



„Durch das Ehrenamt bin ich für viele Dinge in meinem Leben dankbarer und offener geworden.“

©Kay Fochtman

Interview mit Daniela

Ehrenamtliche Hospizhelferin im Ambulanten Hospizdienst ADVENA

Ehrenamtliche Mitarbeiter des Ambulanten Hospizdienstes ADVENA stehen schwerstkranken und sterbenden Menschen, ihren Familien und Freunden einfühlsam und verständnisvoll zur Seite. Eine von ihnen ist die 27jährige Daniela. Im Interview spricht die Designerin über ihre Motivation, Menschen in ihrer letzten Lebensphase zu begleiten und erklärt, warum es auch schöne letzte Momente gibt.

1. Daniela, Du bist ehrenamtliche Hospizhelferin im Ambulanten Hospizdienst ADVENA. Wie lange engagierst Du Dich schon?

Ich habe im Februar 2017 meine Ausbildung begonnen und bin seit Oktober 2017 als ehrenamtliche Hospizhelferin tätig.

2. Was genau bedeutet Ausbildung? Und warum ist diese für die Aufgabe des Ehrenamtes notwendig?

Bevor eine Begleitung beginnt, sollte man sehr gut darauf vorbereitet sein. Der Ambulante Hospizdienst ADVENA bietet für diese anspruchsvolle Tätigkeit jedes Jahr eine Ausbildung an. Die Situation, mit Trauernden und Sterbenden in Kontakt zu treten, ist schon sehr besonders. Auch das wird einem in der Ausbildung vermittelt. Ich fand es bewundernswert, wie wir durch den Kurs geführt wurden und habe sehr viel über mich dazu gelernt.

3. Mit Menschen Zeit zu verbringen, die im Sterben liegen, klingt nach keiner einfachen Aufgabe. Was waren Deine Beweggründe, Dich für dieses Ehrenamt zu engagieren?

Ich habe während meiner Arbeit als Designerin gemerkt, dass mit irgendwas fehlt. Viele sagen, dass sie gerne etwas bewirken und bewegen möchten. Das habe ich auch gespürt. Ich wusste nur noch nicht so richtig, in welche Richtung es mich verschlägt. Eines Tages habe ich in der Connewitzer Verlagsbuchhandlung einen Aushang gesehen, dass noch Plätze für die Ausbildung zum ehrenamtlichen Hospizhelfer frei sind. Dann habe ich sofort Kontakt aufgenommen, obwohl ich gar nicht viel über die Hospizarbeit wusste.

4. Hattest Du denn gar keine Berührungspunkte?

Nicht wirklich. Ich hatte bereits in meiner Familie Berührungspunkte mit dem Thema Sterben. Ich habe es dadurch von Anfang an als etwas Natürliches erfahren. Auf jeden Fall bin ich mit Respekt vor dem Thema in die Ausbildung gegangen. Hier ist mir nochmal bewusst geworden, dass diese Aufgabe gut zu mir passt und mich in einem guten Maß herausfordert.

5. Wieviel Zeit nimmt das Ehrenamt in der Woche in Anspruch?

Das ist sehr unterschiedlich. Ich habe nicht immer eine Begleitung. Je nach dem Gesundheitszustand des Betroffenen, kann diese über Wochen oder sogar über Monate gehen. Wie oft ein Besuch gewünscht ist, bespreche ich dann direkt vor Ort mit jedem Einzelnen. Das kann alle zwei Wochen ein Hausbesuch sein, oder auch einmal die Woche für nicht viel länger als zwei Stunden. Wenn aktuell kein Bedarf an einer Begleitung besteht, dann unterstütze ich auch mal das Team im stationären Hospiz ADVENA, indem ich zum Beispiel das Abendessen an die Bewohner mit ausbebe.

