



Humor in der Hospizarbeit

Erfahrungen eines
Klinikclowns

von
Miriam Brenner

Trotzdem
lachen ...

von
Cornelia Rommé

Humor im Hospiz oder ist
am Ende Schluss mit lustig?

von
Johannes Netter

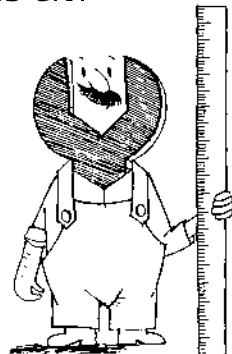
Aufzugsdienst München

"Seit vielen Jahren unterstützen wir die wertvolle Arbeit des Christophorus Hospiz Vereins e.V."

Als unabhängige Aufzugsspezialisten kümmern wir uns um Planung & Bau moderner Aufzugsanlagen sowie um Wartung & Reparatur aller gängigen Fabrikate in der Metropolregion München. Ob Service, Reparatur, Modernisierung oder Neubau Ihrer Aufzugsanlage:

Wir sind Ihre zuverlässigen und erfahrenen Partner!

www.aufzugsdienst.de ☎ 089/317 84 00 www.aufzugsbau-muenchen.de



AETAS
Lebens- und Trauerkultur

Trauerkultur ist Lebenskultur



BALDURSTRASSE 39 · 80638 MÜNCHEN · 089-15 92 76-0 · WWW.AETAS.DE

Editorial

Nähe, Abstand und Humor – verträgt sich das?

Die Covid-19-Pandemie überragt derzeit alle Themen, in der Gesellschaft und auch bei uns. Hospizarbeit und Palliativversorgung leben von der persönlichen Nähe und Begegnung – und genau diese Nähe war und ist seit der Pandemie nur eingeschränkt möglich. Seit Monaten meistern wir viele neue, große und kleine Herausforderungen im Corona-Alltag. Wir entwickelten ad hoc entlang der Vorgaben der Behörden Konzepte und Lösungen. So wurden Schutzkleidung, Hygienemaßnahmen, Besuchsregelungen und Teststrategien eingeführt, Veranstaltungen verschoben und dafür neue virtuelle Angebote realisiert, das Format der Mitgliederversammlung angepasst und nicht zuletzt externe wie interne Kommunikationswege zum Teil radikal verändert.

Als die Wahrung der Distanz zur vorübergehenden Normalität wurde, entwickelten wir Ideen, wie Menschen trotz physischem Abstand zusammen Nähe erleben und soziale Kontakte zu Patient*innen und Zugehörigen, aber auch Kontakte zu ehren- und hauptamtlich Mitarbeitenden gestalten können. Die Menschen rückten auf Distanz zusammen.

Inzwischen nutzen Menschen aller Altersgruppen viel selbstverständlicher digitale Medien, um Kontakt zu halten zu ihren Familienmitgliedern im Hospiz, im Pflegeheim oder in einer anderen Stadt. Es gibt eine neue Aufmerksamkeit für Gesprächspartner. Der Austausch mit Angehörigen, Zugehörigen und trauernden Menschen findet – genauso wie Teambesprechungen und Vorbereitungskurse für Hospizhelfer*innen – online statt. Die Arbeit im Homeoffice ist ein zusätzlicher Normalzustand neben dem Büroschreibtisch geworden.

Wo ist dabei die Brücke zum Thema dieses Heftes, dem Humor in der Hospizarbeit? Ohne die Ernsthaftigkeit der Corona-Krise mit ihren Auswirkungen in Frage zu stellen, wirkt der humorvolle Umgang mit manchen Belastungen wohltuend auf Körper, Geist und Seele. Der Humor ist gewissermaßen systemrelevant, überwindet mit Leichtigkeit Mundschutz und Ausgangsbeschränkungen und lockert nicht nur Nackenverspannungen. Niemand ist vor ihm geschützt. Behandlungen oder Medikamente werden jedoch nicht benötigt, denn Humor hilft, erträgt und heilt.

Inzwischen ist insgesamt klargeworden, dass der Blick, der zunächst auf die medizinische Dimension der Pandemie konzentriert war, auf die psychischen, sozialen und spirituellen Bedürfnisse der Menschen geweitet werden muss. Rückblickend sehen wir bestätigt, dass Hospizarbeit, das darin enthaltene bürgerschaftliche Engagement, aber auch Humor, wichtige gesellschaftliche Ressourcen sind.

