

Hans-Jürgen Wilhelm · Tobias Kurtz

Sterbende begleiten

Bedürfnisse beachten – Haltung entwickeln

Altenpflege
Vorsprung durch Wissen



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Sämtliche Angaben und Darstellungen in diesem Buch entsprechen dem aktuellen Stand des Wissens und sind bestmöglich aufbereitet.

Der Verlag und der Autor können jedoch trotzdem keine Haftung für Schäden übernehmen, die im Zusammenhang mit Inhalten dieses Buches entstehen.

© VINCENTZ NETWORK, Hannover 2021

Besuchen Sie uns im Internet: www.altenpflege-online.net

Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar.

Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Warenbezeichnungen und Handelsnamen in diesem Buch berechtigt nicht zu der Annahme, dass solche Namen ohne Weiteres von jedermann benutzt werden dürfen. Vielmehr handelt es sich häufig um geschützte, eingetragene Warenzeichen.

Titelbild: Tobias Kurtz

Illustration: Tobias Kurtz

Druck: sourc-e GmbH, Köln

ISBN 978-3-7486-0550-8

Hans-Jürgen Wilhelm · Tobias Kurtz

Sterbende begleiten

Bedürfnisse beachten – Haltung entwickeln



„Es geht nicht nur um die Frage,
wie wir **sterben**,
sondern vor allem auch um die
Frage, wie wir **leben!**“



Vorwort

Viele Menschen haben darüber nachgedacht, was nach dem Tod passiert. Es gibt viele Philosophen und viele Religionen, die versucht haben, die vielen Fragen um den Tod und was danach mit uns geschieht, zu beantworten. Wir können verschiedenste Dinge glauben, aber Tatsache ist, wir werden als Lebende nie wirklich erfahren, was mit uns nach dem Tod geschieht.

Das wird dem Tod immer etwas Besonderes, etwas Mystisches, etwas Rätselhaftes geben.

Eigentlich ist der Tod in unserem Leben ganz normal und alltäglich, in Nachrichten, Krimis, Verkehrsfunk etc. werden wir immer wieder damit konfrontiert. Wenn er aber durch den Tod eines geliebten Menschen oder durch eine eigene schlimme Diagnose in unser eigenes Leben tritt, ist er immer etwas ganz Besonderes und fast alles andere in unserem Leben wird vollkommen unwichtig.

In unserem Alltag scheint er etwas geworden zu sein, was vor allem anderen passiert. Für uns selbst spielt er tagtäglich kaum bis gar keine Rolle und deshalb sind wir meist vollkommen überrascht und vor allem überfordert, wenn wir direkt mit ihm konfrontiert werden.

Der Tod hat in unserem Alltag scheinbar an Präsenz verloren, sodass uns und den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in der Pflege in der konkreten Situation dann häufig das „Handwerkszeug“, aber auch das Verständnis für die Bewältigung dieser Situation fehlt.

Mit diesem Buch wollen wir anregen, sich mehr mit dem Thema Tod auseinanderzusetzen, um dann auch Sterbende besser begleiten zu können.

Wir möchten Menschen, die sich mit dem Thema Sterbebegleitung befassen wollen oder müssen, bei den ersten Schritten dabei helfen, die richtigen Fragen zu stellen und vielleicht auch schon die ersten Antworten zu finden.

Zielsetzung

Dieses Buch bietet keine Handlungsanweisungen für besseres Sterben und erst recht keine Checklisten.

Der Tod und das Sterben eines jeden Einzelnen sind so individuell und unterschiedlich wie alles andere im Leben auch.

Es gibt Menschen, die unbedingt sterben wollen, und andere, die nicht loslassen können. Manche haben große Angst vor den Schmerzen und davor, grausam zu ersticken, andere machen sich Sorgen, ob ihre Familie finanziell abgesichert ist, wenn sie nicht mehr da sind. Manche möchten, dass man ihnen die Hand hält, andere all ihre Lieben um sich versammeln und wieder andere wollen ganz allein sein.

