteilnehmenden, die eigenen Erfahrungen rund um die Themen Tod und Sterben anzunehmen.

„Wer sich selbst gut kennt, kann sich von der eigenen Denkweise distanzieren und Menschen im Hospiz besser begleiten“, sagt Witteler. „Es entsteht Raum für die Bedürfnisse von Gästen und Angehörigen.“

Raum geben – das ist für Witteler ein besonderes Anliegen, auch während des Unterrichts. Zwar sind die wesentlichen Inhalte des Befähigungskurses vom DHPV (Deutscher Hospiz- und Palliativverband) empfohlen: Neben der eigenen Einstellung zum Tod soll es um den Umgang mit Demenz-Kranken, um Trauer, Glaube und Spiritualität gehen. Doch es gibt Spielraum, um Schwerpunkte zu setzen. „Jeder Kurs hat eine eigene Dynamik. Welche Themen an Tiefe gewinnen, entscheiden die Kursteilnehmenden“, sagt Ursula Elisa Witteler.

Grenzen setzen

Auch „Selbstpflege“ steht auf dem Programm. Es sei wichtig, betont Witteler, die eigenen Grenzen kennenzulernen und bei Problemen das

Gespräch zu suchen. „Nicht immer sind es überwältigende Geschehnisse, die etwas mit einem machen. Manchmal sitzt man als ehrenamtlicher Mitarbeiter einen Nachmittag lang vielleicht nur schweigend am Bett eines Gastes und hält seine Hand, merkt jedoch während der darauffolgenden Tage, dass die Gedanken um den Gast und dessen Familie kreisen“, erklärt Witteler. „So eine Reaktion ist kein Grund zur Sorge.“ Wichtig sei in solchen Fällen jedoch der Austausch mit anderen. Die Kolleginnen und Kollegen im Hospiz nehmen sich stets Zeit für Gespräche, und einmal pro Monat organisiert Martina Kaupen ein Ehrenamtstreffen.

Bereit für den Austausch

In ihren Befähigungskursen erlebt Ursula Elisa Witteler immer wieder, dass Kursteilnehmende ungewöhnlich schnell zu einem eingeschweißten Team zusammenwachsen. Der Tod verbindet. Er lässt Menschen ihr Innerstes mit anderen teilen. „Natürlich trifft das nur dann zu, wenn Menschen dazu auch bereit sind“, sagt Witteler. „Doch wenn sie sich zum Befähigungskurs anmelden, sind sie das in aller Regel.“

Witteler weiß, wovon sie spricht: Seit rund 30 Jahren arbeitet die gebürtige Rheinländerin in Hospizen und





im Palliativbereich – allein 15 Jahre davon als Leitung im ambulanten Hospizdienst in Arnsberg – und begleitet Menschen, die voneinander Abschied nehmen. Seit zwei Jahren ist sie selbstständig, arbeitet als Coach, systemische Beraterin und Supervisorin im Kreis Soest mit Menschen in Krisen, Trauer- und Entwicklungsprozessen. „Ich Sorge dafür, dass sie ihre Gedanken sortieren können, Klarheit und neue Perspektiven finden.“ Witteler berät Einzelpersonen, bietet aber auch Coachings und Seminare für Gruppen an. Seit Beginn der Corona-Pandemie berät sie in Seniorenzentren Teams und Führungskräfte zum Umgang mit der zusätzlichen Belastung.

Die Perspektive wechseln

Was vielen erst einmal nicht bewusst ist: Zur Hospizarbeit gehören nicht nur die Gäste, sondern auch deren Familien. Es kommt immer wieder vor, dass Angehörige eine ganz andere Beschreibung einer Situation liefern als Betroffene selbst, oder dass Gäste und Angehörige Prob-

leme haben, offen miteinander zu reden. So kann es vorkommen, dass ein Gast sagt: „Reden Sie nicht mit meinem Mann darüber!“ Der Mann aber sagt das Gleiche: „Sprechen Sie nicht mit meiner Frau darüber!“ Meist geht es dabei darum, den Partner oder die Partnerin schützen zu wollen. Deshalb übt Witteler mit den künftigen Ehrenamtlichen, in andere Schuhe zu schlüpfen. „Rollenspiele haben keinen guten Ruf“, lacht Witteler. „Aber hinterher sagen mir immer alle, sie hätten gerade in den Rollenspielen unglaublich viel gelernt.“ Als erstes erklären sich Carla Stelzer und Rüdiger Baumann zum Rollenspiel bereit. „Er redet nicht mehr mit mir“, sagt Stelzer. „Ich habe schon alles versucht. Was soll ich bloß machen?“ Die Kursteilnehmerin ist in die Rolle einer alten Dame geschlüpft, deren Mann seit einer Woche in einem Hospiz ist. „Du bist eine wirklich gute Schauspielerin“, lacht Baumann und wird dann ernst. Er hat die Rolle des Sterbebegleiters und fragt nach möglichen Gründen für das Schweigen: „Kann es sein, dass Ihr Mann Angst hat und Sie schützen möchte?

Wie haben Sie früher in schwierigen Situationen kommuniziert?“ Witteler erklärt: „Ehrenamtliche können eine entscheidende Rolle spielen, wenn es darum geht, die Kommunikation wieder zusammenzuführen.“

Frieden mit dem Leben

Manche Menschen haben etwas auf dem Herzen, das sie loswerden wollen, sagt Witteler. „Nach einem Gespräch fällt Vieles oft leichter.“ Wenn ein Gast keinen Besuch erhält, geschieht das oft aus Angst, nicht aus Ablehnung. „Der Tod ist in unserer Gesellschaft ein Tabu-Thema.“ Für Witteler gehört der Tod zum Leben so lange sie zurückdenken kann. „Schwer zu sagen, ob ich deshalb anders lebe“, sagt sie. „Wahrscheinlich schon. Aber ich kenne es ja nicht anders. Als ich einen schweren Unfall hatte, war ich genauso schockiert, wie andere das wohl wären. Ich empfinde vor allem Dankbarkeit. Ich erwarte vom Leben nicht, dass alle Tage sonnig sind. Das Leben hat seine Schattenseiten. Und ich weiß, ich kann damit umgehen.“ ●



Kursleiterin Ursula Elisa Witteler (Mitte) mit Carla Stelzer und Rüdiger Baumann nach dem Rollenspiel.