Ihr
Leonhard Wagner
Vorsitzender des Vorstands



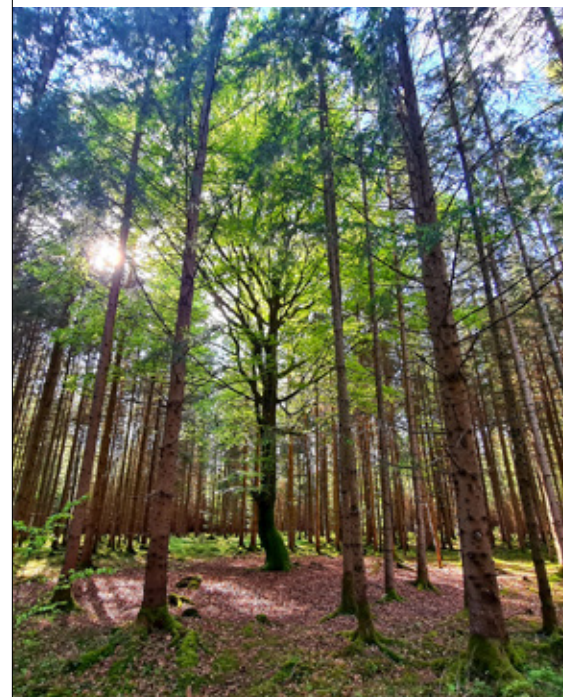
Foto: Maria Austen

Humor ist eine Charaktereigenschaft, die hilft, den Schwierigkeiten und Missgeschicken des Lebens mit heiterer Gelassenheit zu begegnen und sich mit den Abgründen des menschlichen Seins auseinanderzusetzen. Daher ist Humor auch in der Sterbebegleitung eine wichtige Ressource für die Sterbenden, deren Angehörige und das Pflegepersonal.

Gerade angesichts von Sterben und Tod vermögen Lachen und Humor das, was Sigmund Freud schrieb: Eine Trotzmacht zu sein, die uns hilft, der Angst etwas entgegenzusetzen.

Wir wünschen Ihnen viel Freude und Erkenntnisgewinn bei der Lektüre.

Foto: Inge Scheller



Liebe Leser*innen des **CHV aktuell**,

wir bieten Ihnen auch die Möglichkeit, unsere Mitgliederzeitschrift, statt der Printversion, **online** zu lesen.

Sollten Sie Interesse haben, **CHV aktuell** künftig online zu beziehen, schicken Sie uns bitte eine Mail an info@chv.org oder rufen Sie einfach an unter: **089 / 13 07 87-31**

Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit verzichten wir auf eine durchgängig geschlechterdifferenzierte Schreibweise. Dies soll keine Benachteiligung der jeweils anderen Geschlechter implizieren. Bitte beachten Sie, dass die Fotos vor Einführung der Corona-Regeln aufgenommen wurden.

Inhalt

3

Editorial

6

Sterbebegleitung und Humor – ein Widerspruch?
von *Uve Hirsch*

8

Wer lacht, hat keine Angst
von *Ingrid Pfuner*

12

Erfahrungen eines Klinikclowns
von *Miriam Brenner*

15

Trotzdem lachen ... Humor in der Begleitung schwer kranker und sterbender Menschen
von *Cornelia Rommé*

19

Das Lächeln an der Bahre – Humor bei Bestattungen
von *Andreas Knüpfner*

23

Humor im Hospiz oder ist am Ende Schluss mit lustig?
von *Johannes Netter*

25

Schluss mit lustig – oder nicht?
Humor als Ressource von Palliativtätigen
von *Jessica Kauffmann*

27

BUCHBESPRECHUNG
Prof. Dr. Claudia Bausewein & Rainer Simader:
„99 Fragen an den Tod“
Leitfaden für ein gutes Lebensende

28

BUCHBESPRECHUNG
Michael von Brück:
Vom Sterben – Zehn Meditationen zur spirituell-palliativen Praxis