Um all dies zu erkennen und mich auf den Sterbenden und SEINEN „Prozess“ einzulassen, darf ich nicht mit mir selbst, meinen eigenen Ängsten und Sorgen in Bezug auf den Tod, beschäftigt sein. Sonst kann es leicht geschehen, dass ich dem Sterbenden, den ich begleiten will, meine Vorstellung vom Sterben aufzwinge.

Zudem muss ich mir bewusst machen, wo meine eigenen Grenzen liegen, über die ich nicht gehen kann oder will und die ich klar formulieren sollte. Es geht nicht um Bewertung oder gar Verurteilung dessen, was der Sterbende will, sondern darum, zu erkennen, ob das, was ich tue, passt oder nicht. Vielleicht bin ich nicht der oder die Richtige für diesen Menschen und eine Kollegin oder ein Kollege passt besser. Oder es gibt einzelne Aspekte oder Wünsche, die ich nicht erfüllen kann. Es ist sehr wichtig, zu erkennen, was stimmig ist, und es ist nichts Schlechtes, wenn ich feststelle, dass es nicht passt – ganz im Gegenteil.

Nur dann kann ich mich gut darauf einlassen, den letzten Weg des Sterbenden ein Stück gemeinsam mit ihm zu gehen, wenn ich auch meine Bedürfnisse, Ressourcen und Grenzen kenne und beachte. Das ist äußerst wichtig, um zu einer eigenen klaren Haltung zu kommen. Denn um einen sterbenden Menschen zu begleiten, brauche ich vor allem diese klare Haltung, die sowohl mir als auch ihm Halt geben kann.

Dieses Buch will Anregungen und Impulse geben, um eine eigene Haltung entwickeln zu können.

Wenn ich einen sterbenden Menschen begleite, muss ich mir nicht den Kopf darüber zerbrechen, was ich ihm Kluges sagen kann oder ob ich auf seine möglichen Fragen die richtigen Antworten finde, diese gibt es ohnehin nicht.

Es geht darum, mich selbst ausreichend mit dem Thema Tod befasst zu haben, sodass mich die konkrete Situation nicht an meine Grenzen führt und ich dann keine Ressourcen mehr habe, mich auf den Sterbenden, seine Wünsche und Bedürfnisse einzulassen. Es geht um ausreichend „Handwerkszeug“, auf das ich zurückgreifen kann, um in der jeweiligen Situation besser agieren zu können.

So wie ein Handwerker viele Werkzeuge in seinem Arbeitskoffer hat, um für seine Arbeit gut gewappnet zu sein, so brauchen auch wir in der Sterbebegleitung einen gut gefüllten Handwerkskoffer.

Nur dass diese Werkzeuge nicht greifbar sind wie ein Hammer. Die Werkzeuge sind unser Wissen und unsere Erfahrung, die wir immer erweitern können.

Mit Handwerkszeug sind verschiedene Blickwinkel, verschiedene Herangehensweisen und verschiedene Vorstellungen gemeint.

Und je mehr Blickwinkel und Sichtweisen wir kennenlernen, desto mehr erkennen wir, dass es nicht um Richtig oder Falsch geht, sondern darum, sich bewusst auf den anderen einzulassen und vielleicht dabei noch mal einen ganz anderen Aspekt wahrzunehmen.

Und vielleicht müssen wir auch einmal feststellen, dass es für manche Situation keine Lösung zu geben scheint.

Mein Handwerkszeug bekomme ich auch durch Gespräche und Diskussionen mit Kolleginnen und Kollegen, Freunden oder meinem Partner oder meiner Partnerin.



Aufbau

Um Anregungen und Impulse zu bieten, wollen wir hier den Tod aus fünf verschiedenen Blickwinkeln betrachten.

