



RUNDBRIEF



DER TÜBINGER HOSPIZDIENSTE e.V.

Frühjahr / Sommer 2017

Der Trauergesprächskreis in der Begegnungsstätte HIRSCH

Ein Erfahrungsbericht

Trauer ist ein erschöpfendes Gefühl und eine normale Reaktion auf einen schmerzlichen Verlust. In unserem Trauergesprächskreis können die Teilnehmenden erfahren, dass Trauer sich wandelt und sie eigene Ressourcen haben, die schwere Zeit der Trauer zu bewältigen.

Zu unseren Trauergesprächsrunden kommen Menschen unterschiedlichen Alters zwischen 20 und 80 Jahren mit völlig verschiedenen Verlusterfahrungen. Aber sie alle wollen mit ihrer Trauer nicht mehr allein bleiben. Sie möchten sich mitteilen und austauschen können über ihre schmerzlichen Erfahrungen. Dafür finden sie in unserer geschlossenen Gruppe Schutz und Sicherheit, dass nichts nach außen dringen kann. Es entsteht Vertrauen und das Gefühl, angenommen zu sein, ohne bewertet zu werden. Wir achten darauf, dass jede/r Teilnehmende den zeitlichen Raum für seine Mitteilungen für sich allein bekommt, ohne jeglichen Kommentar von den anderen. Wir sind überzeugt, dass konzentriertes Zuhören heilende Wirkung hat, weil der Trauernde sich von allen in dem erlittenen Leid gewürdigt fühlt.

Meine Hand

greift nach einem Halt

und findet

nur eine Rose

als Stütze

Hilde Domin



Wir ermutigen die Teilnehmenden, die Trauer als einen Prozess zu verstehen und als Ausdruck der Liebe zu ihrem Verstorbenen. Wir machen sie aufmerksam auf die verschiedenen Aspekte der Trauer, die wir an den jeweiligen Nachmittagen in den Vordergrund stellen und regen sie an zu Achtsamkeit und Bewusstheit für ihren ganz eigenen Weg. Wir vertiefen dieses, indem wir sie anleiten, ihren Körper bewusst wahrzunehmen im Hier und Jetzt. Dieser Wechsel von Aussprache und Einfühlung in den Körper hilft nach unserer Erfahrung, dass Menschen sich in ihrer je eigenen Trauer ganzheitlich wahr genommen fühlen.

Wichtig sind uns auch sich wiederholende Rituale, wobei das Versöhnungsritual im Zentrum steht. Dabei erleben die Teilnehmenden noch einmal, was belastend war in ihrer Beziehung, was der Verstorbene ihnen vergibt und sie ihm vergeben. Das bedeutet,

dass sich dann Erinnerung in Dankbarkeit wandeln kann für das Gute, das von dem Verstorbenen ausgegangen ist. Es bleibt eine dauerhafte Verbindung in der Erinnerung, die neue Schritte in ein neues Leben wagen lässt.

Einige schriftliche Rückmeldungen von Teilnehmern des Gesprächskreises

Der Trauergesprächskreis war für mich hilfreich

- weil ich nicht allein war als Trauernde.
- weil mein Umfeld schwierig ist, und ich hier sprechen konnte.
- weil ich weinen konnte im geschützten Raum.
- weil ich hier Zuspruch erfahren habe, dass ich doch wieder glücklich werden kann.
- weil ich mehr Verständnis für andere entwickelt habe, die Ähnliches durchgemacht haben.
- weil ich Klarheit darüber bekommen habe, dass mich die Liebe trägt, die mir mein Partner geschenkt hat und die ich ihm schenken durfte.
- weil ich hier alles sagen konnte, was mich bewegt.
- weil ich Belastendes in der Beziehung im Ritual abgeben konnte.
- weil ich einen sicheren Ort für meine Erinnerungen im Inneren gefunden habe.
- weil ich oft verzweifelt war, jetzt aber wieder Hoffnung habe.
- weil meine Trauer sich in dankbare Erinnerung gewandelt hat und ich neue Lebensfreude gewonnen habe.
- weil ich verinnerlicht habe: „ich gehe weiter“, statt „es muss weitergehen“.