29

BUCHBESPRECHUNG
Ferdinand von Schirach:
GOTT: Ein Theaterstück

RUBRIKEN

32

Aus dem Verein

34

Spenden, Stiften und Fördern

36

Termine und Veranstaltungen

42

Impressum

Sterbebegleitung und Humor – ein Widerspruch?

von Uve Hirsch, Hospizhelfer im ambulanten Bereich, ehrenamtliches Redaktionsmitglied



Auch beim Sterben den Humor nicht zu verlieren, ist kein unerfüllbarer Wunsch. Sprüche wie: „Der Humor stirbt zuletzt“ oder „Wer zuletzt lacht, lacht am besten“ habe ich als Hospizhelfer in der Begleitung Schwerstkranker immer wieder gehört. Lachen und Fröhlichkeit aktivieren die Glückshormone im Körper, reduzieren das Schmerzempfinden und lassen die Angst vor dem Tod wenigstens zeitweise vergessen.

Eine der ersten Hospizhelferinnen des Christophorus Hospiz Vereins (CHV), Ruth Albrecht,

hat, als sie ihre letzten Tage selbst im Christophorus-Haus verbrachte, immer wieder von der „verdammten Sterberei“ gesprochen. „Ich leb‘ noch“, rief sie, wenn ich sie besuchte. Ihr Humor, die Fähigkeit, über sich selbst zu lachen, sind ihr bis zuletzt geblieben. Den vielen Menschen, die von ihr Abschied nahmen, half sie, als Sterbende, über die bedrückende Situation hinweg: „Ich hab keine Angst vor dem Tod, aber was kommt danach?“, sagte sie und mit einem Lächeln: „Schade, dass ich es dir nicht mehr mitteilen kann.“

Ruth Albrecht ist ein gutes Beispiel, dass Gelassenheit und Heiterkeit für optimistische und lebenslustige Menschen auch am Ende ihres Lebens hilfreich sind. Wer lacht, lebt länger, sagt man, auch wenn keine Hoffnung auf Heilung mehr besteht. Humor lässt Ängste und Bedrücktheit in den Hintergrund rücken, die noch verbleibende Lebenszeit wird lebenswerter. Freude, Lachen und Leichtigkeit sind auch eine exzellente Brücke in der Begegnung von Patient*innen, Arzt*innen, Angehörigen, Pflegepersonal und Helfer*innen. Die Unsicherheit am Krankenbett – welche Erwartungen hat der Schwerkranker – kann durch humorvolle Bemerkungen aufgelöst, Vertrauen und Offenheit aufgebaut werden.

Wo tut Lachen gut und wo tut es weh?

In der Sterbebegleitung gibt’s nichts zu lachen, denken viele. Sterben und Tod sind nicht lustig. Auch sonst humorvolle Menschen befürchten, sich unangemessen zu verhalten und wollen nicht den Eindruck erwecken, sie würden die Lage nicht ernst



nehmen. Für die Schwerkranken da sein, herauszufinden, welche Wünsche, Ängste und Beschwerden sie haben, ist das Leitmotiv jeder hospizlichen Tätigkeit. Derber Humor und platte Witze, allzu lockere, oberflächliche Sprüche werden sicher von den meisten Patient*innen als unsensibel und respektlos empfunden. Um aber auf die jeweilige Stimmung einzugehen, behutsam festzustellen, was möglich ist und gewünscht wird, Wut und Traurigkeit abzumildern, ist Humor am Krankenbett ein ideales Hilfsmittel. Der Arzt, Kabarettist und Fernsehmoderator Eckart von Hirschhausen, der die Stiftung *Humor hilft heilen* gegründet hat, beschreibt die therapeutischen Wirkungen, die von der Gelotologie, der Lachforschung bestätigt wurden: „Das Leben hört nicht auf, komisch zu sein, wenn wir sterben. So wenig wie es aufhört, ernst zu sein, wenn wir lachen (G.B.Shaw). Man kann Humor nicht

als Tablette einnehmen, aber als Haltung. Nebenwirkungen sind weniger Herzinfarkte, Infektionen und Schmerzen. Haben Sie sich schon mal mit dem Hammer auf den Daumen gehauen? Das tut weh. Aber es macht einen großen Unterschied, ob man dabei alleine ist oder in Gesellschaft. Bist du alleine, tut es lange weh. Mit jemandem in der Nähe musst du lachen und der Schmerz lässt nach. Wer Schmerzen hat, sollte also nicht alleine sein und etwas zu lachen haben.“

