Bernhard Bayer · Dirk Blümke · Georg Hug · Kerstin Kurzke · Ulrich Wahl

Sterbende begleiten lernen

Das *Celler Modell* zur Qualifizierung Ehrenamtlicher für die Hospizarbeit

Materialien

im Auftrag der Malteser Fachstelle Hospizarbeit, Palliativmedizin & Trauerbegleitung und der Diakonie Deutschland herausgegeben von Dirk Blümke

Vollständig überarbeitete und aktualisierte Neuausgabe

DER GRUNDKURS

GK 1.1 Einführung – Wir machen uns auf den Weg ... 12
GK 1.2 Verlaufsplan – Wir machen uns auf den Weg ... 14
GK 1.3a Bibeltext: Emmausgeschichte Lukas 24,13-35 (Luthertext) ... 16
GK 1.3b Bibeltext: Emmausgeschichte Lukas 24,13-35 (Einheitsübersetzung) ... 18
GK 1.4 Holzschnitt von Thomas Zacharias: Gang nach Emmaus ... 20
GK 1.5 Bildbeschreibung zu Thomas Zacharias ... 21
GK 1.6 Leitbildtransfer ... 22
GK 1.7 Die Struktur des Grundkurses ... 25
GK 1.8 Der Laden ... 26

GK 2.1 Einführung – wahrnehmen ... 27
GK 2.2 Verlaufsplan – wahrnehmen ... 28
GK 2.3 Vexierbilder ... 30
GK 2.4 Ein schwedisches Waldmärchen ... 37
GK 2.5 Der Indianer und die Grille ... 38
GK 2.6 Malteser: Geschichte der Hospizarbeit ... 39
GK 2.7 Familie mit einem sterbenden Elternteil ... 44
GK 2.8 Sterbender Ehemann ... 46
GK 2.9 Familie mit einem lebensverkürzend erkrankten Kind ... 48
GK 2.10 Sterbende Valentine Godé-Darel ... 49
GK 2.11 Das Sterben von Chiara ... 63
GK 2.12 Kanon: Herr, bleibe bei uns ... 71

GK 3.1 Einführung – mitgehen ... 72
GK 3.2 Verlaufsplan – mitgehen ... 73
GK 3.3 Der Weg über den Abgrund ... 76
GK 3.4 Elisabeth Kübler-Ross: Die Phasen des Sterbens ... 77
GK 3.5 Die fünf Sterbephasen mit Hinweisen für Begleiter ... 79
GK 3.6 Grafik: Die seelische Dynamik des Reifeprozesses ... 81
GK 3.7 Emil A. Herzig: Die seelische Dynamik des Reifeprozesses ... 82
GK 3.8 Alters- und entwicklungspsychologische Aspekte ... 85
GK 3.9 Todesvorstellungen von Kindern ... 87
GK 3.10 Todesvorstellungen von Kindern (Tabelle) ... 91

GK 3.11 Bedeutung einer lebensverkürzenden Erkrankung eines Familienmitglieds für die Familie ... 92
GK 3.12 Die Bedeutung der Diagnose für die Familie ... 93
GK 3.13 Sechs Phasen im Begleitungsprozess einer Familie ... 96
GK 3.14 Paul Sporken: Begleitung ... 100
GK 3.15 Albert Camus: Begleiten ... 102

GK 4.1 Einführung – zuhören ... 103
GK 4.2 Verlaufsplan – zuhören ... 104
GK 4.3 Killer- bzw. hilfreiche Phrasen im Gespräch ... 106
GK 4.4 Friedemann Schulz von Thun: Vier Ohren ... 107
GK 4.5 Übung: Friedemann Schulz von Thun: Die freie Auswahl des Empfängers ... 108
GK 4.6 Friedemann Schulz von Thun: Die Anatomie einer Nachricht *(oder: Wenn einer etwas von sich gibt ...)* ... 109
GK 4.7 Friedemann Schulz von Thun: Mit vier Ohren empfangen ... 119
GK 4.8 Die vier Ebenen einer Nachricht – Beispiel ... 121
GK 4.9 Momo ... 122
GK 4.10 Eine Geschichte des Zuhörens ... 123

GK 5.1 Einführung – verstehen ... 124
GK 5.2 Verlaufsplan – verstehen ... 125
GK 5.3 Bildmeditation – Edvard Munch: Der Schrei ... 127
GK 5.4 Hans-Christoph Piper: Die Sprache der Sterbenden, Teil 1 ... 128
GK 5.5 Hans-Christoph Piper: Die Sprache der Sterbenden, Teil 2 ... 130
GK 5.6 Elisabeth Kübler-Ross: Die geheime Sprache sterbender Kinder ... 137
GK 5.7 Situation einer Mutter ... 139
GK 5.8 Familie 1 mit sterbendem Erwachsenen ... 142
GK 5.9 Familie 2 mit sterbendem Erwachsenen ... 144
GK 5.10 Familie 1 mit sterbendem Elternteil ... 147
GK 5.11 Familie 2 mit sterbendem Elternteil ... 149
GK 5.12 Familie mit lebensverkürzend erkranktem Kind ... 150
GK 5.13 Genogramm als familienorientierte Technik ... 151
GK 5.14 Ressourcenorientierte Übung ... 153

GK 6.1 Einführung – weitergehen ... 155
GK 6.2 Verlaufsplan – weitergehen ... 156
GK 6.3 Eine alte Fabel ... 159

GK 6.4 Belastungen in einer Familie ... 160
GK 6.5 Einführung in das Dramadreieck ... 164
GK 6.6 Übung zum Dramadreieck ... 168
GK 6.7 Bernhard von Clairvaux: Gönne dich dir selbst ... 169
GK 6.8 Zwei Gedichte ... 170
GK 6.9 Daniela Tausch-Flammer: Mögliche Kraftquellen für Begleiter ... 171

GK 7.1 Einführung – bleiben ... 173
GK 7.2 Verlaufsplan – bleiben ... 174
GK 7.3 im angesicht des todes ... 176
GK 7.4 Ein Mann kurz vor dem Sterben ... 177
GK 7.5 Ein altes Kirchengebet ... 178
GK 7.6 Lied: Bleibet hier und wachet mit mir ... 179

GK 8.1 Einführung – Abschied nehmen ... 180
GK 8.2 Verlaufsplan – Abschied nehmen ... 181
GK 8.3 Rituale am Sterbebett ... 183
GK 8.4 Otto Betz: Einübung ins Abschiednehmen ... 186
GK 8.5 Janosch: Der Tod und der Gänsehirt ... 191
GK 8.6 Kanon: Ausgang und Eingang ... 192
GK 8.7 Richard Rohr: Vorübung zur Kontemplation ... 193

GK 9.1 Einführung – aufstehen ... 194
GK 9.2 Verlaufsplan – aufstehen ... 195
GK 9.3 Herbert Grönemeyer: Der Weg ... 197
GK 9.4 Eric Clapton: Tears in Heaven ... 198
GK 9.5 Georg Hug: Trauermodell nach Smeding ... 199
GK 9.6 Trauer in der Familie ... 205
GK 9.7 Vorstellungen vom Leben nach dem Tod ... 207
GK 9.8 Schilder für die Gruppenarbeit ... 209
GK 9.9 Rituale in der Trauer ... 215
GK 9.10 Christa Spilling-Nöker: Steh auf ... 217

DIE PRAXISPHASE

P 1 Merkblatt Praktikum für Erwachsenenbegleitung ... 219
P 2 Merkblatt Praktikum für Kinder- und Jugendbegleitung ... 220
P 3 Merkblatt Praktikumsbericht ... 221
P 4 Information zu: Demenz und Sterben ... 222

P 5 Prävention und Intervention sexualisierter Gewalt – Schutzkonzept der Malteser ... 233

DER VERTIEFUNGSKURS

VK 1.1 Einführung – Wir sehen weiter ... 236
VK 1.2 Verlaufsplan – Wir sehen weiter ... 237
VK 1.3 Fragen für das Gespräch – Reflexion der Praxisphase ... 241
VK 1.4a Bibeltext: Heilung aus Lähmung – Markus 2,1-12 (Luthertext) ... 242
VK 1.4b Bibeltext: Heilung aus Lähmung – Markus 2,1-12 (Einheitsübersetzung) ... 243
VK 1.5 Bilder Kees de Kort: Heilung aus Lähmung ... 244
VK 1.6 Leitbildtransfer zur biblischen Geschichte – Heilung aus Lähmung (Mk 2,1-12) ... 245
VK 1.7a Die Struktur des Vertiefungskurses – für die TN ... 250
VK 1.7b Die Struktur des Vertiefungskurses – für das Leitungsteam ... 252

VK 2.1 Einführung – sich entschließen ... 257
VK 2.2 Verlaufsplan – sich entschließen ... 258
VK 2.3 Meine Motive, meine Motivation ... 262
VK 2.4 Albert Schweitzer: Schafft euch ein Nebenamt ... 263
VK 2.5a Biblische Berufungsgeschichten (Luthertext) ... 264
VK 2.5b Biblische Berufungsgeschichten (Einheitsübersetzung) ... 265
VK 2.6 Es gibt Aufgaben ... 266

