

Arista Brief

Ausgabe 3 • September 2015



förderverein
hospiz

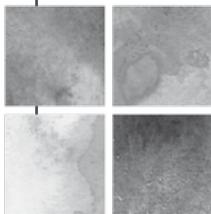
Was uns ausmacht

Im Inneren, in eurem Herzen
bleibt ruhig,
bleibt still und sicher,
dass euch das Wesentliche,
nämlich das Innere,
das euch ausmacht,
nicht genommen werden kann.

Alexa Kriele

In diesem Heft:

- Warum Namenwechsel?
- Logotherapie nach Viktor Frankl
- Interview zur Trauerbegleitung
- Buchbesprechung
- Einladungen u.v.m.



Vom Info-Brief zum „Arista Brief“

Die Umbenennung unserer Broschüre, über die wir vierteljährlich unsere Mitglieder, Förderer und Freunde über die Aktivitäten des Fördervereins informieren und in der wir allgemeine hospizliche Themen behandeln, hat bei einigen unserer Leser zu Irritationen oder gar zu Verstimmung geführt.

Dies hat den Vorstand und die Redaktion sehr überrascht, denn wir waren der Meinung, dass der Titel „Info-Brief“ nicht besonders überzeugend klingt, wenn wir unserem Anspruch genügen wollen, außer Informationen auch die Hospizidee verbreiten zu wollen.

Wenn Sie, liebe Kritiker, unsere Briefe der Vergangenheit einer Überprüfung unterziehen wollen, dann werden Sie erkennen, dass der informative Inhalt hinter dem ideellen weit zurücksteht.

Vorstand und das Redaktionsteam haben sich auf den Namen „Arista Brief“ geeinigt, nicht weil wir damit die ehrenamtlichen Hospizhelferinnen und -helfer ausschließen wollten, sondern gerade das Gegenteil war der Fall. Nachdem wir nun alle Aktivitäten im Hospiz- und Palliativzentrum räumlich zusammenführen, das Hospiz und die

beiden Palliative Care Teams „Arista“ heißen, war es für uns naheliegend, auch den ambulanten Hospizdienst und alle anderen segensreichen Einrichtungen enger an das Zentrum anzubinden und dies auch im Namen unserer Mitgliederzeitung zu dokumentieren. Wir wollten also niemanden ausschließen, sondern zusammenführen was zusammengehört.

Keiner von uns Verantwortlichen will und kann vergessen, dass die Hospizbewegung eine Volksbewegung ist, die ihren Ursprung aus dem Ehrenamt hat. Dieses ist und bleibt die Basis unserer Arbeit auch wenn eine gewisse Professionalisierung unumgänglich erscheint. Ich bitte Sie, auch in Zukunft unser Mitteilungsblatt positiv zu begleiten, auch wenn es nun nicht mehr Info-Brief heißt. Seine Inhalte werden das Wichtigste bleiben und auch das Redaktionsteam ist das bewährte, mit der kleinen Änderung, dass ich in seinen Reihen aufgenommen wurde.

Unser großer Wunsch ist, Sie als unsere treuen Begleiter und Leser zu erhalten oder erneut zu gewinnen.

Dieter Daub,
Vorsitzender des Fördervereins

Liebe Mitglieder, liebe Freunde und Förderer,

die Hospizidee gewinnt zunehmend an Aufmerksamkeit. Die liebevolle Begleitung der Sterbenden wird mehr und mehr als gesamtgesellschaftliche Aufgabe wahrgenommen. Die eindrucksvolle Debatte im Deutschen Bundestag um die Fragen am Ende des Lebens war eine Sternstunde unseres parlamentarischen Systems. Und wir, die wir uns um diese Themen bemüht haben, als viele Mitbürger sie noch tabuisierten, konnten dankbar erkennen, dass wir mit unserer Bürgerbewegung in der Mitte der Gesellschaft angekommen sind. Das darf uns aber nicht verleiten uns zurückzulehnen in der Überzeugung, dass nun alles geschafft sei.