Sigrid Goth-Zeck und Sigrun Engelmann

Rückblick auf das Jahr 2016

Auf der jährlichen Mitgliederversammlung, die dieses Jahr am 24. Januar 2017 stattgefunden hat, berichteten Vorstand und Hospizteam aus ihren Tätigkeiten und gaben einen Überblick über das letzte Jahr. Hier werden die Berichte kurz zusammengefasst:

In der **Erwachsenenhospizarbeit** wurden 2016 insgesamt 108 Menschen in Kliniken, Alten- und Pflegeheimen und Privathaushalten begleitet. In der **BOJE** wurden 15 Kinder und Jugendliche mit lebensverkürzenden Krankheiten von den Ehrenamtlichen begleitet. Bei den **Trauertreffs**, die seit 2014 regelmäßig stattfinden, nehmen konstant zwischen 15 und 20 Kinder und Jugendliche teil. Parallel zu diesen Treffen können sich die Eltern der TeilnehmerInnen austauschen. **Die ambulant betreute Hospizwohnung** musste wegen unseres Umzuges in neue Büroräume leider aufgegeben werden.

Für den **Palliativgeriatrischen Beratungsdienst** der Tübinger Hospizdienste hat Tanja Frank für die Pflegekräfte der Tübinger Heime kollegiale Beratung angeboten. Die **Letzte-Hilfe-Kurse** der Tübinger Hospizdienste an der Volkshochschule, die im letzten Jahr zweimal angeboten wurden, waren gut besucht und die Rückmeldungen der TeilnehmerInnen sehr positiv.

Auch im Jahr 2016 wurden die **Angebote für Trauernde** der Tübinger Hospizdienste gut angenommen: zahlreiche **Einzelgespräche** wurden von den Koordinatorinnen und Sigrid Goth-Zeck geführt; in der Christophstraße findet einmal monatlich unser **Trauercafé** statt, und in der **Tropenlinik Paul-Lechler-Krankenhaus** bieten wir in Kooperation mit der Palliativstation ein zweimal wöchentlich stattfindendes **Begegnungscafé** für die Patienten und ihre Angehörigen an, das gerne angenommen wird. In der Begegnungsstätte Hirsch trafen sich jeweils im Frühjahr und im Herbst die TeilnehmerInnen einer **Trauergruppe** unter der Leitung von Sigrid Goth-Zeck und Sigrun Engelmann, um sich im Rahmen einer geschlossenen Gruppe auszutauschen. Auch drei **Trauerwanderungen** wurden im vergangenen Jahr angeboten. Sie haben sich als gute Gelegenheit erwiesen, Menschen in Trauer ungezwungenen Kontakt und Austausch zu ermöglichen.

Im Rahmen unseres **Besuchsdienstes für Menschen mit fortgeschrittener Demenzerkrankung** hat 2016 der fünfte Vorbereitungskurs mit acht TeilnehmerInnen stattgefunden. Wir bekommen regelmäßig zurückgemeldet, dass die Kurse, die den TeilnehmerInnen schwerpunktmäßig Möglichkeiten der Kommunikation mit demenzkranken Menschen aufzeigen sollen, als sehr hilfreich erlebt werden.

Unser Besuchsdienst wird unterstützt durch das Ministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie, Frauen und Senioren Baden-Württemberg aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg. Durch diese Förderung sind auch zusätzliche **Fortbildungskurse** für Ehrenamtliche in der Begleitung von Menschen mit Demenz möglich.

Der Arbeitskreis **Öffentlichkeitsarbeit**, bestehend aus Ehrenamtlichen, Hauptamtlichen und Vorstandsmitgliedern, trifft sich mehrmals jährlich. Im Jahr 2016 umfassten seine Aktivitäten beispielsweise die Teilnahme am Tübinger Entenrennen und beim Markt der Vereine, einen Kinoabend im Kino Atelier anlässlich des Welthospiztages und vieles mehr.

Veränderung in der Geschäftsführung der Tübinger Hospizdienste

Ab 01. Juni 2017 wird Constanze Scholzgart ihre Arbeit als hauptamtliche Geschäftsführerin der Tübinger Hospizdienste e.V. beginnen.

Telefonisch ist sie unter der Nummer des Hospizbüros erreichbar (07071 / 760 949), per E-Mail unter constanze.scholzgart@tuebinger-hospizdienste.de

Vorstandswahl

Auf der Mitgliederversammlung wurden die Vorstandsmitglieder für die Jahre 2017-2019 gewählt. Aus dem Vorstand verabschiedet wurden Gabriele Plass und Laurens Brenner.



Dr. Eva-Maria Mörike, erste Vorsitzende

Hausärztin, Allgemeinmedizin, Palliativmedizin, Master of Advanced Studies Palliative Care. Vorbereitungskurs 6, seit 2004 im Vorstand als Beisitzerin, seit Januar 2011 zweite Vorsitzende, seit Januar 2015 erste Vorsitzende.

Constanze Scholzgart, zweite Vorsitzende

Vorbereitungskurs 13, ab 2011 Beisitzerin im Vorstand, seit 2015 stellvertretende Vorsitzende.