1.	Der Tod als ständiger Begleiter	13
2.	Der Tod in unserer Gesellschaft	23
3.	Der eigene Tod	37
4.	Der Tod des anderen	47
5.	Abschied – ist Beziehungsarbeit und braucht Haltung	57



DER TOD ALS STÄNDIGER BEGLEITER



Es war für die Generationen vor uns eher die Ausnahme, alt auf dem Krankenbett in Institutionen, wie Krankenhäusern oder Pflegeheimen zu sterben. Die meisten Menschen wurden durch Kriege, noch unheilbare Krankheiten oder Unfälle plötzlich aus ihrem Alltag und ihrem sozialen Umfeld gerissen.

So war der Tod noch bis in das 20. Jahrhundert hinein ein ständiger Begleiter im alltäglichen Leben der Menschen.

Das tägliche Leben war für die Generationen vor uns sehr viel gefährlicher, mühsamer und es gab kaum Errungenschaften, wie Arbeitssicherheit, Gesundheits- oder gar Notfallversorgung.

Die folgende Auflistung soll hier einen kleinen Eindruck vermitteln, wie sich unsere Lebenssituation in den vergangenen Jahren deutlich verbessert hat.



Die zahlreichen Kriege kosteten unzählige Menschenleben. Allein im Zweiten Weltkrieg sind weltweit mehr als **70 Millionen Menschen gestorben.**

Und mit den Kriegen kamen oft Hungersnöte und Krankheiten, deren Auswirkungen bis weit nach dem Krieg zu spüren waren. So **starben in den „Hungerjahren“** zwischen 1946 und 1948 nach dem Zweiten Weltkrieg noch einmal **mehrere Millionen Menschen.**



Auch die Kindersterblichkeit war hoch. Im 19. Jahrhundert **starb noch fast jedes zweite Kind**, heute liegt die Zahl bei deutlich unter einem Prozent.



Dr. (phil.) Hans-Jürgen Wilhelm ist Soziologe und Wirtschaftsjurist und ist seit über 25 Jahren als Heimleiter, Geschäftsführer und Vorstand in der Altenpflege tätig.

Er ist Autor des Buches „Gefangene ihrer Wahrheit“ und weiterer Bücher und Artikel zum Thema Alter und Pflege. Schwerpunkte sind die Bereiche: Demenz, Sexualität im Alter, Sterben und Tod.



Tobias Kurtz ist Kommunikationsdesigner und Marketingberater mit langjähriger Erfahrung im internationalen Agenturgeschäft. Sein Spezialgebiet ist die Kommunikation im Gesundheitswesen, in dem es besonders gilt, erklärungsbedürftige Produkte und Dienstleistungen verständlich darzustellen. Er ist seit über 30 Jahren für zahlreiche Unternehmen gestalterisch und illustrativ tätig.

„Wenn ich als professionell Pflegende oder Pflegender einen sterbenden Menschen begleite, muss ich mir nicht den Kopf darüber zerbrechen, was ich ihm Kluges sagen kann oder ob ich auf seine möglichen Fragen die richtigen Antworten finde“, davon ist der Autor überzeugt.

Viel wichtiger ist, dass ich mich selbst mit dem Thema Tod befasst habe, damit mich die konkrete Situation nicht an meine Grenzen führt, und ich über ausreichend „Handwerkszeug“ verfüge. Nur dann habe ich Ressourcen, mich auf den Sterbenden und seine Bedürfnisse einzulassen.

Zur Grundausstattung eines passenden Werkzeugkoffers gehören:

- Wissen und Erfahrung,
- unterschiedliche Blickwinkel,
- verschiedene Herangehensweisen und Vorstellungen und nicht zuletzt
- meine eigene Haltung.

Denn Abschied ist Beziehungsarbeit und braucht Haltung.

Dieses Buch ist die Basis für einen gut bestückten Werkzeugkoffer. Es bietet Anregungen und Impulse, sich mit dem Thema ausführlich zu befassen.

ISBN 978-3-7486-0550-8



9 783748 605508



VINCENTZ

Wir entwickeln Fachwissen