VK 3.1 Einführung – helfen ... 267
VK 3.2 Verlaufsplan – helfen ... 268
VK 3.3 Helferrollen ... 271
VK 3.4 Andreas Ebert: Der Helfer, die Helferin – Gefahren der Nächstenliebe ... 272
VK 3.5 Schaubild: Helferkreis ... 275
VK 3.6 Friedemann Schulz von Thun: Der helfende Stil ... 276
VK 3.7 Waage meines ehrenamtlichen Engagements ... 288
VK 3.8 Ampel ... 289
VK 3.9 Rolle der Ehrenamtlichen in der Hospizarbeit ... 290
VK 3.10 Wie erhalten wir unsere Motivation für diese Arbeit? ... 291
VK 3.11 Bernhard von Clairvaux: Die Schale der Liebe ... 293

VK 4.1 Einführung – innehalten ... 294
VK 4.2 Verlaufsplan – innehalten ... 295
VK 4.3a Schemazeichnung »Lebenswappen« ... 298
VK 4.3b Kopiervorlage »Lebenswappen« ... 299
VK 4.4 Lebenswegmeditation ... 300
VK 4.5a Bibeltext: Kohelet (Prediger Salomo) 3,1-8 (Luthertext) ... 302
VK 4.5b Bibeltext: Kohelet (Prediger Salomo) 3,1-8 (Einheitsübersetzung) ... 303
VK 4.6 Cicely Saunders: Die drei Grundprinzipien ... 304
VK 4.7 »Hospizhaltung« ... 305
VK 4.8 Interviewfragen ... 306
VK 4.9a Jesaja: Das geknickte Rohr zerbricht er nicht (Luthertext) ... 307
VK 4.9b Jesaja: Das geknickte Rohr zerbricht er nicht (Einheitsübersetzung) ... 308
VK 4.10 Von guten Mächten wunderbar geborgen ... 309
VK 4.11 Schubkarre ... 310

VK 5.1 Einführung – entlasten ... 311
VK 5.2 Verlaufsplan – entlasten ... 312
VK 5.3 Reinhard Mey: Zeugnistag ... 316
VK 5.4 Mahatma Gandhi: Ein Schlüsselerlebnis ... 317
VK 5.5 Wir wollten uns immer die Wahrheit sagen ... 318
VK 5.6a Schuld, Schuldgefühle, Scham / Schuld Macht Sinn – nach Chris Paul ... 320
VK 5.6b Schuld, Schuldgefühle, Scham ... 325
VK 5.7 Brené Brown: Scham ... 329
VK 5.8 Fallbeispiele ... 334
VK 5.9 Hans van der Geest: Schuld – Vergebung – Verkündigen ... 335
VK 5.10 Malteser: Zum Verständnis von Spiritualität ... 339
VK 5.11 Lindolfo Weingärtner: Trösten kann nur, wer Trost empfing ... 341
VK 5.12 Wilhelm Willms: wußten sie schon ... 342

VK 6.1 Einführung – deuten ... 344
VK 6.2 Verlaufsplan – deuten ... 345
VK 6.3 Soziometrische Aufstellung ... 349
VK 6.4 Arbeitsblatt Lebensthemen ... 350
VK 6.5 Toleranz ... 352

VK 6.6 Petra Stuttkewitz: Lebens-Werte ... 353
VK 6.7 Martin Buber ... 354
VK 6.8a Psalm 90 (Luthertext) ... 355
VK 6.8b Psalm 90 (Einheitsübersetzung) ... 356
VK 6.9a Wer ohne Sünde ist – Joh 8,1-11 (Luthertext) ... 357
VK 6.9b Wer ohne Sünde ist – Joh 8,1-11 (Einheitsübersetzung) ... 358
VK 6.10a Arbeiter im Weinberg – Mt 20,1-16 (Luthertext) ... 359
VK 6.10b Arbeiter im Weinberg – Mt 20,1-16 (Einheitsübersetzung) ... 360

VK 7.1 Einführung – wachsen ... 361
VK 7.2 Verlaufsplan – wachsen ... 362
VK 7.3 Die Steinpalme ... 365
VK 7.4 Petra Stuttkewitz: Irrtum ... 368
VK 7.5 Sachinformationen zum Film Erlösung – katholisches Filmwerk ... 369
VK 7.6 Edvard Munch: Die tote Mutter ... 371
VK 7.7 Auszug: Die Hälfte des Himmels gehört Bo ... 372
VK 7.8 Fallbeispiel ... 375

VK 8.1 Einführung – hoffen ... 376
VK 8.2 Verlaufsplan – hoffen ... 378
VK 8.3 Vaclav Havel: Hoffnung ... 381
VK 8.4 Daniela Tausch-Flammer: Woher wir kamen und was wir fanden – Von den seelischen und spirituellen Grundlagen der Hospizbewegung ... 382
VK 8.5 Cicely Saunders: Der Gott der zweiten Chance ... 385
VK 8.6 Glaubensbekenntnisse ... 386
VK 8.7 Von den Totentüchern ... 388
VK 8.8 Marianne Williamson (Nelson Mandela): Unsere tiefste Angst ist nicht ... 390
VK 8.9 Michael Nüchtern: Spiritualität – ein Zauberwort ... 391
VK 8.10 Ulrich Schaffer: Ewiges Leben ... 392
VK 8.11 Andreas Ebert: Nicht fromm sein, sondern fromm werden ... 393
VK 8.12 Rainer Maria Rilke: Ich will nicht sagen, dass man den Tod lieben soll ... 397

VK 9.1 Einführung – losgehen ... 398
VK 9.2 Verlaufsplan – losgehen ... 399
VK 9.3 Die Geschichte von den Bohnen ... 403
VK 9.4 Lichtmeditation ... 404
VK 9.5 »Leichenschmaus« ... 406
VK 9.6a Bibeltext: 1. Korinther 12,4-11 (Luthertext) ... 407
VK 9.6b Bibeltext: 1. Korinther 12,4-11 (Einheitsübersetzung) ... 408
VK 9.7 Kanon: Ausgang und Eingang ... 409
VK 9.8 Segenstexte ... 410

QUELLENNACHWEIS ... 413

Der Grundkurs

GK 1.1 EINFÜHRUNG – WIR MACHEN UNS AUF DEN WEG

Zu dieser ersten Einheit des Vorbereitungskurses kommt die Kursgruppe zum ersten Mal zusammen. Neues liegt vor ihnen. Sie lassen sich aufeinander und auf einen gemeinsamen Weg ein. Diese Einheit soll ihnen eine Orientierung darüber geben, was auf sie zukommen wird.
Es sind drei Gruppenkonstellationen möglich: Im Kurs werden EA für die Erwachsenenhospizarbeit oder für die Kinder- und Jugendhospizarbeit qualifiziert. Das Kursmodell bietet aber auch die Möglichkeit, EA gemeinsam in einem sogenannten integrierten Kurs für ihre jeweiligen zukünftigen Aufgaben in einer der beiden Einsatzfelder vorzubereiten.
Je nach Gruppe sollte bei der Gestaltung der Einheiten der Blick auf die zukünftigen Aufgaben, die die EA übernehmen sollen, gerichtet werden.
Bei einem integrierten Kurs sollte auf die Unterschiedlichkeiten von Begleitungen Erwachsener zu Hause, im Heim, im Krankenhaus und in der Begleitung von Familien mit lebensverkürzend erkrankten Kindern und Jugendlichen bzw. in der Begleitung Abschied nehmender Kinder hingewiesen werden. Diese verschiedenen Aspekte werden immer wieder im Kurs zur Sprache kommen.

Daneben gibt es einen großen Bereich an Gemeinsamkeiten, der eine gemeinsame Vorbereitungszeit sinnvoll macht:

- *Entwicklung einer gemeinsamen (Grund-)Haltung für die Begleitungsarbeit*
- *integratives Verständnis von Begleitung/systemische Sichtweise*
- *Blick auf die Familie – immer sind Angehörige und Zugehörige beteiligt*
- *Blick für die eigene Biografie, den eigenen Hintergrund/Motivation der einzelnen Helferin*
- *Verständnis für Ehrenamt in der Hospizarbeit (in Abgrenzung zum Hauptamt)*
- *eine gemeinsame Identität in der Hospizarbeit*

Der Kurs ist in drei Blöcke aufgeteilt:

- *Grundkurs*
- *Praxisphase*
- *Vertiefungskurs*

Der Grundkurs soll »Fertigkeiten« für die Begleitung vermitteln. Diese werden in der Gruppe geübt und erfahren und lassen sich auf Begleitungssituationen anwenden.
In der Praxisphase sollen erste Erfahrungen in Besuchssituationen gesammelt und reflektiert werden. Dazu werden thematische Weiterbildungen angeboten. Bei einem integrierten Kurs werden hier die TN je nach zukünftigem Einsatzfeld getrennt begleitet und arbeiten an unterschiedlichen Themen.
Der Vertiefungskurs wird an diese Erfahrungen anknüpfen und insofern eine Vertiefung darstellen, als er die eigene Persönlichkeit mit ihren Erfahrungen, Einstellungen, Haltungen usw. reflektiert.
Grund- und Vertiefungskurs leiten ihre innere Struktur in jeweils neun Einheiten aus jeweils einer biblischen Geschichte ab.
Das Leitbild für den nun beginnenden Grundkurs stellt die Geschichte von den Emmausjüngern dar. Diese Geschichte liefert uns das »Bildmaterial«, das wir auf die Situation der Begleitung beziehen. Es hilft, einen roten Faden zu haben, an dem entlang dieser Kurs sich entwickelt. Es sind die Schritte auf dem Weg der Jünger nach Emmaus, auf dem der auferstandene Jesus sich zu ihnen gesellt, die ein Grundmuster für eine Begegnung und Begleitung abgeben können.
Das Hauptmotiv der Geschichte ist der Weg. Ein Weg ist es auch, den die Vorbereitungsgruppe

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

nun gemeinsam einschlägt. Wege werden es auch sein, die wir mit Menschen in der Begleitung gehen. Auf diesen Wegen geschieht ein Fort-Schreiten, ein Voran-Gehen. Es gibt aber auch Haltepunkte, Stationen, Irritationen – und doch geht der Weg weiter.
Auf einen solchen Weg lassen sich die TN mit diesem Kurs ein.

