

Als wäre es ein Teil von mir Angehörige sterbender Menschen begleiten

Monika Lutz, Trier
Dipl. Pädagogin, Psychoonkologin
Vorsitzende Hospiz Verein Trier



Man kann einen sterbenden Menschen bis zuletzt begleiten. Man muss nicht weglaufen oder die Augenverschließen. Man kann lernen zu akzeptieren, dass es irgendwann keine Hoffnung auf Heilung mehr gibt. Man lernt durch den Schmerz hindurch zu gehen, den Abschied auszuhalten und anzunehmen ohne selbst daran zu zerbrechen, nur: Man weiß zu Beginn nicht, ob man es schafft und wann man es schafft – dass weiß man auch nicht!

Sterben ist eine sehr kostbare und unwiderbringbare Zeit

- der drohende Tod lässt die gemeinsame Zeit kostbar werden
- Familien können an der Aufgabe der Sterbebegleitung eines nahestehenden Menschen reifen
- Helfende sollten stets in der zweiten Reihe stehen

Das soziale Umfeld „Als wäre es ein Stück von mir“

- In einem erweiterten Verständnis ist neben dem Sterbenden und den Angehörigen die Familie als Einheit, ggf. sogar erweitert um Freunde unmittelbar als Ganzes betroffen und muss sich mit dem Sterben auseinandersetzen.
- Neue Begrifflichkeit: „Zugehörige“

Dame Cicely Saunders

„Wie Menschen sterben verbleibt im Gedächtnis derer, die weiterleben.

Das, was in den letzten Stunden geschieht, kann frühere Erinnerungen heilen oder es verbleibt als zerstörendes Andenken, dass die Bewältigung der Trauer verhindert“.

Saunders C. Textbook of Pain

Unsere Ängste vor der Angst des sterbenden Menschen

- Wir haben Sorge, dass Gespräche über die Ängste und Sorgen des Menschen diese noch vergrößern könnten
- Wir befürchten, Fehler im Gespräch zu machen
- Wir haben wenig Übung in diesen Gesprächen und sind selbst verunsichert
- Wir fürchten uns in die Aufgaben anderer Berufsgruppen einzumischen
- Wir haben Angst vor schwierigen Fragen, die uns gestellt werden könnten z.B. „Was denken Sie, wie lange das noch geht?“

Sprechen und Schweigen haben ihre Zeit

Die Zeit des Schweigens und die Zeit des Sprechens habe je ihre Stunde. Im Zweifel hat zuhörendes Schweigen Vorrang.

Vielfach erleiden sterbende Menschen einen zunehmenden Kraffteinbruch, so dass sie das Sprechen und schnelles Sprechen überfordert.

Lassen wir sterbenden Menschen noch genügend Kraft für die Gespräche mit ihren Familien?

Verdrängung tritt immer wieder auf

Verdrängungen als Abwehrmechanismen gegen die Angst oder als Ablenkung und immer wieder auch Blick ins Leben treten fast regelhaft in allen möglichen Formen auf. Als Mechanismus der Angstabwehr sollten sie nicht durchbrochen werden.

Sterbende brauchen Begleiter zum Leben

- Sterbende sind Lebende, bis zum letzten Atemzug



Mit leeren Händen und offenem Herzen kommen

- Lösen von Vorstellungen und Vor-Urteilen
- Keine Ratschläge
- Wirklich DA-SEIN
- Lebensgeschichten hören
- Beziehung anbieten

Toleranz

Alles was mich an einem Menschen
länger als 15 Sekunden stört,
hat ausschliesslich mit mir selbst zu tun.

Elisabeth Kübler Ross

Familie heute

- Zunehmende Zahl alleinstehender Paare
und alleinwohnender Menschen in mittleren
und späten Lebensjahren

Vor Eintritt der Pflegebedürftigkeit wohnten
vorher ca. 76% der älteren Menschen alleine

Das soziale Umfeld sterbender Menschen

Sterbende, Angehörige und Familien
befinden sich in einer der
schwierigsten Phase
des Lebens

Belastungen von Familienmitgliedern

Die vier hauptsächlichen Belastungen von
Familienmitgliedern sind :

- Zukunftsangst
- das Problem genügend Informationen zu bekommen
- die Belastung, den Kranken leiden zu sehen
- nicht zu wissen, was als nächstes geschehen wird

Versorgungsprobleme während der Sterbebegleitung zu Hause

- Informations- und Kommunikationsdefizite innerhalb des Familiensystems und zwischen sterbendem Menschen und Angehörigen
- Wenig Beachtung subjektiver Konsequenzen für die pflegenden Angehörigen
- Abstimmungs-, Koordinations- und Integrationsprobleme
- Häusliche Versorgungssituation oft labil und krisenanfällig
- Fehlendes Case Management

Haselbeck (2005); Ewers/Schaeffer (2005)

Mängel und Notwendigkeiten in der gegenwärtigen Situation der häuslichen Versorgung und Begleitung sterbender Menschen

- Mangelnde gesellschaftliche Wertschätzung der familiären und nachbarschaftlichen Versorgungsleistungen
- Angehörige sind „unit of care“ und sind häufig zu wenig, zu spät oder nicht in die Sterbebetreuung integriert
- Gesellschaftliche Relevanz häuslicher Sterbebegleitung
- Bedarf an flächendeckender Palliativ- und Hospizversorgung auch als support der Angehörigen

Die Familie des Sterbenden Verlust und Trauer

- Verluste werden leichter verarbeitet, wenn sie der Chronologie folgen(Großeltern, Eltern, Kinder...)
- Tod der Eltern: Verlust der Vergangenheit, Ende der Kindheit
- Tod des eigenen Kindes: Verlust der Zukunft (schwer zu begreifen, kaum zu akzeptieren)

Die Familie des Sterbenden Verlust und Trauer

- Tod eines Geschwisters: Verlust eines Teiles der eigenen Geschichte, der eigenen Kindheit und Identitätsfindung
- Trauer ist ein Entwicklungsweg: „Wer bin ich?-Woher komme ich? – Wohin gehe ich? –Was ist Sinn und Aufgabe meines Lebens?“

(aus: K. Kopp-Breilinger, P. Rechenberg-Winter
„In der Mitte der Nacht beginnt ein neuer Tag“)

Langer Pflegeprozess und Auswirkungen auf Familie

Gefahren

- Isolation der Hauptpflegeperson
- Gefährdung von Partnerschaft
- Finanzielle Auswirkungen bis hin zur Armutsgrenze
- Emotionale Erschöpfung der Hauptpflegeperson