Mit dem Aufbau des Hospiz- und Palliativzentrums „Arista“ für Stadt und Landkreis Karlsruhe haben wir ein wichtiges Etappenziel erreicht, weitere Aufgaben stehen noch vor uns. So entsteht in Karlsruhe eine Hospizwohnung für Menschen, deren Krankheit noch nicht so weit fortgeschritten ist, dass sie den Kriterien für eine Aufnahme im stationären Hospiz entspräche, die aber Sicherheit und Gemeinsamkeit suchen. Die BewohnerInnen mieten sich ein und werden von kompetenten Pflegekräften und von Ehrenamtlichen betreut. Diako-

nie und Caritas Karlsruhe sind die Träger. Die Stadt Karlsruhe unterstützt die Einrichtung, ebenso wie auch unser Förderverein, der nach Beschluss der Mitglieder nun „Förderverein Hospiz Landkreis und Stadt Karlsruhe e.V.“ heißt.

Wir nehmen also unsere Aufgabe für die gesamte Region wahr und wollen auch in Zukunft Initiativen unterstützen, welche die Betreuung der Sterbenden und deren Angehörigen verbessert.

Der Vorstand verfolgt noch ein weiteres Ziel: Wir wünschen, dass die gesamtgesellschaftliche Verantwortung für die Schwerstkranken sich auch in einer gemeinsamen Trägerschaft manifestiert. Unser Wunsch ist, dass für alle Einrichtungen für Sterbende die Kirchen, die Gebietskörperschaften und Wohlfahrtsverbände gemeinsam die Verantwortung übernehmen und so diese große humanitäre Aufgabe ausbauen und nachhaltig sichern können.

Herzliche Grüße Ihr

Dieter Domb

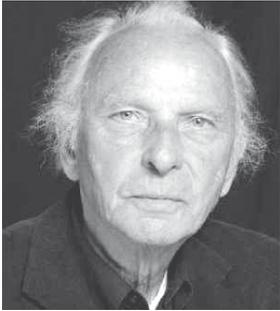


Willigis Jäger

Das Leben endet nie **Über das Ankommen im Jetzt**

Zum Lesen dieses Buches hat mich der Titel veranlasst.

Der Autor, Willigis Jäger ist Benediktinermönch und leitete bis 2000 das



Meditationszentrum in Münster-schwarzach.

Verwurzelt in der mystisch-kontemplativen Tradition

des christlichen Abendlandes, verbrachte er sechs Jahre in einem Zen-Zentrum in Japan, in Kamakura. Von dort bekam er die Autorisierung, als spiritueller Zen-Lehrer in der Welt tätig zu werden. Er gibt auch heute noch Kurse in Zen und Sesshin.

Sein Zugang zu den existentiellen Fragen unseres Daseins geschieht auf eine mystische Weise. Er hat eine weite Sicht auf die Religionen und verweist auf die tiefen Wahrheiten eines jeden Glaubens. Über die Meditation lässt sich eine Verbindung zur innersten Wahrheit, zu Gott, zur Seele finden.

Wer den Mut hat, seine Gottesbild zu überdenken und gelernte Weltbilder loszulassen, dem wird ein neues Erleben in Gottes Wirklichkeit geschenkt: „In Gott leben wir, bewegen wir uns und sind wir“ (Apg. 17.28), er ist also nicht fern von uns!

Doch nicht im Begreifen wird Gott erfahrbar, sondern im Loslassen jeder Vorstellung: „Wer da glaubt, dass er Gott erkannt habe, und dabei irgendetwas erkennen würde, der kennte Gott nicht“ (Eckhart).

„Gott, ist das, was vor allem war und ist“; damit ist aber nicht Ewigkeit, sondern Zeitlosigkeit gemeint.