Heike Weißer, Kassenwartin

Seit dem Vorbereitungskurs 12 ehrenamtliche Mitarbeiterin der Tübinger Hospizdienste, seit 2013 im Vorstand als Beisitzerin und seit 2014 als Kassenwart tätig.

Diane Godard, kommissarische Schriftführerin

Seit dem Vorbereitungskurs 13 bei den Tübinger Hospizdiensten, seit 2015 Beisitzerin im Vorstand.



Georg Knies, Beisitzer

Vorbereitungskurs 13, seit 2011 als Beisitzer im Vorstand, zuständig vor allem für den Bereich Supervision.

Johannes Huhn, Beisitzer

Vorbereitungskurs 6, seit 13 Jahren im Vorstand, davon 10 Jahre als Kassenwart.



Dr. Konstantin von Puttkamer, Beisitzer

Seit sechs Jahren als Beisitzer im Vorstand der Tübinger Hospizdienste, zuständig für Boje, den ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienst für den Landkreis Tübingen.



Dr. Wieland Gauß, Beisitzer

Vorbereitungskurs 16, ist neu im Vorstand, Kursleiter für das Spiritual Care-Programm

Zwei Abschiede auf Zeit

Etwas mehr als zwei Jahre ist es nun her, dass wir im Vorstandsgremium der ambulanten Hospizdienste unsere Ehrenamtlichen Gabriele Plass und Laurens Brenner begrüßen durfte.

Nachdem Sie sich zur Wahl gestellt hatten, wurden Sie mehr oder weniger ins kalte Wasser geworfen. Laurens übernahm die Aufgabe des Schriftführers. In seiner ruhigen, besonnenen und doch auch fröhlichen Art war er dafür wie geschaffen. Trotzdem er während der Sitzungen hauptsächlich auf das Zuhören konzentriert war, nahm er dennoch an den Diskussionen mit klugen und gut überlegten Beiträgen teil. Seine Sicht als junger Pädagoge und „frischer“ Hospizler war uns immer eine Bereicherung.

Mindestens genauso dankbar sind wir über Gedanken und Anmerkungen mit denen sich Gabriele in die Tätigkeit einbrachte. Als Boje-Ehrenamtliche hat sie oft die Sicht aus dem Blickwinkel der betroffenen Familien eingebracht, ebenfalls als geschulte Pädagogin wohlüberlegt und reflektiert. Auch Gabriele tat sich mit ihrer frischen, lebensfrohen Art leicht, ins Gremium hereinzuwachsen und uns zum Beispiel am Info-stand bestens zu präsentieren!

Beiden hat das Leben im Laufe des letzten Jahres dann neue Herausforderungen gestellt. Für Laurens ergab sich die Gelegenheit für mindestens zwei Jahre beruflich nach Südkorea zu gehen.

Gabriele sah sich im Privaten gleich mehrere großen Herausforderungen gestellt. Daraus hat sich ergeben, dass auch sie Tübingen vorübergehend verlassen hat.

Beide konnten aufgrund dieser Veränderungen ihr Amt als Beisitzer im Vorstand nicht mehr wahrnehmen. Mit großem Verständnis aber schweren Herzens haben wir sie ziehen lassen. Für ihre Mitarbeit, ihre Ideen, Gedanken und um ihr Dasein in unserer Mitte bedanken wir uns herzlichst und wünschen beiden, dass alles was sie anpacken, von Erfolg gekrönt sein wird!

Herzlichen Dank !

Für den Vorstand,
Constanze Scholzgart

Die neuen Büroräume der Tübinger Hospizdienste

Seit 2004 waren die Tübinger Hospizdienste mit Büro und Gruppenraum im Friess-Wilhelm-Haus des Luise-Wetzel-Stiftes untergebracht. Nach langer zunächst ergebnisloser Suche hatte uns damals ganz unverhofft die Evangelische Heimstiftung die dortige Dachgeschosswohnung zur Verfügung gestellt: helle Räume mit phantastischem Blick über Tübingen bis hin zur Schwäbischen Alb. Zwölf Jahre durften wir dies genießen.

Dann hieß es Ende 2016 Abschied nehmen, da es die Gebäudeplanung der Heimstiftung vorsah, das Friess-Wilhelm-Haus durch einen Neubau zu ersetzen. Wir sahen uns wieder auf Wohnungssuche, doch die Evangelische Heimstiftung sorgte auch dieses Mal für uns und bot uns eine frei gewordene Wohnung im Betreuten Wohnen im Gebäude *Beim Herbstenhof 15/2* an. Nachdem der Mietvertrag schon ausgehandelt war, stellte uns unerwartet der Brandschutz noch einige Hürden in den Weg. Doch Ende gut, alles gut: am 21.10.2016 ging der Umzug dank der hervorragenden Planung durch Heike Weißer und Birgit Endres rasch und reibungslos über die Bühne.