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

VERLAUFSPLAN

Ziele

Die TN

- *kennen das Kurssetting*
- *kennen die anderen TN und deren Motivation zu Beginn des Kurses*
- *kennen die Leitbildgeschichte*
- *haben einen Überblick über die Struktur des Grundkurses*
- *wissen um ihre Erwartungen und Befürchtungen im Blick auf den Kurs*

Verlauf der Einheit

DAUER	ZIELE	INHALTE	METHODEN/DIDAKTISCHE HINWEISE	MATERIAL
30'	TN kennen das Kurssetting	• Willkommen in der Gruppe, im Kurs, • auf dem Weg. Team stellt sich vor. • Einführung allgemein (u.a. Gruppenregeln) • Ablauf für den Tag/Hinweise zum Haus und Hausregeln	*(1) Zur Einführung*	Namensschilder, Mitte (Tücher, Kerze, Blumen, Steine)
BLICK IN DIE GRUPPE				
30'	TN kennen die anderen TN und deren Motivation zu Beginn des Kurses	Vorstellungsrunde: Talking Stone-Runde	*(2) Zur Vorstellungsrunde* s. Methoden: Talking Stone	Stein
(30')		**ALTERNATIVE 1:** Vorstellungsrunde mit symbolhaften Gegenständen	*(3) Zu Alternative 1*	symbolhafte Gegenstände
(45')		**ALTERNATIVE 2:** Vorstellung und Austausch im Partnergespräch	*(4) Zu Alternative 2*	

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

DAUER	ZIELE	INHALTE	METHODEN/DIDAKTISCHE HINWEISE	MATERIAL
(30')		**ALTERNATIVE 3:** Mein Name	*(5) Zu Alternative 3*	Vorbereitete Namenskarten
20'	**PAUSE**			
BESINNUNG/ÜBUNG				
45'	TN kennen die Leitbildgeschichte	Die Emmausgeschichte Bildbetrachtung, anschließend Lesen des Textes Gruppenarbeit: • Beschäftigung mit den Jüngern • Beschäftigung mit Jesus	*(6) Zur Arbeit am Text*	GK 1.3a/b GK 1.4 GK 1.5
(45')		**ALTERNATIVE 1:** Wir (be-)gehen die Geschichte	*(7) Zu Alternative 1*	GK 1.3
INFORMATION				
20´	TN haben einen Überblick über die Struktur des Grundkurses	Leitung erläutert den Transfer vom Text zu den Einheiten des Kurses und stellt die wesentlichen Inhalte vor	*(8) Zum Leitbildtransfer*	GK 1.6: Leitbildtransfer GK 1.7: Die Struktur des Grundkurses
20'	TN wissen um ihre Erwartungen und Befürchtungen im Blick auf den Kurs	Erwartungen und Befürchtungen der TN in Bezug auf den Kurs • Erwartungen (grüne Karten) • Befürchtungen (blaue Karten) • Eine Befindlichkeit pro Karte!	Einzelarbeit TN lesen das Geschriebene vor und heften die Karte an die Pinnwand	Karten Stifte Pinnwand
ABSCHLUSS				
10´	Blick in die Runde	Abschlussrunde	*(9) Zur Abschlussrunde* Talking Stone-Runde Wie geht es mir am Ende dieser Einheit?	Stein
5'	Abschlussritual	Leitung schließt die Einheit mit einem Abschlussritual	*(10) Zum Abschluss*	GK 1.8: Der Laden

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

GK 1.3a BIBELTEXT: EMMAUSGESCHICHTE LUKAS 24,13-35 (LUTHERTEXT)

Zur Situation: Jesus ist wenige Tage zuvor hingerichtet worden. Die beiden Männer gehören zum Kreis seiner Anhänger. Sie haben all ihre Hoffnung auf Jesus gesetzt, den sie für den Messias hielten. Jetzt ist diese Hoffnung offenkundig zunichte gemacht.

Und siehe, zwei von ihnen gingen an demselben Tage in ein Dorf, das war von Jerusalem etwa sechzig Stadien entfernt; dessen Name ist Emmaus. Und sie redeten miteinander von allen diesen Geschichten.
Und es geschah, als sie so redeten und einander fragten, da nahte sich Jesus selbst und ging mit ihnen. Aber ihre Augen wurden gehalten, dass sie ihn nicht erkannten.
Er sprach aber zu ihnen: Was sind das für Dinge, die ihr miteinander verhandelt unterwegs?

Da blieben sie traurig stehen. Und der eine, mit Namen Kleopas, antwortete und sprach zu ihm: Bist du der Einzige unter den Fremden in Jerusalem, der nicht weiß, was in diesen Tagen dort geschehen ist? Und er sprach zu ihnen: Was denn? Sie aber sprachen zu ihm: Das mit Jesus von Nazareth, der ein Prophet war, mächtig in Tat und Wort vor Gott und allem Volk; wie ihn unsre Hohenpriester und Oberen zur Todesstrafe überantwortet und gekreuzigt haben. Wir aber hofften, er sei es, der Israel erlösen werde. Und über das alles ist heute der dritte Tag, dass dies geschehen ist. Auch haben uns erschreckt einige Frauen aus unserer Mitte, die sind früh bei dem Grab gewesen, haben seinen Leib nicht gefunden, kommen und sagen, sie haben eine Erscheinung von Engeln gesehen, die sagen, er lebe. Und einige von denen, die mit uns waren, gingen hin zum Grab und fanden's so, wie die Frauen sagten; aber ihn sahen sie nicht.

Und er sprach zu ihnen: O ihr Toren, zu trägen Herzens, all dem zu glauben, was die Propheten geredet haben! Musste nicht der Christus dies erleiden und in seine Herrlichkeit eingehen? Und er fing an bei Mose und allen Propheten und legte ihnen aus, was in allen Schriften von ihm gesagt war.

Und sie kamen nahe an das Dorf, wo sie hingingen. Und er stellte sich, als wollte er weitergehen. Und sie nötigten ihn und sprachen: Bleibe bei uns; denn es will Abend werden, und der Tag hat sich geneigt. Und er ging hinein, bei ihnen zu bleiben.

Und es geschah, als er mit ihnen zu Tisch saß, nahm er das Brot, dankte, brach's und gab's ihnen.

Da wurden ihre Augen geöffnet, und sie erkannten ihn. Und er verschwand vor ihnen.

Und sie sprachen untereinander: Brannte nicht unser Herz in uns, da er mit uns redete auf dem Wege und uns die Schrift öffnete?

Und sie standen auf zu derselben Stunde, kehrten zurück nach Jerusalem und fanden die Elf versammelt und die bei ihnen waren; die sprachen: Der Herr ist wahrhaftig auferstanden und dem Simon erschienen.

Und sie erzählten ihnen, was auf dem Wege geschehen war und wie er von ihnen erkannt wurde, da er das Brot brach.

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

Beschäftigen Sie sich zuerst mit den Jüngern:

- *Können Sie sich in die Gefühle dieser Männer hineinversetzen?*
- *Versuchen Sie zu beobachten, wie sich diese Gefühle im Laufe der Geschichte wandeln.*
- *Kennen Sie selbst solche Gefühle und solche Wandlungen?*
- *In welche Phase dieser Geschichte können Sie sich am besten hineinversetzen?*
- *Was fällt Ihnen am schwersten?*

Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit nun auf Jesus:

- *Beobachten Sie genau, was er tut.*
- *Versuchen Sie, seine Verhaltensweise zu verstehen.*
- *Stellen Sie Ihre eigenen Vermutungen an:*
  - *Weshalb befragt er die beiden über Dinge, die er längst weiß?*
  - *Weshalb legt er ihnen die Bibel aus?*
  - *Weshalb stellt er sich, als wolle er weitergehen, und bleibt dann doch?*
  - *Weshalb entschwindet er vor ihren Augen?*
- *Welche der Verhaltensweisen würde Ihnen in einer Situation von Trauer und Verzweiflung gut tun?*
- *Womit hätten Sie vielleicht Schwierigkeiten?*

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

GK 1.3b BIBELTEXT: EMMAUSGESCHICHTE LUKAS 24,13-35 (EINHEITSÜBERSETZUNG)

Zur Situation: Jesus ist wenige Tage zuvor hingerichtet worden. Die beiden Männer gehören zum Kreis seiner Anhänger. Sie haben all ihre Hoffnung auf Jesus gesetzt, den sie für den Messias hielten. Jetzt ist diese Hoffnung offenkundig zunichte gemacht.