„Hospiz“, sagt die Ehrenvorsitzende des CHV Dr. Gustava Everding, „bietet keine Sterbehilfe, sondern Hilfe beim Sterben. Und Humor in der Sterbebegleitung bietet sich an, um auch am Lebensende eines Menschen möglichst viel an Lebensqualität zu erhalten.“

Fotos: Inge Scheller

Wer lacht, hat keine Angst

Gedanken von Ingrid Pfuner, Hospizhelferin im ambulanten Bereich, ehrenamtliches Redaktionsmitglied

Friedrich Dürrenmatt sagt es deutlich und etwas drastisch: „Eine Tragödie rennt gegen die Welt an und zerschellt. Eine Komödie wird zurückgeworfen, fällt auf den Hintern und lacht.“

Da haben wir es, das Lachen. Das Phänomen des Lachens und die ihm innewohnende Kraft machen Gefühle wie Trauer, Unglück oder Schmerz erträglicher. Mit jedem Lachen entsteht ein Gefühl der Verbundenheit unter den Menschen. Und wer mit einem Menschen einmal unter Tränen gelacht hat, wird die zwischenmenschliche Wärme, die dabei entsteht, nicht mehr vergessen.

In dem 1900 geschriebenen Essay *Das Lachen* entwickelt Henri Bergson eine Theorie des Komischen als soziales Verhältnis, das die komische Phantasie auf keinen Fall in eine Definition zwingen will, sondern sie mit dem Respekt behandelt, der dem Leben gebührt. Denn – wie er ausführt – gibt es keine Komik außerhalb dessen, was wahrhaft menschlich ist und – das Lachen braucht ein Echo. Lachen lässt so ein Gefühl der Verbundenheit unter Menschen entstehen. Ist das individuelle oder soziale Leben bedroht, kann ein

Lachen helfen, die schwierige, oft als aussichtslos wahrgenommene Realität leichter anzunehmen. Für Bergson muss das Lachen gewissen Anforderungen des Gesellschaftslebens genügen und eine soziale Bedeutung haben. Denn „Komisch ist jedes Geschehnis, das unsere Aufmerksamkeit auf das Äußere einer Person lenkt, während es sich um ihr Inneres handelt.“ Das erklärt vielleicht auch die Befreiung und die therapeutische Wirkung, die in einem Lachen liegen kann. Bergson ist überzeugt, dass das Lachen eine soziale Bedeutung und Tragweite hat, denn nichts entwirft bekanntlich mehr als das Lachen und hebt die Basis an Gemeinsamkeiten zwischen Menschen hervor und kann so bei der Überwindung des Trennenden helfen.

Und noch etwas: Gelotologen – ja, das gibt es – sind Lachforscher, und sie glauben herausgefunden zu haben, wie man zwischen echtem und falschem Lachen unterscheidet. Wir verlassen uns ja meistens auf unser Gespür, um das echte vom falschen Lachen zu unterscheiden. Die Forscher sagen, ein echtes Lachen beginnt spätestens eine halbe Sekunde nach dem Lachreiz. Der Lachende schließt die Augen und schaut sein Gegenüber dann erst einmal nicht mehr an. Die Lachfalten sind ein weiteres Indiz für die Forscher, denn wenn sie fehlen, ist das Lachen wahrscheinlich gespielt.

In den vielen Jahren, in denen er das Lachen erforschte, hat auch der US-Psychologe Robert Provine herausgefunden, dass das Lachen weit mehr ist als die reflexartige Kontraktion der Bauch- und Gesichtsmuskulatur. Es ist eine soziale Interaktion und eine besonders intensive und häufig unbewusste



Form der Kommunikation, denn das Lachen hat seinen Ursprung im limbischen System, einem entwicklungsgeschichtlich sehr alten Teil des Gehirns, das für die Stimmungen und Gefühle und auch für die Selbst- und Arterhaltung steht.