Bei Willigis Jäger finden Gegensätze wie gut und böse, richtig und falsch etc. eine neue Qualität. Seiner Erkenntnis nach ist Gott in allem, bei dieser Betrachtungsweise entsteht eine äußerste Achtsamkeit jeglicher Schöpfung und jedem Geschöpf, und natürlich auch mir selbst gegenüber. In einer tiefen mystischen Erfahrung fallen die Grenzen zwischen ich und du, es kommt zu der Erfahrung der Einheit

mit allen Wesen, was das rechte Verhalten zu allen dann auch bedingt.

Noch eine sehr tröstliche Studie führt er an: Nachweislich hat es Erfolg, an jemanden liebend zu denken, für ihn zu beten oder ihn zu segnen. Dadurch schenken wir Kraft und Energie, was den Heilungsfortgang fördert. Diese Verbundenheit in allem mit allen ist für mich die große Hoffnung.

Diese Gedanken von Willigis Jäger möchte ich all denen besonders empfehlen, denen die traditionellen Antworten der Kirche auf die existenziellen Fragen des Lebens nicht befriedigend sind.

Iris Pabst



Bibliothek des Hospizdienstes

Mit dem Umzug des Hospizdienstes in das neue Haus, zogen auch die vielen Bücher mit, die der Hospizdienst zum Ausleihen bereit hält.

224 interessante Bücher zu den Themen Hospizarbeit, Sterben und Tod,

Trauer befinden jetzt in einem eigens dafür vorgesehenen Regal, das sich im Beratungsraum im Erdgeschoss befindet. So kann sich das passende aussuchen und vielleicht auch schon im einen oder anderen Buch blättern. Die Literaturliste finden Sie auch im Internet unter:

www.hospizdienst-ettlingen.de

Schauen Sie doch einfach mal vorbei.



Trauer hat viele Gesichter - *Wohin mit meiner Trauer?*



Interview mit
**Heribert
Kampschröer**

U. Scharpf: Trauer ist immer ein Thema in der Arbeit mit Kranken, Sterbenden, Hinterbliebenen.

Herr Kampschröer, Sie sind als Diplomtheologe und Trauerbegleiter verantwortlich für die Hilfsangebote des Hospizdienstes Ettlingen an trauernde Menschen. Zuerst einmal: Wie werden diese Angebote bekannt gemacht, so dass sie ihre Adressaten finden?

H. Kampschröer: *„Durch Pilotabende in Kirchengemeinden, durch Faltblätter, die in Kommunen, Hospizen, Heimen, Gemeinden und ähnlichen Einrichtungen ausliegen, durch Berichte in der Presse, durch die MitarbeiterInnen von Palliative Care und die stationären Hospize, die die Betroffenen auf diese Hilfen aufmerksam machen, durch KollegInnen im Netzwerk, durch die Ehrenamtlichen im ambulanten Dienst.“*

U. Scharpf:
„Welche Hilfsangebote gibt es?“

H. Kampschröer: „Zunächst die drei Möglichkeiten: Einzelgespräche, Trauercafé, Trauergruppe. In einem ersten Orientierungsgespräch versuche ich mit den Trauernden herauszufinden, welches Angebot am ehesten geeignet ist. Dann bin ich Ansprechpartner für Einzelbegleitung, Frau Waltraud Felber als ausgebildete Trauerbegleiterin für die Trauergruppe und weitere erfahrene HospizhelferInnen für das Trauercafé.“

U. Scharpf: „Welches der drei Angebote ist für wen geeignet?“

H. Kampschröer: *„Aus den Erstgesprächen ergibt sich meist ein Vorschlag, der natürlich – neben der Trauersituation – auch auf den jeweiligen Menschen abgestimmt sein muss.“*

In den ersten Monaten empfehle ich eher Einzelgespräche, da Leid und Trauer noch zu präsent sind, ebenso beim Tod eines Kindes, Suizid, Unfalltod, langer Pflegesituation, bei der das soziale Netz verloren gegangen ist, und anderen Fällen von „erschwerter Trauer“.