Und siehe, am gleichen Tag waren zwei von den Jüngern auf dem Weg in ein Dorf namens Emmaus, das sechzig Stadien von Jerusalem entfernt ist. Sie sprachen miteinander über all das, was sich ereignet hatte.
Und es geschah, während sie redeten und ihre Gedanken austauschten, kam Jesus selbst hinzu und ging mit ihnen. Doch ihre Augen waren gehalten, sodass sie ihn nicht erkannten.
Er fragte sie: Was sind das für Dinge, über die ihr auf eurem Weg miteinander redet?

Da blieben sie traurig stehen und der eine von ihnen – er hieß Kleopas – antwortete ihm: Bist du so fremd in Jerusalem, dass du als Einziger nicht weißt, was in diesen Tagen dort geschehen ist? Er fragte sie: Was denn? Sie antworteten ihm: Das mit Jesus aus Nazaret. Er war ein Prophet, mächtig in Tat und Wort vor Gott und dem ganzen Volk. Doch unsere Hohepriester und Führer haben ihn zum Tod verurteilen und ans Kreuz schlagen lassen. Wir aber hatten gehofft, dass er der sei, der Israel erlösen werde. Und dazu ist heute schon der dritte Tag, seitdem das alles geschehen ist. Doch auch einige Frauen aus unserem Kreis haben uns in große Aufregung versetzt. Sie waren in der Frühe beim Grab, fanden aber seinen Leichnam nicht. Als sie zurückkamen, erzählten sie, es seien ihnen Engel erschienen und hätten gesagt, er lebe. Einige von uns gingen dann zum Grab und fanden alles so, wie die Frauen gesagt hatten; ihn selbst aber sahen sie nicht.

Da sagte er zu ihnen: Ihr Unverständigen, deren Herz zu träge ist, um alles zu glauben, was die Propheten gesagt haben. Musste nicht der Christus das erleiden und so in seine Herrlichkeit gelangen? Und er legte ihnen dar, ausgehend von Mose und allen Propheten, was in der gesamten Schrift über ihn geschrieben steht.

So erreichten sie das Dorf, zu dem sie unterwegs waren. Jesus tat, als wolle er weitergehen, aber sie drängten ihn und sagten: Bleibe bei uns; denn es wird Abend, der Tag hat sich schon geneigt! Da ging er mit hinein, um bei ihnen zu bleiben.

Und es geschah, als er mit ihnen bei Tisch war, nahm er das Brot, sprach den Lobpreis, brach es und gab es ihnen.

Da wurden ihre Augen aufgetan und sie erkannten ihn; und er entschwand ihren Blicken.

Und sie sagten zueinander: Brannte nicht unser Herz in uns, als er unterwegs mit uns redete und uns den Sinn der Schriften eröffnete?

Noch in derselben Stunde brachen sie auf und kehrten nach Jerusalem zurück und sie fanden die Elf und die mit ihnen versammelt waren. Diese sagten: Der Herr ist wirklich auferstanden und ist dem Simon erschienen.
Da erzählten auch sie, was sie unterwegs erlebt und wie sie ihn erkannt hatten, als er das Brot brach.

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

Beschäftigen Sie sich zuerst mit den Jüngern:

- *Können Sie sich in die Gefühle dieser Männer hineinversetzen?*
- *Versuchen Sie zu beobachten, wie sich diese Gefühle im Laufe der Geschichte wandeln.*
- *Kennen Sie selbst solche Gefühle und solche Wandlungen?*
- *In welche Phase dieser Geschichte können Sie sich am besten hineinversetzen?*
- *Was fällt Ihnen am schwersten?*

Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit nun auf Jesus:

- *Beobachten Sie genau, was er tut.*
- *Versuchen Sie, seine Verhaltensweise zu verstehen.*
- *Stellen Sie Ihre eigenen Vermutungen an:*
  - *Weshalb befragt er die beiden über Dinge, die er längst weiß?*
  - *Weshalb legt er ihnen die Bibel aus?*
  - *Weshalb stellt er sich, als wolle er weitergehen, und bleibt dann doch?*
  - *Weshalb entschwindet er vor ihren Augen?*
- *Welche der Verhaltensweisen würde Ihnen in einer Situation von Trauer und Verzweiflung gut tun?*
- *Womit hätten Sie vielleicht Schwierigkeiten?*

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

GK 1.4 HOLZSCHNITT VON THOMAS ZACHARIAS: GANG NACH EMMAUS

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

GK 1.5 BILDBESCHREIBUNG ZU THOMAS ZACHARIAS

Thomas Zacharias hat einen Holzschnitt zur Emmausgeschichte geschaffen.

EINE BILDBESCHREIBUNG ZUR ORIENTIERUNG

Das Bild ist in drei Zonen gegliedert, die in Querrichtung verlaufen. Unten eine schwarze Zone, ohne Konturen, blockartig, undurchdringlich; in der Mitte über zwei Drittel des Bildes eine grüne Fläche, durch schwarze Linien in Felder eingeteilt. Oben in leuchtend warmen rot-gelb-grün-Tönen die Andeutung einer Stadt. Im Zentrum dieser Zone befindet sich ein Feld, in dem die hellen Farben deutlich gegeneinander abgesetzt sind.
Die Verbindung der Zonen ist durch einen Weg gegeben, der mit einem Schwung die schwarze mit der leuchtend bunten Zone durch die Felder hindurch verbindet.
Zur schwarzen Zone gehörig und zugleich aus ihr heraustretend sind drei Gestalten zu erkennen. Eng aneinander gedrängt, von hinten zu sehen, sind sie dabei, den Weg zu beschreiten. Die drei Gestalten sind in gleicher Weise dargestellt, und dennoch ist die mittlere hervorgehoben. Die beiden äußeren Gestalten scheinen sich an sie zu lehnen, sich ihrem Schritt anzupassen.
Der Kopf der mittleren Gestalt ist von hellem Licht umgeben, das über den Weg die Verbindung mit der hellen Zone herstellt. Der Weg, der sich durch die Mittelzone hindurchzieht, ist nach oben hin immer mehr in den Farben der hellen Zone gehalten.

EINE DEUTUNG

Der »Gang nach Emmaus« führt die drei Gestalten auf dem Weg durch die Felder vom Dunkel ins Helle. Das Dunkel steht konkret für die Ereignisse in Jerusalem, für das Leiden und den Tod Jesu, zugleich aber auch für die Trauer und Verzweiflung der Jünger, für das Ende aller ihrer Hoffnungen und Träume. Die beiden Jünger gehören zu dieser Zone des Dunklen und haben doch – für sie nicht erkennbar – schon das Licht bei sich. Die dritte von Licht umgebene Gestalt ist der auferstandene Jesus, der sich unerkannt zu den Jüngern gesellt hat. Von ihm aus fällt Licht auf den Weg nach Emmaus, wie auch von der angedeuteten Mahlszene im Zentrum der Emmauszone Licht auf den Weg fällt.
Damit ist in diesem Bild das Ganze der Emmausgeschichte angelegt. Das zunehmende Licht könnte als das »Brennen der Herzen« gedeutet werden. Emmaus selbst liegt hell da, hier werden den Jüngern die Augen geöffnet. Sie erkennen den Auferstandenen und begreifen damit auch alles das, was sich auf dem zurückliegenden Weg ereignet hat.
Das Bild – wenn es auch vom Ziel des Weges her gemalt ist – zeigt die Männer noch am Anfang des Weges, an dem Punkt, an dem sie sich aus der Todeszone zu lösen beginnen. Der weitere Verlauf des Weges, sein Ziel, ist für sie noch Zukunft, auf die sie zugehen.
Das Bild fängt in seiner Gestalt einerseits nur einen Moment der Geschichte ein, zugleich aber umfasst es die ganze Geschichte. Es steht stellvertretend für alle Momente, in denen Menschen aus einer Todeszone, aus der Dunkelheit des Lebens aufbrechen. Der Weg der Jünger steht stellvertretend für jeden Weg, auf dem Menschen auf eine unbestimmte und ihnen zunächst noch unbekannte Hoffnung hin aus dem Dunkel ins Helle aufbrechen. Der Auferstandene erschließt sowohl Zukunft als auch Vergangenheit, durch ihn verwandelt sich Dunkel in Helligkeit, Trauer in Hoffnung, Tod in Leben.