Das Lachen ist älter als der Mensch. Evolutionsbiologen verorten die Entstehung vor etwa acht Millionen Jahren, als sich die Entwicklung von Mensch und Affe trennte. Sie gehen davon aus, dass der ursprüngliche Anlass des Lachens das Kitzeln ist, das als Moment der Entwöhnung seinen Ursprung in der Mutter-Kind-Beziehung hat. Mütter kitzelten ihre Kinder beim Abstillen. Kleinkinder überwinden so durch Lachen ihre Trennungsangst – wer lacht, hat keine Angst! Das ist die eine Seite des Lachens – Angst überwinden. Sigmund Freud stellte in einer der drei Hauptthesen des Lachens noch eine andere auf: das „Lachen der Entspannung“ oder das „Sich-etwas-Ersparen“, die *relief theory*. Sie besagt, dass sich der Mensch durch Lachen Verhaltensweisen erspart, die für ihn sowohl wegen ihrer Gründe und Motive als auch in der Form ihrer Äußerung relativ schwierig auszudrücken wären. Die nonverbale Ausdrucksform des Lachens kann dafür

sorgen, dass sich die Atmosphäre zwischen Menschen auflockert, und sie ein Gefühl der Nähe entwickeln.

Die amerikanische Geo-Biologin, Pflanzenforscherin und Biochemikerin Hope Jahren ist von der Natur fasziniert und den unglaublichen Geschichten, die sie uns erzählt. Zum Beispiel von einem Kirschkern, der hundert Jahre geduldig wartet, bis er sich auf einmal dazu entscheidet, zu keimen und so den immerwährenden Kreislauf von Werden und Vergehen zeigt. Das amerikanische *Time Magazine* zählte Hope Jahren 2016 zu den 100 einflussreichsten Leuten der Welt. Sie sagte in einem Interview:

„Jedes Leben meistert die exakt selbe Herausforderung jeden Tag – nämlich, nicht zu sterben. Wenn du am Ende des Tages nicht gestorben bist, dann hast du eine Reihe von Problemen gelöst.“

Diese Aussage lässt uns lächeln und zeigt als Grundhaltung eine heitere seelische Gelassenheit, die uns auch dann, wenn die Tage gezählt sind, daran erinnern kann, dass man – jetzt – noch lebt und dass das dies ein großes Geschenk sein kann. Der griechische Philosoph Demokrit ging als lachender Philosoph in die Geschichte ein, weil er Heiterkeit, unabhängig von äußeren Gütern und sinnlichen Befriedigungen, für das höchste innere Gut hielt.

Der Philosoph Martin Heidegger sagt: „Der Mensch ist das einzige Wesen, das um seine Sterblichkeit weiß“ und man könnte mit Aristoteles ergänzen. Seine berühmte Formel aus *De anima* lautet: „Unter allen Lebewesen ist das Lachen allein den Menschen eigen.“

Und hier kann man sicher auch den Galgenhumor – Humor ist, wenn man trotzdem lacht – ansiedeln. Wenn man das Leben ein-



Fotos: Inge Scheller



mal als Zuschauer betrachtet, verwandelt sich manches Drama in eine Komödie. Das Lachen korrigiert eine individuelle oder kollektive Unvollkommenheit, sagt Bergson.

Das erklärt die Beliebtheit von Filmen oder Theaterstücken, wie zum Beispiel *Der Brandner Kaspar und das ewig' Leben*, ein bayrisches Kultstück, in dem der Boandlkramer (der Tod) vom Kaspar so betrunken gemacht wird, dass er sich beim Kartenspielen weitere 18 Jahre Leben ergaunert. Hier sehen wir, dass Humor und Drama durchaus eine Allianz eingehen können und dass Leben und Tod zusammengehören, und wir darüber auch manchmal lachen dürfen.

Dass Trauer und Lachen ganz nah beieinanderliegen, zeigen die Beispiele von Menschen, die zum Beispiel in persona den Beruf des Bestatters und die Funktion als oberster

Karnevalist vereinen. Das ist für den Kölner Christoph Kuckelkorn, Präsident des Kölner-Festkomitees, kein Widerspruch. Der Karneval kam mit dem Ackerbau auf und im alten Ägypten, bei den Römern, in Mesopotamien, in Griechenland und auch bei den Germanen gab es Vorläuferfeste. Im mittelalterlichen Europa hatte er aber seine Hochzeit. In der für die Bauern schwersten Zeit, dem Winter, lag die närrische Zeit. Die Landbevölkerung vertrieb durch das Lachen und das Tanzen die Angst vor der Kälte.