Das Trauercafé (in Ettlingen die „Kornblume“, jeden 3. Mittwoch im Monat von 17 - 19 Uhr) ist ein eher offenes Angebot, ohne vorherige Anmeldung, in schön gestaltetem Ambiente.

Es wird geleitet von einem Team erfahrener HospizhelferInnen, die sich einer besonderen Herausforderung stellen: denn jedes Treffen hat eine andere, nicht vorhersehbare Zusammensetzung von Gästen, von Situationen.

Die Trauergruppe bietet intensiveren Austausch in fester Zusammensetzung von etwa sechs bis acht TeilnehmerInnen. Unter der Leitung von Frau Felber kommt sie alle zwei Wochen für zwei Stunden zusammen, mit insgesamt sechs Treffen.

Wenn ihr mich sucht, sucht in euren Herzen. Habe ich dort eine Bleibe gefunden, lebe ich in euch weiter.

Rainer Maria Rilke

Im Sinne guter Vernetzung schicken wir Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene zu anderen Anbietern im Netzwerk Karlsruhe, die dafür spezialisierte Beratung bieten; verweisen Menschen auf Selbsthilfegruppen und auf Möglichkeiten, sich im Internet auszutauschen. Trauerseminare über ein Wochenende können wir ebenfalls vermitteln."

U. Scharpf: *Wie können Begleitende – Profis und Laien – den Trauernden helfen und wo können sie nicht helfen?"*

H. Kampschröer:

„Wichtige Grundsätze sind:

- *Den Trauernden vermitteln, dass sie der Trauer Raum geben können, auch über eine längere Zeit, sie ihr aber nicht passiv ausgeliefert sein müssen.*
- *Alle Facetten von Trauer, auch scheinbar abwegige, teilen, aber „öffnende Ideen“ einbringen.*
- *Neue Wege ins Leben aufzeigen: „wie ich mit den Toten gut weiterlebe“.*

Nicht helfen können wir bei psychischen Erkrankungen, die schon vor dem Verlust da waren und durch die Trauer verstärkt werden; wenn die Trauer mit einem Trauma verbunden ist. Dann ist es nötig, an einen Psychotherapeuten zu vermitteln. Er allerdings kann nicht eine Gruppe ersetzen, die ja die eigene Trauer widerspiegelt. Beide Hilfsmöglichkeiten ergänzen sich gut."

U. Scharpf: *„Was können, was müssen Trauernde selber beitragen?"*

H. Kampschröer: *„Sie sollten bereit sein, sich auf den Weg zu machen, bereit sein, mit anderen Menschen zu sprechen und auch durch Zuhören bei anderen Trauernden Hilfe für sich zu erfahren."*

U. Scharpf: *„Herzlichen Dank, Herr Kampschröer, für dieses Gespräch, das doch einige Hilfen in dieser schweren Zeit der Trauer aufzeigt."*

Ulrike Scharpf

Logotherapie nach Viktor Frankl...

Cicely Saunders (1918-2005), die als Begründerin der Hospizbewegung gilt, formulierte klar, dass schwerkranke Menschen nicht nur unter körperlichen Schmerzen, sondern an der gesamten Situation leiden, z.B. unter Gefühlen wie Angst, Depression, Hilf- und Hoffnungslosigkeit, Trauer, aber auch Autonomieverlust, finanziellen Schwierigkeiten und Beziehungsproblemen. Sie führte neben den Dimensionen des körperlichen, sozialen und psychischen Schmerzes als vierte Dimension den spirituellen Schmerz ein.

Die Aufgabe wechselt nicht nur von Mensch zu Mensch – entsprechend der Einzigartigkeit jeder Person –, sondern auch von Stunde zu Stunde, gemäß der Einmaligkeit jeder Situation.