- *Sind Sie selber schon solche Wege gegangen?*
- *Wie haben Sie den Wandel vom Dunkel zum Licht, von der Trauer und dem Schmerz zum Leben erlebt?*
- *Was hat Ihnen dabei geholfen?*

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

GK 1.6 LEITBILDTRANSFER

Die Emmaus-Jünger nach der Katastrophe von Jerusalem. Sie leben noch, während Jesus tot ist. Sie müssen irgendwohin, irgendwie weiterleben, irgendetwas machen. Nach Hause wollen sie gehen, zurück, dahin, wohin sie gehört hatten, bevor sie sich Jesus angeschlossen hatten. Unterwegs reden die beiden. Immer und immer wieder – über jeden einzelnen Moment.

So geht es Menschen, die etwas Einschneidendes erlebt haben: ein glückliches Erleben, aber auch einen Streit, eine katastrophale Nachricht, die Diagnose schwerer Krankheit, ein Unglück, den Tod eines wichtigen Menschen oder sonst etwas. Ihr Weg geht nach diesem Einschnitt weiter, sie müssen einen nächsten Schritt tun, weitergehen, weiteratmen. Viele Menschen erzählen von diesem Erlebnis, das ihr Leben verändert. Immer und immer wieder – in jeder Einzelheit. Die Nähe eines Menschen tut da gut.

Die beiden Jünger sind in sich gefangen. Einer gesellt sich zu ihnen. Sie sprechen einfach weiter. Sie erkennen ihn nicht. Es ist Jesus, der nicht im Tode geblieben ist, der sich mit ihnen auf den Weg macht. Er geht an ihrer Seite einfach mit ihnen mit.

wahrnehmen, mitgehen

Begleitung beginnt mit dem »Sich-Nähern«. Große Behutsamkeit ist wichtig. Näherkommen, zuhören, mitgehen, wahrnehmen – was da ist mit einem Menschen. Dabei kann es geschehen, dass der andere Mensch ganz gefangen ist in sich, kaum reagiert, nicht offen ist, auch das Angebot der Hilfe nicht erkennt.

Nach einer Weile macht Jesus sich bemerkbar. Er fragt nach, eröffnet die Möglichkeit, ihm nun alles noch einmal zu erzählen. Er eröffnet den Jüngern die Möglichkeit, das Schwere (mit-) zu teilen, es loszuwerden und dabei auch davon zu sprechen, wie es ihnen mit alldem ergangen ist und noch ergeht.

zuhören

Zuhören und behutsames Fragen erreicht, dass ein Mensch zu sprechen beginnt, sich von der Seele redet, was belastet, bedrängt, niederdrückt. Sprache bringt in Fluss, was den Mund verschließt, auf dem Magen liegt und das Herz schwer macht. Was ausgesprochen werden kann, geht aus einem Menschen heraus, die Last wird leichter.

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

Jesus versteht, dass die Jünger in all dem Erzählen nach dem Sinn des Geschehens fragen. Sie verstehen nicht, sie sind ohne Orientierung, ohne Antwort auf ihre Fragen, ohne Trost. Jesus beginnt, ihnen zu deuten, was geschehen war.

verstehen

Wenn wir mit Menschen sprechen, unterscheidet uns eines von Jesus: Wir können die Frage nach dem Sinn nicht von uns aus beantworten. Gemeinsam mit dem Fragenden können wir diese Frage nach dem Sinn zunächst nur ausdrücken und uns dann gemeinsam auf den Weg machen, Sinn und Trost zu finden und zu erschließen.

Auf ihrem Weg sind die Jünger mit Jesus an ihrem Ziel angekommen. Dieses Ziel ist allerdings nur der Zielort. Innerlich sind sie noch nicht am Ziel. Sie bedürfen noch der Gegenwart Jesu. Als er weitergehen will, bitten sie ihn zu bleiben. Jesus versteht: Noch können sie nicht allein sein. Sein Da-Sein tut ihnen wohl. Er bleibt bei ihnen.

weitergehen, bleiben

Auf dem Weg der Begleitung erreichen wir immer wieder Stationen. Der Begleiter, die Begleitende hat Unterstützung und Hilfen auf dem Weg gegeben. Immer wieder muss gefragt werden, ob die Begleitung weiterhin notwendig ist. Kann ich gehen? Kann die Familie nun allein weitergehen? Die helfende Beziehung soll nicht in Abhängigkeit, sondern zur eigenen Entwicklung, zur eigenen Reife beitragen. Loslassen ist ein wichtiger Schritt, aber auch Bleiben kann erforderlich sein.

Unterwegs ist Jesus mit den Jüngern mitgegangen, hat zugehört und mit und zu ihnen gesprochen. Jesus erfasst, dass dies nicht ausgereicht hat, um sie aus ihrem Unglück zu lösen. Er wählt eine andere Ebene des Tuns: Zu Beginn der Mahlzeit bricht er das Brot. Das erinnert die Jünger an das letzte gemeinsame Mahl mit Jesus, an dieses Abendmahl, das sie so nie zuvor erlebt hatten. Nicht im Kopf, sondern im Herzen, durch die Erinnerung und das Gefühl, das jetzt entsteht, verändert sich alles für die Jünger.

Worte allein vermögen nicht zu heilen. Worte müssen angeeignet, in Empfinden und Verstehen verwandelt werden. Symbolhafte Handlungen – gerade auch religiöse – überbieten die Möglichkeiten des Gespräches.

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

Jesus hat den Jüngern das gewährt, wessen sie bedurften: die Vergewisserung, dass das, was sie erlebt hatten mit Jesus, dass das, worauf sie ihre Hoffnung gesetzt hatten, doch nicht verloren und zerstört war. Sie waren ergriffen, und sie begriffen. Jesus war tot. Er war nicht mehr bei ihnen. Und doch war er gegenwärtig – verwandelt. Er war verwandelt bei ihnen. Die Bindung war nicht abgebrochen, sie dauerte fort; er war nicht vergessen, er war weiterhin Teil ihres Lebens. Mit dieser Erkenntnis konnten sie ihren Weg weitergehen. Anders, aber wieder gut. Mit neuer Kraft.

Abschied nehmen

Im Verlauf einer tödlichen Erkrankung kommt der Punkt, an dem der Patient Abschied nehmen muss: von seinem Leben, seinen Beziehungen. Auch die Angehörigen müssen Abschied nehmen. Aber sie müssen den Angehörigen, das Kind, nicht vergessen. Die Beziehung kann in anderer Form weitergehen. Sie muss, sie kann verwandelt werden. Es gibt ein Ende der Begleitung. Auch hier gilt, dass die Beziehung verwandelt werden muss/kann. Dieser Moment des Abschiednehmens ist von entscheidender Bedeutung. Beide müssen sich verabschieden – Begleiter und die Familie. Wann dieser Moment ist und wie der Abschied gestaltet werden kann, muss gut bedacht werden. Können alle sich auf ein gemeinsames Drittes beziehen, fällt es leichter, Abschied zu nehmen. Ein gemeinsamer Bezug verbindet beide weiterhin, auch über die Trennung hinaus.

Für die Jünger sind Verzweiflung und Trauer gewichen, das Leben ist zurückgekehrt. Sie wurden verstanden und haben verstanden. Von diesem Moment aus fällt Licht auf den ganzen langen Weg der Trauer und des Dunkels. Alles erschließt sich von diesem Moment her. Sie brechen auf. Nicht die äußeren Umstände haben sich verändert, aber die Jünger haben sich verändert. Sie gehen ihren Weg nun anders.

aufstehen

Das ist das Ziel der Begleitung von Sterbenden und ihren Angehörigen: nicht, dass wir die Schwierigkeiten ausräumen, die Probleme lösen, die Krankheit heilen oder den Tod ersparen könnten, sondern dass wir dabei helfen, dass diese Menschen auf ihrem Weg weitergehen können. Dass das Gebundensein vom Anfang gelöst, die Lähmung aufgehoben wird, dass innere und äußere Handlungsspielräume neu eröffnet werden, dass Zukunft eröffnet wird auch in der Trauer und angesichts des Todes.

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

GK 1.7 DIE STRUKTUR DES GRUNDKURSES

Jesu Verhalten in der Emmausgeschichte bildet ein Grundmuster für das hospizliche Verhalten in der Begleitung von Sterbenden und ihren Familien.