Die Angst vertreiben durch Lachen. Wenn also der Karnevalist und Bestatter Christoph Kuckelkorn sein Buch *Der Tod ist dein letzter großer Termin – ein Bestatter erzählt vom Leben* betitelt, schimmert hier eine große Portion Humor durch. Das folgende Beispiel zeigt, dass ein Bestatter durchaus manchmal mit Humor konfrontiert wird. Was mag sich

wohl der damalige Bestatter gedacht haben, als er diesen Spruch auf einem Totenbrett las?

„Durch einen Ochsenstoß, kam er in Gottes Schoß. Er fand die ewige Ruh, durch dich, oh Rindviech, du!“

Totenbretter, die im 19. Jahrhundert weit verbreitet waren, sind Relikte des alten Volksglaubens, wonach die armen Seelen erst dann aus dem Fegefeuer hüpfen, wenn das Brett verwittert ist. In dieser Zeit wurden die Bretter entweder mit dem in ein Leinentuch gewickelten Leichnam vergraben oder aufs Grab gelegt. Später wurden die Bahrbretter als Gedenktafeln in der Landschaft aufgestellt.

Und das bringt uns zum Wesentlichen zurück, dass Lachen und der Humor die Angst in den Hintergrund drängen, sie vielleicht sogar besiegen. So wie Kinder in der Dunkelheit laut rufen, wenn sie sich fürchten, so kann Lachen auch die Angst vor dem Nichts, vor dem Dunkel, dem Ungewissen vertreiben. Wenn Menschen zusammenkommen, sagt die große jüdische Philosophin Hannah Ahrend, muss man mit Wundern rechnen. Und ist ein Lachen im Angesicht einer schwierigen Situation oder gar einer Bedrohung nicht wirklich ein Wunder des Menschseins?

Auch Menschen, die in stürmischen Zeiten lebten, wie der 1922 knapp vier Monate nach seiner Ernennung zum Außenminister ermordete Walther Rathenau, erkannten: „Das Höchste für den Menschen ist die Befreiung von der Furcht.“

Wenn man sich Menschen ansieht, die in totalitären Systemen leben müssen, stellt man fest, dass sich hier eine ganz besondere Art der Satire, des Humors und des Witzes herausbildet. Die Unfreiheit, der Schrecken wird neutralisiert, lächerlich gemacht und dient so einer Regulierung der Gesellschaft, in der

sonst das Leben unerträglich wäre. Was man nicht aussprechen darf, ja oft nicht einmal denken soll, findet im Lachen über diese Situation ein Ventil.

Und nicht zuletzt: Lachen ist gesund! Wenn man mit dem Leben einverstanden ist, wenn auch nicht in allen Details, zeigt das ein Vertrauen in das Leben und die Grundstimmung hierfür ist Heiterkeit.

Heiterkeit darf man gewiss auch bei dem Grabnutzungsberechtigten (welch' ein Wort!) vermuten, der in Gerolzhofen an einem Grabstein einen Briefkasten anbringen ließ. Post aus dem Jenseits, immer noch erreichbar sein – sicherheitshalber? Vielleicht ist es so, wie eine Inschrift auf dem Wiener Zentralfriedhof nahelegt „Vorübergehend verstorben.“ Man weiß nicht, ob diese neue Anschrift postalisch verwertbar ist...aber jeder, der sie liest, wird lächeln.

Der niederländische Liedermacher Herman van Veen singt es mit diesen poetischen Worten:

„Ich hab ein zärtliches
Gefühl für den,
der sich zu träumen traut.
Der, wenn sein Traum die
Wahrheit trifft,
noch lachen kann,
wenn auch zu laut.“ 🌈

Erfahrungen eines Klinikclowns

von Miriam Brenner, Hospizhelferin im ambulanten Bereich und Klinikclown

Gerade in einem Hospiz für Erwachsene ist es für manche Außenstehende schwer nachvollziehbar, dass die Arbeit von KlinikClowns, meines Clownskollegen Luitpold Klassen und mir, dort auf offene Türen und Herzen stößt. Aufgrund meiner Tätigkeit bei den KlinikClowns Bayern e.V. seit 2005 in onkologischen und palliativen Einrichtungen (sowohl für Kinder als auch für Erwachsene), wussten die Hospizmitarbeiter*innen, was ich neben meiner ehrenamtlichen Tätigkeit im CHV so treibe. Es war das Hospiz selbst, von dem der Impuls ausging, eine Art dreimonatige „Testphase“ mit den KlinikClowns zu starten. Am 03. März 2014 war es zum ersten Mal soweit. Seither besuchen mein Kollege und ich regelmäßig einmal im Monat die Bewohner*innen im Hospiz.

