



omega 90



## Ehrenamtliche Sterbebegleitung

*Der Tod ist groß.  
Wir sind die Seinen  
lachenden Munds.  
Wenn wir uns  
mitten im Leben meinen,  
wagt er zu weinen  
mitten in uns*

*Rainer Maria Rilke*

Der Tod wird, früher oder später, jeden von uns hinwegraffen. Das wissen wir, aber in unserer dynamischen leistungsorientierten Gesellschaft wird er geflissentlich ausgegrenzt. Er passt nicht in die Lebensplanung des modernen Menschen, der gerne alles im Griff hat. Eine lebensbedrohende Krankheit, einen schweren Unfall oder einfach Altersschwäche und Siechtum erleben viele Menschen heute als narzisstische Kränkung.

Die Medizin ihrerseits vermittelt den Eindruck, dass sie fast jede Krankheit und jedes Gebrechen bei adäquater Behandlung heilen oder lindern kann. Doch Fakt ist, dass in Luxemburg alljährlich über dreitausend Menschen sterben. Alte und junge. Nach langem Leiden oder plötzlich und unerwartet, liest man in den Todesanzeigen. Für Sterbende hingegen ist die Palliativmedizin zuständig, wobei zu sagen ist, dass die Nachfrage das Angebot weit übersteigt. Und wobei wir das Thema Euthanasie hier einmal ausklammern wollen.

**M**ariette Fabeck verlor ihre Mutter im Alter von sechs Jahren. Ein schreckliches Trauma für ein kleines Mädchen. Als sie erwachsen war, beschäftigte sie sich intensiv mit Sterben und Tod, informierte sich, las Bücher. Sie arbeitete im Kulturministerium, und lange vor ihrer Pensionierung beschloss sie, eine Ausbildung als Sterbebegleiterin zu machen. 2002 erhielt sie ihr Abschlussdiplom, und seither ist sie ehrenamtlich für die Luxemburger Palliativbewegung Omega 90 tätig, die dieses Jahr ihr 25. Jubiläum feiert.

Frau Fabeck betreute anfangs schwer kranke Menschen zu Hause, doch inzwischen tritt sie jeden Donnerstagmorgen im Haus Omega in Hamm um neun Uhr ihren Dienst an, wo sie zusammen mit etwa zwanzig weiteren Ehrenamtlichen den Patienten ihre Hilfe anbietet.

„Die Aufgabe des ehrenamtlichen Begleiters von Omega 90 besteht in der Begleitung, dem aktiven Zuhören und der Präsenz, bei schwerkranken und / oder sterbenden Menschen und ihren trauernden Angehörigen, zu Hause oder in einer Institution, in Absprache mit der Familie bzw. dem multidisziplinären Team einer Institution.“ So steht es in der Charta der Organisation.

Die Ausbildung beinhaltet mindestens 140 Stunden, theoretische Kurse und Gruppenarbeiten, schriftliche persönliche Reflexionsarbeiten, ein Ehrenamt-Praktikum und regelmäßige Supervision. Die Ausbildung findet an den Wochenenden statt, die Supervisionen wochentags in den Abendstunden.

*Mariette Fabeck: „Wichtig ist vor allem, dass man genau zuhören und erfühlen kann, was die Kranken benötigen“.*



Guy Hoffmann

Man muss genau zuhören können

Wenn Mariette Fabeck donnerstags ihren ehrenamtlichen Dienst antritt, informiert das Personal sie erstmals über den Zustand der Patienten auf den insgesamt fünfzehn Zimmern, die meistens alle belegt sind, weil die Nachfrage bei weitem das Angebot übersteigt. Wer braucht gerade welche Hilfestellung? Wer möchte in Ruhe gelassen werden und schlafen? Kann sie einer kranken Person beim Frühstück assistieren, erlaubt es das Wetter, jemanden mit dem Rollstuhl hinaus in den Park mit dem kleinen Weiher zu schieben?

„Wichtig“, so die Sterbebegleiterin, „ist vor allem, dass man genau zuhören und erfühlen kann, was die Kranken benötigen. Das kann ein Gespräch sein. Oder man sitzt bei jemandem am Bett und hält ganz einfach seine Hand.“ Der Körperkontakt sei für manche Menschen extrem wichtig. Auf Wunsch darf es auch schon mal eine Fußmassage sein.

Oft stoßen Sterbebegleiter aber auch auf starke Gefühle wie Wut und totale Ohnmacht. „Wie konnte mir das passieren? Warum dieser Tumor, wo ich noch so viel vorhatte in meinem Leben!“

Auch da heißt es zuhören und vor allem keine wohlfeilen Worte des Trostes aussprechen, die völlig unangebracht wären.

„Mitgefühl“, erklärt Mariette Fabeck, „ist das Nec plus Ultra bei unserer Arbeit. Aber wir dürfen nicht mit leiden, sonst haben wir ein großes Problem. Es gilt vor allem, seine eigenen Sorgen und Bedürfnisse zu Hause zu lassen und sich ganz auf

”

***Leben und Tod sind eins, so wie der Fluss und das Meer eins sind.***

“

*Khalil Gibran*

die sterbenskranken Menschen einzulassen. Wer das zeitweilig nicht kann, sollte eine Pause einlegen.“

Sie persönlich, so die Sterbebegleiterin, erhalte von den Kranken im allgemeinen mehr zurück als das, was sie gegeben habe.

In der Ausbildung lernt man denn auch viel über die Bedürfnisse des Menschen am Lebensende, über Probleme, die auf psycho-sozialer und spiritueller Ebene auftreten können, und man muss unangenehme Symptome und unnötige Schmerzen wahrnehmen und sie dem Pflgeteam mitteilen.

Es ist klar, dass die Ehrenamtlichen sich in erster Linie um jene Kranken kümmern, die keine oder kaum Angehörige haben, die sie regelmäßig besuchen.

Andererseits kommt es aber auch oft vor, dass die Sterbenden ihnen Ängste und Nöte anvertrauen, die sie ihrer Familie oder ihrem Lebenspartner aus Rücksicht verschweigen, weil sie diese nicht allzu sehr belasten wollen.

Etwaige Probleme werden alle sechs Wochen im Team im Rahmen einer Supervision besprochen.

Die Ausbildung zum ehrenamtlichen Mitarbeiter beinhaltet ein obligatorisches persönliches Bewertungsgespräch, das von zwei Mitgliedern des Personals von Omega 90 zusammen mit dem Kandidaten nach Ende des Praktikums durchgeführt wird. Dieses Gespräch besteht aus der Analyse der Fähigkeiten und Haltungen des Kandidaten im Verlauf der gesamten Ausbildung.

Der Kandidat, der allen Bedingungen zur Ausübung des Ehrenamtes von Omega 90 entspricht, erhält ein Abschlusszertifikat „Accompagnant bénévole de personnes malades et en fin de vie“.

René Clesse