DIE GESCHICHTE	DER TRANSFER	DER KURSSCHRITT
Die Jünger machen sich auf den Weg – hinaus aus Jerusalem.		**EINHEIT 1 – Wir machen uns auf den Weg**
Jesus nimmt die Jünger in ihrer Enttäuschung wahr.	Gut wahrnehmen – Was ist in der Gruppe, bei mir, beim Sterbenden, in den Familien?	**EINHEIT 2 – wahrnehmen**
Jesus begleitet seine Jünger auf dem Weg – er geht mit ihnen.	Jemanden begleiten – sich auf das Tempo, auf seine Schritte einlassen, Gefühle und Prozesse im Sterben kennenlernen	**EINHEIT 3 – mitgehen**
Jesus hört zu – er lässt die Jünger erzählen.	Zuhören – aktiv zuhören und merken, worum es geht, zuhören einüben	**EINHEIT 4 – zuhören**
Jesus versteht – was in den Jüngern vorgeht.	Verstehen – sensibel werden für das, was mit dem Sterbenden und seinen Angehörigen passiert und was in den Menschen vorgeht	**EINHEIT 5 – verstehen**
Jesus geht weiter mit – und lässt den Jüngern die Freiheit, ohne ihn weiterzugehen.	Wir treffen auf Menschen und begleiten sie auch in schwierigen Begleitungssituationen weiter, es wird ein gemeinsamer Weg im Wissen um unsere Kraftquellen.	**EINHEIT 6 – weitergehen**
Jesus bleibt – als die Jünger ihn noch nicht verabschieden können.	Wann bleiben wir, wann gehen wir; was kann helfen, »gut« bleiben zu können, auch wenn es schwierig wird und das Ende naht?	**EINHEIT 7 – bleiben**
Jesus entschwindet vor ihren Augen, sie müssen ihn gehen lassen.	Was passiert mit Menschen, die Abschied nehmen, wie gestalten wir Abschiede, welche Rituale helfen?	**EINHEIT 8 – Abschied nehmen**
Die Jünger stehen auf und laufen zurück nach Jerusalem.	Ein Mensch ist gestorben – was geschieht nun mit den Zurückgebliebenen, welche Hoffnung bleibt? Der erste Kursteil ist zu Ende – wir stehen auf in die Praxisphase hinein.	**EINHEIT 9 – aufstehen**

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

GK 1.8 DER LADEN

Das Gedicht »Der Laden« von Gerhard Schöne finden Sie beispielsweise unter:
http://www.songtexte.com/songtext/gerhard-schone/der-laden-5bb2af6c.html

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

In der Emmausgeschichte ist das Erste, was wir von Jesus erfahren, dass er *wahrnimmt*, dass hier zwei Menschen sind, die Beistand und Begleitung brauchen. Er spürt, wie ihnen zumute ist, und weiß, dass sie sich aus eigener Kraft nicht aus der Verzweiflung befreien können.

Wahrnehmung ist die Voraussetzung für echte Begegnung. Wenn ich mich selbst nicht wahrnehmen kann, kann ich auch andere nicht wahrnehmen. Wenn ich den anderen Menschen nicht wahrnehmen kann, kann ich ihn auch nicht begleiten. Ich laufe sonst Gefahr, ihm gut gemeinte Ratschläge zu geben oder all das zu tun, was meinem eigenen Bedürfnis in einer ähnlichen Situation entsprechen würde. Das kann aber für mein Gegenüber genau das Falsche sein, weil dieser Mensch *anders* ist als ich.

Um andere wahrzunehmen, muss ich meine Wahrnehmungsfähigkeit weiterentwickeln. Das lässt sich auf jedem Waldspaziergang üben. Ich versuche zum Beispiel, sehr bewusst zu *sehen*. Ich bleibe vor einem Baum stehen, betrachte ein einzelnes Blatt, nehme mir dazu Zeit. Ich will nur *sehen*. Oder ich *lausche* und versuche, die verschiedenen Geräusche wahrzunehmen: den Gesang der Vögel, das Rauschen des Windes, Verkehrslärm. Auf ähnliche Weise kann ich alle meine Sinne schärfen: Was sehe, höre, rieche, schmecke, spüre ich?

Zur *Selbstwahrnehmung* gehört, dass ich meine eigenen Gefühle zulassen und ausdrücken kann. Wie ist das, wenn ich traurig oder verzweifelt bin, wenn ich glücklich bin oder erleichtert, wenn ich einsam bin oder Angst habe? Ich mache mir bewusst, wie ich normalerweise mit meinen eigenen Gefühlen umgehe. Kann ich Schmerz und Trauer zulassen? Kann ich mich freuen? In welchen Situationen lache oder weine ich? Nehme ich die Menschen um mich wahr? Weiß ich, wie es meinen Familienangehörigen, meinen Freunden und Nachbarn geht? Wie kann ich andere präziser wahrnehmen, ohne meine eigenen Gefühle und Stimmungen in sie hineinzuinterpretieren?

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

VERLAUFSPLAN

Ziele

Die TN

- *werden mit Übungen an »wahrnehmen« herangeführt*
- *lernen, was die Wahrnehmung leitet*
- *haben einen Überblick über die Hospizbewegung und Hospizarbeit*
- *nehmen alle Mitglieder in einer Familie mit einem sterbenden Menschen wahr*
- *nehmen einen Sterbevorgang wahr*

Verlauf der Einheit

DAUER	ZIELE	INHALTE	METHODEN/DIDAKTISCHE HINWEISE	MATERIAL
BLICK IN DIE GRUPPE				
15'	TN werden in ihrer Befindlichkeit wahrgenommen	Wie gehe ich als TN in diese Einheit hinein?	Talking Stone-Runde	Stein
BESINNUNG/ÜBUNG				
5'	Einleitung	Einführung zum Thema	*(1) Zur Einführung*	GK 2.1
20'	TN werden mit Übungen an »wahrnehmen« herangeführt	Hinführung zu den Übungen Übung mit Vexierbildern und »roter Punkt«	*(2) Zu den Vexierbildern*	GK 2.3
(20')		**ALTERNATIVE 1:** Übung: »Aufeinander zugehen«	*(3) Zu Alternative 1*	
(20')		**ALTERNATIVE 2:** Meine(n) Körper, Befindlichkeit wahrnehmen	*(4) Zu Alternative 2*	
(20')		**ALTERNATIVE 3:** Wahrnehmen mit allen Sinnen: fühlen, riechen, schmecken	*(5) Zu Alternative 3*	Diverse Gegenstände, Pflanzen, Gewürze, etc.

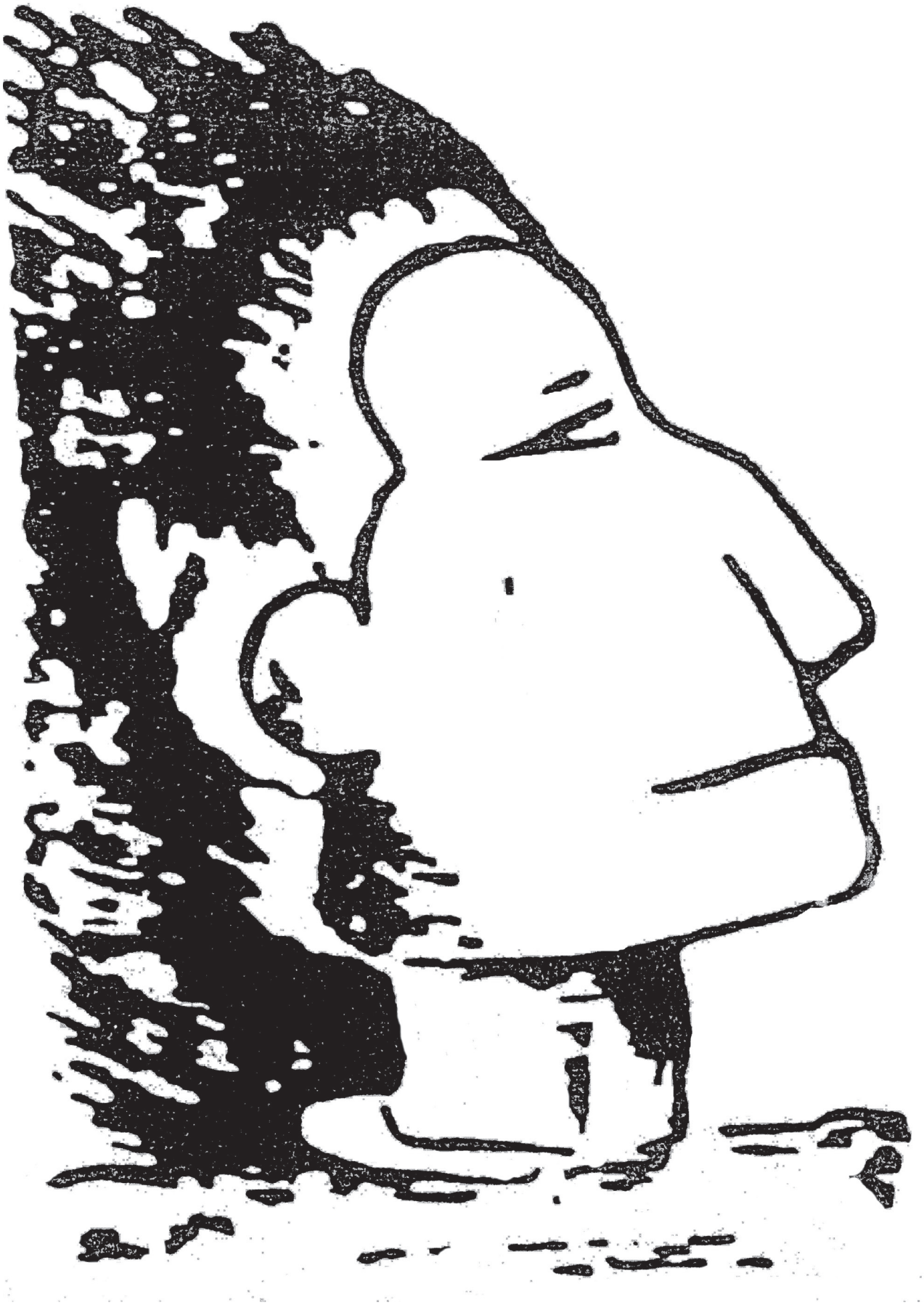
Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