Wenn Spiritualität als lebendige Beziehung eines Menschen zu dem, was sein Leben trägt, definiert wird, dann entsteht spiritueller

Schmerzen überall dort, wo sich ein Mensch zu dem, was sein Leben trägt, bedroht oder abgeschnitten erfährt. Nicht nur im Hospiz, aber insbesondere dort, gilt es, auch diesem spirituellen Schmerz Raum, Zeit und Gesprächspartner zu geben.

Der Neurologe und Psychiater Victor Frankl (1905-1997), der als Jude mit

...als eine Möglichkeit der Sinnsuche



seinen Familienangehörigen ins Ghetto Theresienstadt deportiert, später in die KZs Auschwitz und Dachau gebracht wurde und als einziger seiner Familie die Befreiung durch die US-Armee erleben konnte, entwickelte eine Theorie und Methode zum Umgang mit Leid, die er Logotherapie nannte.

Für ihn ist der Mensch seinem Wesen nach auf der Suche nach Sinn und trifft in seinem Leben unausweichlich auf unabänderliches Leid, unvermeidbare Schuld und den Tod als sicherste Tatsache des Lebens. Frankl sieht in der Verzweiflung eines Menschen angesichts eines scheinbaren Sinnmangels eine wesentliche Möglichkeit des Menschseins. Für ihn ist Sinn das, was der Mensch in einer konkreten Einzelsituation sieht und daraus macht.

Prinzipiell verwirklicht sich für ihn Lebenssinn in drei Bereichen:

1. im schöpferischen Tun, in der Arbeit, im aktiven Gestalten
2. im Erleben von Genuss, Liebe, Kontemplation und Meditation
3. in der Einstellung zu den Einschränkungen von Lebensmöglichkeiten durch Schicksalsschläge und Leid

Mit dem dritten, für Schwerkranke besonders relevanten, Bereich hat sich Frankl angesichts eigener Erfahrungen von massivem Leid intensiv beschäftigt. Er sagt, der Mensch könne sich die Leidensfähigkeit in einem „Akt der Selbstgestaltung“ erarbeiten, allerdings erst dann, „wenn er außer Stande ist, das Schicksal zu gestalten.“

Schon an der Größe eines Augenblicks läßt sich die Größe eines Lebens ermes- sen: Die Höhe einer Berg- kette wird ja auch nicht nach der Höhe irgendeiner Talsohle angegeben, sondern ausschließlich nach der Höhe des höchsten Berggipfels. So entscheiden auch im Leben über dessen Sinn- haftigkeit die Gipfelpunkte und ein einziger Augenblick kann rückwirkend dem ganzen Leben Sinn geben.

Frankl möchte Menschen in der Situa- tion „schicksalhaften Leidens“ unter- stützen, also dann, wenn sie die Situa- tion an sich nicht ändern können, wenn etwas hingenommen werden muss. Dem Menschen bleibe auch dann ein freier Spielraum in seiner geistigen Einstellung.

Frankl wurde in der Nachkriegszeit zwar gelesen, die konkrete Umsetzung

der Logotherapie wird jedoch erst jetzt von einigen Psychotherapeuten bei schwerstkranken Patienten aufgenom- men. Ziel ist, dass die Patienten eine andere Sicht auf ihre Lebenssituati- on gewinnen. Konkret lässt William Breitbart, ein amerikanischer Psychia- ter, mehrere Patienten sich einander von „bedeutungsvollen Momenten“ in ihrem Leben erzählen, von Freude,

Trauer, Geburt, Tod, be- ruflicher Karriere, Heirat. Sie erkennen dabei, dass diese als sinnvoll erlebten Situationen und Ereignis- se positive und negati- ve Seiten haben, es wird ihnen deutlich, dass es in ihrem Leben unterschied- liche Sinnquellen gibt, zu denen sie in Gedanken zurückkehren können.