Ganz ehrlich: Auch ich hatte zunächst meine Bedenken. Als ich 2011 die Ausbildung zur Hospizhelferin abgeschlossen hatte, dachte ich mir: „Hm, eigentlich mache ich als Hospizhelferin nichts anderes wie als KlinikClown Lilo Musi. Man ist einfach da und schaut, was die Situation bringt.“ Und dennoch war da eine innere Hemmschwelle, sind die Umstände des ersten Kontakts doch völlig andere – schon allein optisch. Ich fragte mich selbst: Fühlen sich die Bewohner*innen (und auch deren Zugehörige) im Hospiz nicht auf den Schlips getreten, wenn da zwei Menschen als Clowns verkleidet in solch einem fragilen und oft so schweren Moment eintreten? Könnte dadurch das Gefühl entstehen, dass wir die Situation im Gesamten nicht ernst genug nehmen? Unsere anfängliche Unsicherheit, ob unsere Arbeit hier wirklich angemessen rüberkommt, war nach dem ersten Nachmittag im Clownskostüm verschwunden. Dieses

unglaublich herzliche und liebevolle Miteinander, die Gastfreundschaft und Fürsorge für jede einzelne Person haben uns den Einstieg in ein auch für uns damals neues Terrain sehr angenehm gemacht. Wir sind als Clowns keine komplett anderen Menschen, sondern einfach ein bisschen – ich nenne es mal – „aufgehübscht“.

Nach mittlerweile sieben Jahren als „Haus und Hof“-KlinikClowns im Hospiz kann ich voller Überzeugung sagen, dass wir hier genau richtig sind. Als Hauptargument sei dabei gleich an erster Stelle aufgeführt, dass hier eben bis zum Schluss gelebt wird. Auch ein Sterbender mag lachen und Scherze machen. Oft gehen die ersten heiteren Impulse tatsächlich von den Bewohner*innen selbst aus.

Wir KlinikClowns wissen, dass wir im ersten Moment irritieren, und das ist auch gewollt, können doch genau dadurch Menschen schnell in den Moment, ins Hier und Jetzt geholt werden, wo wahrhaftige Begegnung stattfinden kann.

Lebendige und herzliche Stimmung findet man im Hospiz auch ohne Clowns, doch haben wir allein durch unsere Ausbildung einen vollen imaginären Handwerkskoffer dabei, aus dem wir unterschiedliche Hilfsmittel herausholen können.

Situationskomik, Wortwitz, Körpersprache, Ballonfiguren, Musikalität... nur ein paar der Dinge, die wir als Handwerk beherrschen.

Wir kitzeln den Menschen neben dem kleinen Lächeln bis großen Lacher jedwede Form von Emotionen hervor. Es geht um Be-



rührung – ganz tief innen drin. Da können auch mal Tränen vor Wut und Trauer aufsteigen. Auch das ist gut, führt es doch zu Entspannung und Erinnerung an teilweise jahrelang gedeckelte Gefühle.

Was bei unserer Arbeit im Vordergrund steht, ist: Wir besuchen nicht den schwerst Kranken, sondern einzig und allein den Menschen. Sterbende leben bis zum Schluss. Das wird so oft in der Welt „da draußen“ vergessen. Gerade im Hospiz erlebe ich es, dass alles genau darauf ausgerichtet ist, ein schönes Leben bis zum letzten Atemzug zu ermöglichen.

Als KlinikClown geht es darum, Gefühle bei anderen zu wecken und alle dazu einzuladen, diese ausleben zu dürfen. Wenn nicht jetzt, wann dann darf man nochmal so richtig aus sich herausgehen, ohne Angst vor Ermahnung, Wertung, Verurteilung haben zu müssen?