DAUER	ZIELE	INHALTE	METHODEN/DIDAKTISCHE HINWEISE	MATERIAL
10‘	TN lernen, was die Wahrnehmung leitet	Zwei Kurzgeschichten zur Auswahl als Impuls zum Thema: Was leitet meine Wahrnehmung?	*(6) Zu den Kurzgeschichten* Vorlesen Rundgespräch	GK 2.4 GK 2.5
INFORMATION				
20‘	TN haben einen Überblick über die Hospizbewegung und Hospizarbeit	Ursprünge der Hospizbewegung Definitionen Säulen der Hospizarbeit Versorgungsangebote vor Ort	*(7) Zur Hospizbewegung* Vortrag	GK 2.6
30‘	TN nehmen alle Mitglieder in einer Familie mit einem sterbenden Menschen wahr	Kurzgeschichten: • Familie mit einem sterbenden Elternteil • Sterbender Ehemann • Familie mit lebensverkürzend erkranktem Kind Welche Gefühle lösen die Situationen der einzelnen Beteiligten in der Familie bei mir aus?	*(8) Was kennzeichnet die Situation einer Familie?*	GK 2.7 GK 2.8 GK 2.9
15‘	**PAUSE**			
50‘	TN nehmen einen Sterbevorgang wahr	Ferdinand Hodler: Das Sterben von Valentine Godé-Darel	*(9) Zur Arbeit mit den Bildern von Hodler* Bildbetrachtung	GK 2.10
(50‘)		**ALTERNATIVE FÜR KINDER- UND JUGENDHOSPIZDIENST:** Der Sterbeprozess von Chiara	*(10) Zur Alternative Kinder- und Jugendhospizdienst*	GK 2.11
ABSCHLUSS				
15‘	Abschlussritual	Blick auf die Befindlichkeit der TN nach dieser Einheit Abschließen mit gemeinsamem Singen	Talking Stone-Runde Kanon: Herr bleibe bei uns Stille	Stein GK 2.12

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

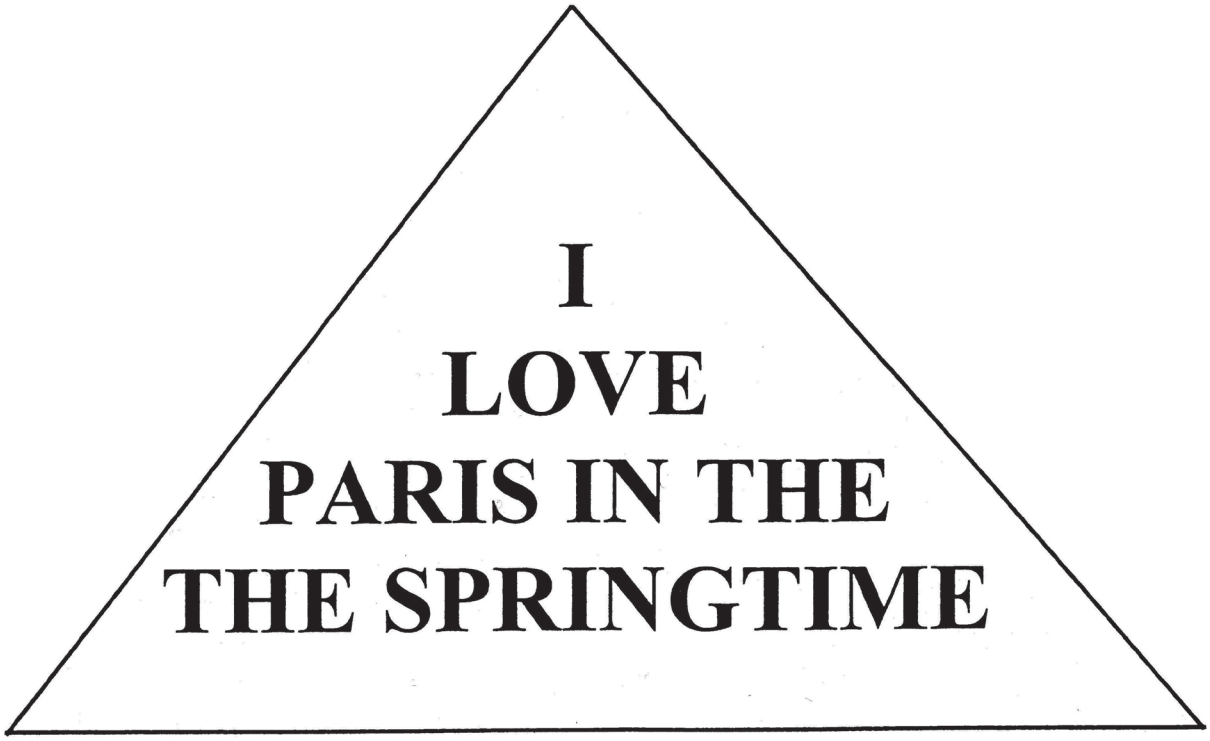
Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München



Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

monument

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München



Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

GK 2.4 EIN SCHWEDISCHES WALDMÄRCHEN

Wie sehr meine Wahrnehmung von dem bestimmt wird, was ich schon kenne, also von meinen »Mustern«, bringt das folgende Märchen zur Sprache:

An einem schönen Sommertage war um die Mittagszeit eine Stille im Wald eingetreten. Die Vögel steckten ihre Köpfe unter die Flügel. Alles ruhte.
Da steckte der Buchfink sein Köpfchen hervor und fragte: »Was ist das Leben?«
Alle waren betroffen über diese schwere Frage. Eine Rose entfaltete gerade ihre Knospe und schob behutsam ein Blatt ums andere heraus. Sie sprach: »Das Leben ist eine Entwicklung.«
Weniger tief veranlagt war der Schmetterling. Lustig flog er von einer Blume zur anderen, naschte da und dort und sagte: »Das Leben ist lauter Freude und Sonnenschein.«
Drunten am Boden schleppte sich eine Ameise mit einem Strohhalm, zehnmal länger als sie selbst, und sagte: »Das Leben ist nichts als Mühe und Arbeit.«
Geschäftig kam eine Biene von einer honighaltigen Blume zurück und meinte dazu: »Das Leben ist ein Wechsel von Arbeit und Vergnügen.«
Wo so weise Reden geführt wurden, steckte der Maulwurf seinen Kopf aus der Erde und sagte: »Das Leben ist ein Kampf im Dunkel.«
Die Elster, die selbst nichts weiß und nur vom Spott über die anderen lebt, sagte: »Was ihr für weise Reden führt! Man sollte wirklich meinen, dass ihr sehr gescheite Leute seid!«
Es hätte nun einen großen Streit gegeben, wenn nicht ein feiner Regen eingesetzt hätte, der sagte: »Das Leben besteht aus Tränen, nichts als Tränen.«
Dann zog er weiter zum Meer. Dort brandeten die Wogen und warfen sich mit aller Gewalt gegen die Felsen, kletterten daran in die Höhe und warfen sich dann wieder mit gebrochener Kraft ins Meer zurück und stöhnten: »Das Leben ist ein stetes vergebliches Ringen nach Freiheit.«
Hoch über ihnen zog majestätisch ein Adler seine Kreise, der frohlockte: »Das Leben ist ein Streben nach oben.«
Nicht weit davon stand eine Weide, die hatte der Sturm schon zur Seite geneigt. Sie sprach: »Das Leben ist ein Sich-Neigen unter eine höhere Macht.«
Dann kam die Nacht –
In lautlosem Flug glitt ein Uhu durch das Geäst des Waldes und krächzte: »Das Leben heißt die Gelegenheit nutzen, wenn die anderen schlafen.«
Schließlich wurde es still im Wald.

- *Kennen Sie Ihre eigenen Wahrnehmungsmuster?*
- *Gibt es bestimmte Dinge, die Ihnen immer sofort auffallen oder die Sie ganz besonders ärgern? Worüber freuen Sie sich?*
- *Üben Sie, die eigene Wahrnehmung wahrzunehmen!*

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

GK 2.5 DER INDIANER UND DIE GRILLE

Was prägt die Wahrnehmung eines Menschen? Seine Kultur, seine Gewohnheiten, seine Tradition, sein Lebenskontext, sein Herkommen, seine Erfahrungen? Diese Geschichte kann helfen, zu entdecken, dass auch wir geprägt sind, und danach zu fragen, was uns geprägt hat.

Ein Indianer besuchte einen weißen Mann. In einer Stadt zu sein, mit dem Lärm, den Autos und den vielen Menschen – all dies war ganz neuartig und auch verwirrend für ihn.