Bei der Beschäftigung mit der Frage „Wer bin ich?“ wird er- kennbar, dass der Kern der Person un- verändert bleibt. Den Patienten wird vorgeschlagen, ihren Angehörigen ein Vermächtnis zu hinterlassen, sie wäh- len z. B. Kochrezepte, Fotoalben, Texte oder Videos. Es wird darüber gespro- chen, was ein „guter Tod“ sein könnte und versucht, Hoffnungen für die Zu- kunft zu formulieren, manche Patien-

ten planen dann z. B. ihre Beerdigungen. Es gibt jedoch auch Menschen, die keine Sinnverwirklichung in ihrem Leben entdecken, sie erfahren Unterstützung von Mitpatienten und anderen Gesprächspartnern, indem ihnen ihre Bedeutung in der konkreten Kontaktsituation gespiegelt wird.

Dr. Ruth Feldhoff

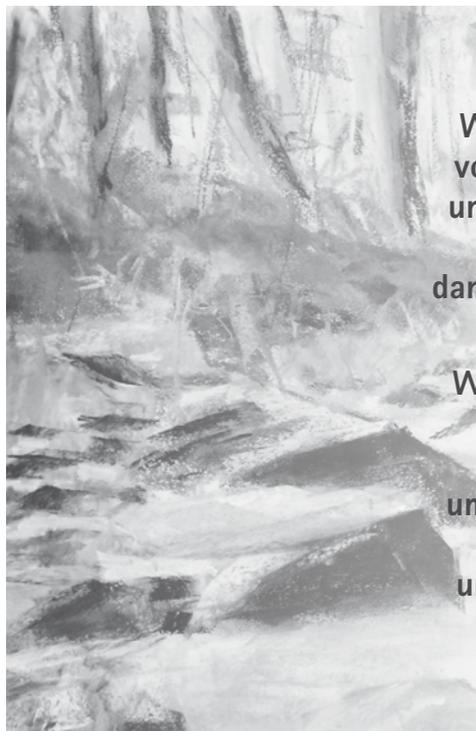
Quellen:

Frankl, V.: Der Wille zum Sinn, 4. Aufl. 1997, Piperverlag

Frankl, V.: ...trotzdem Ja zum Leben sagen, dtv 1998

Breitbart, Poppito: Meaning-Centered Group, Treatment Manual, (2014) und Individual Meaning-Centered Psychotherapie, Oxford University Press, 2014

Quelle der Zitate: »Über das Leben«, Süddeutsches Institut für Logotherapie GmbH



Lausche auf die Quelle

**Wenn du müde geworden bist
vom Laufen nach den Sternen,
um den Menschen in der Nacht
ein wenig Licht zu bringen,
dann setz dich in der Stille nieder
und lausche auf die Quelle.**

**Wenn du tief genug vordringst
zum Kern der Dinge,
dann bekommst du Augen,
um unsichtbare Dinge zu sehen,
und Ohren,
um unhörbare Dinge zu hören.**

Phil Bosmans (1922 - 2012),
belgischer Ordenspriester,
Telefonseelsorger, Schriftsteller

Information: In der Beilage der „ZEIT“, Ausgabe Nr. 35 vom 27. August 2015 steht ein bemerkenswerter Artikel der Journalistin Ilka Piepgras, die sich als Hospizbegleiterin ausbilden ließ und über ihre Erfahrungen berichtet.

DO · 8. Oktober 2015 · 20.00 Uhr
Epernaysaal · Schloss Ettlingen

Ein kulinarisch-literarisches
Vergnügen

Chocolat

Lesung aus dem Roman
von Joanne Harris



**Katharina
Giesbertz**
Sprecherin

Oliver Endle
Confisier

Eintritt: 18 € (VVK 15 €) · Freie Platzwahl
Vorverkauf: Buch Abraxas + Stadtinfo
Ettlingen · Café Endle, Karlsruhe