6. Wie erfährst du davon, wann Du gebraucht wirst?

Die Koordinatorinnen des Ambulantes Hospizdienstes führen den ersten Hausbesuch durch. Danach übergeben sie die ersten Informationen zur Person, unter anderem zur Krankheitsgeschichte. Das ist wichtig, damit man sich auf die Begleitung einstellen kann. Ich habe danach immer die Möglichkeit, der Anfrage zu oder abzusagen. Bisher habe ich jedoch ausschließlich Vorfreude verspürt, die Person kennen zu lernen.

7. Wie läuft eine Begleitung ab?

Eine typische Begleitung gibt es eigentlich nicht. Je nach Wunsch der Person unterhalten wir uns oder gehen spazieren. Ich habe auch schon bei kleineren Tätigkeiten geholfen, wie Einkäufe erledigen oder einen Balkon bepflanzen. Meistens ist man aber einfach nur zum Zuhören da. Den Menschen, den wir begleiten, können wir auf diese Weise die Gelassenheit geben, offen dafür zu sein, was passiert. Häufig kommt es auch vor, dass die Betroffenen nicht mehr sprechen können und körperlich sehr eingeschränkt sind. Für uns, als Ehrenamtliche, gibt es dann die Möglichkeit einer Sitzwache. In dem Fall spenden wir dem Betroffenen Nähe, in dem wir zum Beispiel die Hand halten.

8. Über welche Themen unterhält man sich?

Die Themen kommen meistens von selbst. Die wenigstens sagen etwas zu ihrem aktuellen Zustand oder reden vom Sterben. Es geht um alltägliche Dinge. Nur selten werden mir Fragen gestellt, auf die ich nicht antworten kann. Zum Beispiel ‚Was passiert mit mir, wenn ich ins Jenseits komme?‘. Dann frage ich zurück: ‚Wie stellen Sie sich denn das Jenseits vor?‘.

9. Welche Erfahrungen machst Du als ehrenamtliche Hospizhelferin?

Nur gute! Ich investiere gern in die Gesellschaft. Durch das Ehrenamt bin ich für viele Dinge in meinem Leben dankbarer und offener geworden. Das liegt auch daran, dass ich mich selber und die Mitmenschen bewusster wahrnehme und über den eigenen Lebensstil nachdenke. Bereits in der Ausbildung begann eine Art Lernprozess über sich selbst.

10. Was bereitet Dir am meisten Freude?

Am liebsten höre ich zu oder unternehme Spaziergänge. Bei meiner letzten Begleitung kam ich zu einem Hausbesuch und die Dame sagte zu der Person, mit der sie gerade telefonierte: ‚Ich muss jetzt Schluss machen, meine Spazierfreundin ist da‘. Dieses Wort ‚Freundin‘, das hat mich glücklich gemacht. Das ist irgendwie schön. Die gleiche Person hat mir an einem verregneten Tag ihr Regencap geschenkt, weil ich nach dem Besuch mit dem Fahrrad nach Hause fahren musste. Erst kürzlich habe ich es getragen und dabei an sie gedacht und den Kreislauf des Lebens bewundert.

11. Was sind Dinge, die Dir schwer fallen?

Bisher ist mir noch nichts wirklich schwer gefallen. Ich versuche mich immer auf alles einzustellen, bei mir zu bleiben und offen für die Gefühle meines Gegenübers zu sein. Ich mache mir dabei immer wieder klar, dass jeder einmal gehen muss.

12. Was sollte man als ehrenamtlicher Hospizhelfer Deiner Meinung nach mitbringen?

Es gibt keinen Trick 17, den man anwenden kann. Bereits in den Anfängen der Ausbildung merkt man, ob einem die Tätigkeit als ehrenamtlicher Hospizhelfer liegt. So ging es mir zumindest. Man sollte Situationen gut aushalten können, wie sie sind, ohne ein Muster im Kopf zu haben. Das ist natürlich auch eine Übungssache. Wenn die zu begleitende Person nicht reden möchte, dann muss nicht plötzlich irgendwas erzählt werden, nur um die Stille zu füllen.

Vielen Dank für das Gespräch. Wir sind wirklich froh, eine solch herzliche und fürsorgliche Mitarbeiterin im Ehrenamt bei uns zu haben.