Die beiden Männer gingen die Straße entlang, als plötzlich der Indianer seinem Freund auf die Schulter tippte und ruhig sagte: »Hörst du auch, was ich höre?« Der Freund horchte und sagte: »Alles, was ich höre, ist das Hupen der Autos und das Rattern der Omnibusse.« »Ich höre ganz in der Nähe eine Grille zirpen.« »Du musst dich täuschen; hier gibt es keine Grillen. Und selbst, wenn es eine gäbe, würde man ihr Zirpen beim Lärm nicht hören.« Der Indianer ging ein paar Schritte und blieb vor einer Hauswand stehen. Wilder Wein rankte an der Mauer. Er schob die Blätter auseinander – und da saß tatsächlich eine Grille.

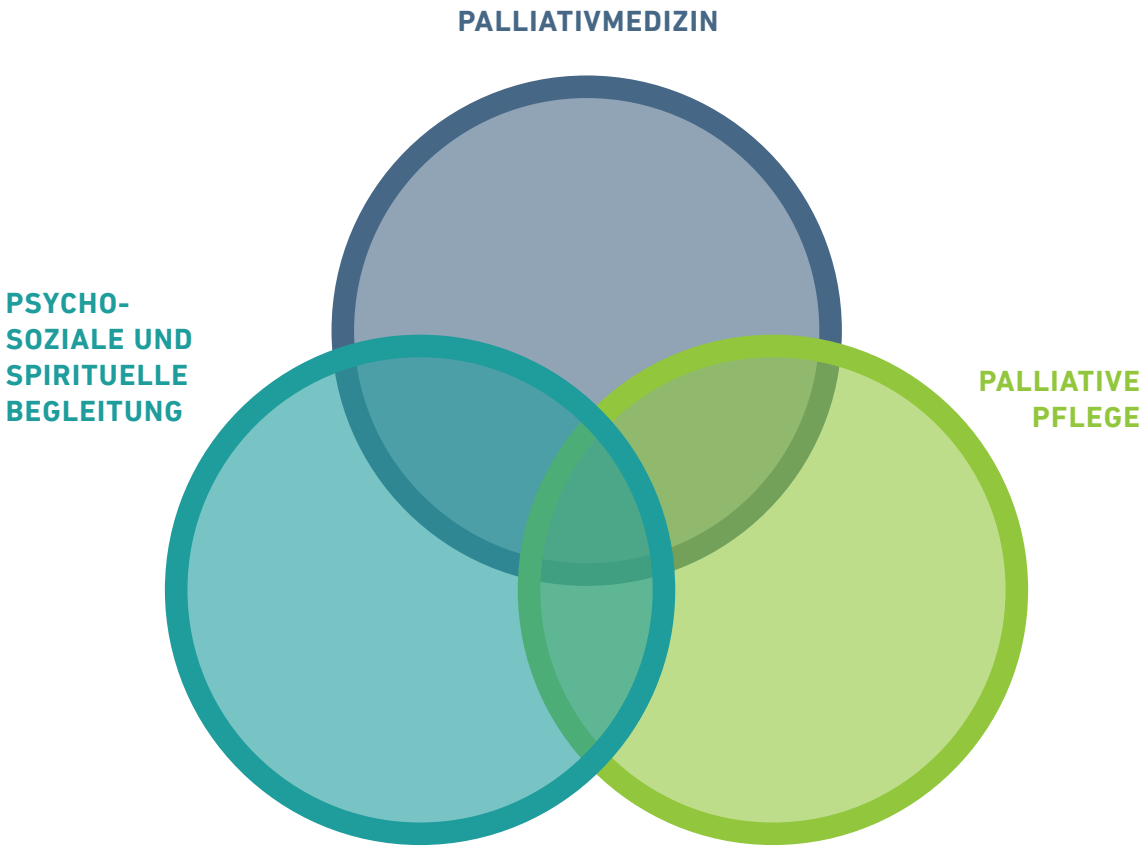
Der Weiße sagte: »Indianer können eben besser hören als Weiße.« Der Indianer erwiderte: »Da täuschst du dich. Ich will es dir beweisen.« Er warf ein 50-Cent-Stück auf das Pflaster. Es klimperte auf dem Asphalt, und Leute, die mehrere Meter entfernt gingen, wurden auf das Geräusch aufmerksam und sahen sich um. »Siehst du«, sagte der Indianer, »das Geräusch, das das Geldstück gemacht hat, war nicht lauter als das der Grille. Und doch hörten es viele der weißen Männer. Der Grund liegt darin, dass wir alle stets das gut hören, worauf wir zu achten gewohnt sind.«

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

DEFINITIONEN

- *Das Wort »Hospiz« leitet sich vom lateinischen »hospitium« - Herberge ab, bedeutet aber auch »Gastfreundschaft, gastliche Aufnahme«.*
- *Hospizarbeit basiert auf der Idee, durch ganzheitliche Zuwendung einen vertrauten Raum zu schaffen, in dem der Mensch bis zuletzt in Würde leben und hoffen darf, ohne Angst, dass sein Leben künstlich verlängert oder verkürzt wird.*
- *»palliare« (lat.) = »ummanteln, umhüllen«*
- *»care« (engl.) = »Sorge, Achtsamkeit, Pflege«*
- *»Care« = »Sorge« im Sinne einer umfassenden Betreuung, Begleitung, Pflege und Therapie. Palliative Care beinhaltet: palliative Medizin, palliative Pflege, psychosoziale und spirituelle Begleitung.*
- *WHO-Definition (2002): Palliative Care ist ein Ansatz zur Verbesserung der Lebensqualität von Menschen mit schweren, fortschreitenden, unheilbaren Erkrankungen.*

HOSPIZLICHE BEGLEITUNG UND PALLIATIVE VER-/UMSORGUNG



Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

GESCHICHTLICHE URSPRÜNGE DER HOSPIZIDEE

- *Erstmals taucht der Begriff Hospiz ab dem 4. Jahrhundert auf: Das Hospiz war ein Ort, an dem Pilger Schutz und Ruhe finden konnten. Es bot den Menschen auf ihren Pilgerreisen Unterkunft, Beköstigung, Ruhe und seelsorgerische Begleitung. Manche Reisende waren krank und sterbend*

- *Im Mittelalter haben verschiedene christliche Ordensgemeinschaften in ihren Klöstern pilgernde, aber auch kranke und sterbende Menschen aufgenommen und bis zum Tode versorgt und gepflegt. Diese Einrichtungen der Klöster wurden auch Hospize genannt.*

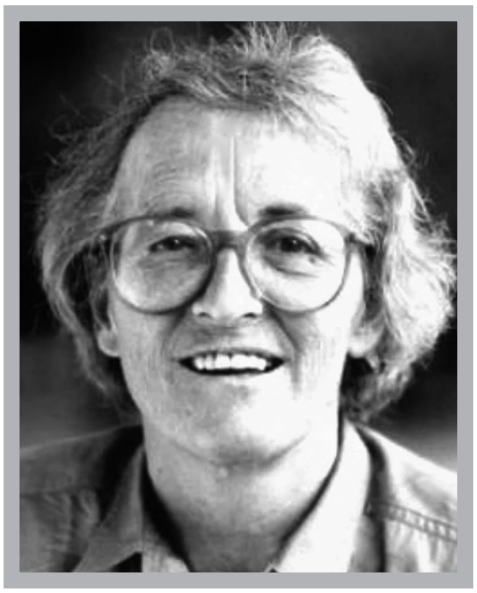
- *Die Idee, sterbende Menschen optimal zu versorgen und zu pflegen wurde im 20. Jahrhundert wieder. Als eines der ersten Hospize wurde das heute bekannteste das* ***St. Christophers Hospice 1967*** *in London unter der Leitung von* ***Dr. Cicely Saunders*** *eröffnet. Von dort hat sich die Hospizbewegung und der Hospizgedanke, so wie wir ihn heute verstehen, weltweit verbreitet.*

- *»Hospiz« bezeichnet danach mehr als nur den Ort oder eine feste Institution, sondern ist eine umfassende Idee mit ganzheitlichem, systemischen Ansatz, die sowohl im ambulanten wie auch stationärem Bereich umgesetzt wird, überall, wo gestorben wird. Vielfach ist der Wunsch Zuhause zu sterben, deshalb gilt im Interesse des Sterbenden häufig der Grundsatz »ambulant vor stationär«.*

DAS WIEDERAUFLEBEN DER HOSPIZIDEE

Cicely Saunders
* 22.06.1918 in Barnet
† 14.07.2005 in London

Dame Cicely Mary Strode Saunders – englische Ärztin, Sozialarbeiterin und Krankenschwester. Sie gilt als Begründerin der modernen Hospizbewegung und Palliativmedizin.



Elisabeth Kübler-Ross
* 08.07.1926 in Zürich;
† 24.08.2004 in Scottdale, Arizona

war eine schweizerisch-US-amerikanische Psychiaterin mit 23 Ehrendoktortiteln. Mit ihrer erstmaligen Erforschung und Beschreibung typischer Gefühlszustände im Sterbeprozess fand sie große Aufmerksamkeit. Ihr 1969 veröffentlichtes Buch »Interviews mit Sterbenden« wurde in über 25 Sprachen übersetzt.

Aus: Sterbende begleiten lernen, © 2018 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München