Herzlichen Dank an alle Umzugshelfer und –helferinnen! Die Koordinatorinnen arbeiten jetzt in zwei Büroräumen, hinzu kommt ein Gruppenraum mit Küchenzeile. Wir haben viel Platz in den wunderbar hellen Räumen und fühlen uns sehr wohl!

Herzlichen Dank an die Evangelische Heimstiftung, dass sie uns dies ermöglicht hat!

Eva Mörike

Abschied von der ambulant betreuten Hospizwohnung

2007 haben die Tübinger Hospizdienste e.V. in zwei Räumen des Luise-Wetzel-Stiftes eine ambulant betreute Hospizwohnung eingerichtet. Nun, nach zehn Jahren, musste diese Wohnung aufgegeben werden, da das Gebäude abgerissen wird. In diesen zehn Jahren konnten hier mehr als zwanzig Menschen leben, die aus verschiedenen Gründen weder daheim noch in einer anderen Einrichtung unterkommen konnten. So konnte diese 2-Zimmer-Wohnung nicht nur Sterbenden ein Zuhause bieten, sondern beispielsweise auch Familien, die einen Angehörigen hier oder in einer der Kliniken betreuten.

Eingerichtet mit bequemen Möbeln im Wohnzimmer, einem guten Pflegebett im Pflegezimmer, farbigen Wänden, ansprechenden Bildern, einem Bad mit Dusche und WC und einer gut funktionierenden kleinen Küche, bot diese Wohnung den Gästen die Möglichkeit, ruhige und entspannte Tage zu verbringen. Dazu kam die große Terrasse mit dem herrlichen Ausblick über Tübingen bis hin zum Albrand, die der Wohnung den Charakter einer Ferienwohnung gab.

Betreut wurden die Gäste je nach Bedarf oder Notwendigkeit von ihrem Hausarzt, dem Tübinger Projekt, dem ambulanten Pflegedienst des Luise-Wetzel-Stiftes und den hauptamtlichen und den ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen der Tübinger Hospizdienste.

Dankbar haben wir Abschied genommen von dieser großartigen und so notwendigen Einrichtung und bedauern, dass wir momentan keine vergleichbare Möglichkeit bieten können.

Johannes Huhn



Die Arbeit bei BOJE hat ganz unterschiedliche Gesichter

Im Frühling 2014 kam Andelina mit ihrer Mutter und ihrem Bruder Erdem (*alle Namen sind geändert*) als Geflüchtete aus dem Irak nach Tübingen. Sieben und neun Jahre alt waren die beiden Kinder damals. Andelina war u.a. wegen einer schwerwiegenden Erkrankung im blutbildenden System schon seit ihrem zweiten Lebensjahr dauernd in ärztlicher Behandlung. Ein Glück, dass sie in Deutschland relativ schnell medizinisch in die richtigen Hände kam und sich schon im September 2014 einer Knochenmarkstransplantation unterziehen konnte/musste. Die Krankheit, die Flucht, das außer Arabisch und Aramäisch ohne weitere Sprachkenntnisse auf sich alleine gestellt zu sein, das Unwissen zu diesem Zeitpunkt, ob und wo Vater bzw. Ehemann und jüngster Bruder bzw. Sohn leben, bedeutete einen ungemeinen Stress für die Rumpffamilie. So kamen über die Sozialarbeiterin aus der Klinik die Ehrenamtlichen von BOJE ins Spiel. Die Ehrenamtliche Nora traf wöchentlich Erdem, der, außer dass er nachts bei Schwester und Mutter schlafen konnte, nach der Betreuungszeit in der Schule viel auf sich alleine gestellt war. Die beiden erkundeten Tübingen, machten Ausflüge, genossen Döner und Kino und redeten viel. Unter anderem begleitete Nora Erdem auch zu einem Jugendtreff im Wohnviertel. Ein Schritt, den der Junge selbst nicht gewagt hätte. In der Anfangszeit sollte Nora auch zumindest im Hintergrund immer für ihn da sein. Seine Mutter war beruhigt, dass zumindest in wenigen Stunden ihr Sohn eine vertrauenswürdige Begleiterin hatte, die zudem dies und das für die Mutter erledigte.