Jahresprogramm 2015/2016

Liebe Mitglieder und Freunde,
durch die große Unterstützung vieler
Künstler und Gruppen – oft verzichten
sie auf eine Gage, manche unterstüt-
zen uns seit vielen Jahren – konnten
wir wieder ein abwechslungsreiches
Programm zusammengestellt. Wenn
es gelingt, dass wir damit viele Bürge-
rinnen und Bürger erreichen, gewinnt
auch die Hospizbewegung, die ja un-
ter dem Wort steht:

„Leben dürfen bis zum Tod.“

Wir freuen uns, Sie zuerst bei „Cho-
colat“ begrüßen zu dürfen. Mit dieser

Wiederaufnahme – auf Wunsch vieler Menschen – beginnt das kulturelle Pro-
gramm 2015/16. Bitte machen Sie Freunde, Nachbarn darauf aufmerksam. Noch
besser: bringen Sie sie einfach mit. Wir freuen uns auf Sie!

Margareta Magosch

Impressum:

Herausgeber: Förderverein Hospiz
Stadt und Landkreis Karlsruhe e.V.
Pforzheimer Str. 33c · 76275 Ettlingen ·
Telefon: 07243 945-4270 (AB)

Mail: info@hospizfoerderverein.de
www.hospizfoerderverein.de

Vorsitzender: Prof. Dr. Dieter Daub

Redaktion: Ruth Feldhoff, Iris Pabst,
Ursula Müller, Ulrike
Scharpf, Dieter Daub

Layout: Helma Hofmeister-Jakubeit

Druck: Thielbeer, Ettlingen,
Papier mit FSC-Zertifikat

*Keine ehrenamtliche
Arbeit mit Sterbenden
hat mir
einen großen Teil der
Angst vor
dem eigenen Tod
genommen.*



Hospizbewegung
in Deutschland

Hospiz- und Palliativzentrum „Arista“

Pforzheimer Straße 33 a-c · 76275 Ettlingen



Unter einem Dach arbeiten vernetzt zusammen:



Hospizdienst Ettlingen

Büro und Beratungsraum liegen im EG des Vorderhauses und sind über den barrierefreien Eingang Pforzheimer Str. 33 b zu erreichen.



Palliative Care Team „Arista“

Die Diensträume im 2. OG des Vorderhauses sind über den Eingang Pforzheimer Straße 33 c, ebenfalls barrierefrei mit dem Aufzug zu erreichen.



Über den gleichen Aufgang kommt man auch zu dem kleinen Büro des Fördervereins im Dachgeschoss.



Stationäres Hospiz „Arista“

Das stationäre Hospiz (Pforzheimer Straße 33 a) hat seinen Eingang wie bisher im Hof.

Der erste Vortrag des neuen Jahresprogramms hat ein hospizliches Thema und findet statt am

DI, 29. Sept. 2015 · 19.30 Uhr
im Franz-Kast-Haus · Ettlingen,
Karlsruher Str. 17

„Eigen bis zuletzt“

Über den Umgang mit schwierigen
Menschen an ihrem Lebensende

Referent:

Horst Köhler

Dipl. Psychologe, Psychotherapeut

Eintritt frei · um eine Spende wird gebeten.
Teilnahmebescheinigung wird erstellt.

**Jeder Euro zählt –
wir bitten um
Ihre Unterstützung.**

Spendenkonten:

Ihre Spende überweisen Sie bitte an den
Förderverein Hospiz unter:

- Sparkasse Karlsruhe Ettlingen
IBAN: DE91 6605 0101 0001 207 24
BIC: KARSDE66XXX
- Volksbank Ettlingen
IBAN: DE30 6609 1200 0166 8036 08
BIC: GENODE61ETT

Nennen Sie ein „Stichwort“, wenn Sie mit Ihrer Zuwendung einen speziellen Dienst oder ein bestimmtes Projekt unterstützen möchten. Für die Spendenquittung tragen Sie bitte Ihre Adresse im vorgesehenen Feld ein.