Nach Weihnachten konnte Andelina die Klinik verlassen, allerdings musste sie noch bis Ende März isoliert leben, d.h. mit Mundschutz und hohen hygienischen Schutzmaßnahmen. Sie durfte nicht unter Menschen.

So begannen die regelmäßigen Besuche von Britta, einer weiteren Ehrenamtlichen, um der Mutter ganz banal das Einkaufen zu ermöglichen, einfach mal Luft holen zu können oder manchmal in Begleitung von Nora eine Tasse Kaffee trinken zu können,

solange Britta zu Hause mit Andelina spielte, träumte, frisierte... Andelinas Genesung schritt voran, doch blieb ihr Zustand fragil und von den Blutwerten her schwankend. Ab April konnte sie dann stundenweise die Schule besuchen. Im August 2015 erhielten die drei endlich einen gesicherten Aufenthaltsstatus und somit die Möglichkeit, dass die Nachreise von Vater und Sohn angegangen werden konnte (irgendwann im Spätherbst 2014 war bekannt geworden, dass die beiden im Nordirak in einem Camp leben). Ungemein viele Formalitäten mussten erfüllt werden, diverse harte Rückschläge mussten verarbeitet werden, weiterhin hatte Andelina viele Kliniktermine, Erdem sollte sich in die Schule einfügen. Die Mama war oft am Rande ihrer körperlichen und seelischen Belastbarkeit. So besuchten Nora und Britta die drei oft mehrmals wöchentlich, um mit den Kindern etwas zu unternehmen, Besor-

gungen zu machen oder einfach als Gesprächspartnerinnen da zu sein. Die Formalitäten übernahmen teilweise Frauen aus dem Asylarbeitskreis und eine Nachbarin, da diese mehr diesbezügliches Fachwissen hatten bzw. zu Bürozeiten mit der Mutter unterwegs sein konnten.

Am 4. Dezember 2015 trafen der Vater und das jüngste Kind Idan in Tübingen ein. Kurz vorher bekam die Familie eine neue, bessere Wohnung zugewiesen. Mit diesen immensen Veränderungen entspannte sich die ganze Familie. Andelina unterzog sich im Februar einer noch ausstehenden OP im Hals-Nasen-Ohrenbereich. In der Zeit löste Britta die Eltern noch einmal in der Klinik ab.

Danach verlagerte sich die Betreuung in den Bereich Integration. Für Andelina musste eine Umschulung begleitet werden, für Idan musste ein Kindergartenplatz organisiert sein und die Erwachsenen brauchten Beratung und teilweise die Übernahme bei der Erledigung von Formalitäten von Terminen beim Jobcenter, über die Befreiung von den Rundfunkgebühren bis zur Begleitung zu Arztterminen, da die Deutschkenntnisse der Mutter zwar immer besser wurden, aber sie sich im Umgang mit Behörden oft überfordert fühlte. Der Vater brauchte anfangs ungemein viel Ruhe, um die lange Zeit der Ungewissheit im Lager aufzuholen.

Mittlerweile hat sich vieles geklärt. Die Familie erobert sich jeden Tag ein Stück mehr deutsche Lebenswelt. Sie hat gute Kontakte und Unterstützung in der Nachbarschaft. Alle hoffen, dass vor allem Andelina gesund bleibt, da die Ärzte eine Behandlungszeit auf bis zu zehn Jahre angesagt haben.

Die Beziehung, die in „harten“ Zeiten gewachsen ist, verbindet natürlich Nora und Britta mit allen Familienmitgliedern auf unbestimmte Zeit. Das Geben und Bekommen wird sich wandeln.

Barbara Waidmann

(Alle Namen sind geändert. Fotos: Archiv der THD; sie stellen nicht die Personen im Text dar)

Förderverein „Ein Hospiz für Tübingen e.V.“

Informationen zum Förderverein, zum geplanten stationären Hospiz und zu bevorstehenden Benefizveranstaltungen gibt es auf der Homepage:

www.einhospizfürtübingen.de



Wir danken für die vielen kleinen und größeren Spenden, mit denen Sie uns die Fortsetzung und den Ausbau unserer Arbeit ermöglichen.

Impressum

Herausgeber: Tübinger Hospizdienste e.V.
Redaktion: U. Renner, K. Sahlmüller

Tübinger Hospizdienste e.V.

Beim Herbstenhof 15/2

72076 Tübingen

Telefon: 07071 / 76 09 49

Fax: 07071 / 96 44 78

info@tuebinger-hospizdienste.de

www.tuebinger-hospizdienste.de

Bankverbindung:

Kreissparkasse Tübingen

IBAN DE05 6415 0020 0001 7385 84

BIC SOLADES1TUB