Wir erleben häufig, dass es gerade die Bewohner*innen selbst sind, die so froh darum sind, wenn jemand in ihr Zimmer kommt, der voller Neugier und Lebensfreude einem bis dato fremden Menschen gegenübertritt. Alles darf sein, nichts muss.

In all den Jahren kann ich es an einer Hand abzählen, wie oft wir in einem Zimmer nicht willkommen waren. Meistens war dies der Fall, wenn jemand mit seinem eigenen Leben so sehr am Hadern und Kämpfen war, dass dort für unsere Art der Begegnung einfach kein Platz mehr zu finden war. Dann fielen Sätze wie: „Was soll ich damit? Wissen Sie, ich werde sterben und ich weiß nicht, wohin ich gehe.“ Manchmal kam es vor, dass wir aufgrund der Aussage der Sterbenden in tiefen philosophischen Gesprächen landeten. Auch das ist mit einem Clown möglich. Es geht nicht immer nur um Schenkelklopfer

Foto: Inge Scheller



einziges Lied, was mir auf die Schnelle einfiel. Ich begann zu spielen und während ich sang, sah ich private Fotos von ihm, seiner Frau und der kleinen Tochter. Ich fühlte mich unbehaglich. Dieses Lied hätte wohl für einen Ende Vierzigjährigen nicht gerade die erste Wahl sein sollen, doch ich sang weiter. Die ganze erste Strophe blieb ich verunsichert. Jemanden von der Krankheit so schwer Gezeichneten regungslos vor sich liegen zu sehen, keinerlei Interaktionsmöglichkeiten weder visuell noch körpersprachlich zu haben, war für mich schwer auszuhalten. Ich kam zum Refrain und dachte nur: „Oh Gott, was mache ich hier eigentlich?“ Gleich ging es ans Jodeln und dem jungen Mann war sicher nicht nach Jodeln zumute. Egal, dachte ich. Da muss ich (und auch er) jetzt einfach durch. Wenigstens einen Refrain lang.

Dann ging es für mich los: „Ho la lai di le, di le, di le, Yo la li o di lai, diju djio...“ und nach dieser Stelle setzte er plötzlich ein, weiterhin regungslos, ohne eine Miene zu verziehen, und sang das „Kuckuck“ – alleine. Danach lächelte er und sang die folgenden vier „Kuckucks“ im Refrain ebenfalls, und mit jedem „Kuckuck“ lächelte er mehr. Es war ein unglaublich schöner Moment zu sehen, dass dieser Mann am Ende seines Lebens noch Freude an einem einfachen „Kuckuck“ hatte. Am Ende ließen wir beide einen Abschluss-Juchtzter los, so laut wir konnten. Er lag genauso wie zu Beginn meines Besuchs in seinem Bett und sagte: „Das tat gut. Vielen Dank.“ Ich verabschiedete mich und wünschte ihm, so wie ich es beinahe immer tue, eine gute Reise. Daraufhin er: „Kuckuck!“ 🐦

Foto: Cornelia Kurth

und Lachtränen, sondern um wahrhaftige und berührende Begegnung.

Eine Geschichte fällt mir ein, die ich vor circa vier Jahren im Hospiz erlebt habe. Ausnahmsweise war ich ohne meinen Kollegen unterwegs:

Das besondere bei diesem Mann war, dass ich ihn bereits ein paar Wochen zuvor auf der Palliativstation im Krankenhaus zum ersten Mal gesehen hatte. Hans* lag mit gefalteten Händen in seinem Bett. Er war gezeichnet von seiner Krebserkrankung, die ihn u.a. erblinden ließ. Ich stellte mich vor und erklärte, dass wir uns auf der Palliativstation bereits getroffen hätten. Er sagte keinen Ton. So begann ich, mich ihm zu beschreiben, um sein Gedächtnis aufzufrischen. Ich sagte also, dass ich Zöpfe, mehrere Haarreife, ein oranges Dirndl, gelbe Socken, eine rote Handtasche tragen würde, sowie eine kleine Gitarre mit dabei sei. Stille. Nach gefühlten 30 Sekunden sagte er leise: „Spiel.“ Ich wusste, dass er aus Österreich kam. Das „Kufsteinlied“ war das

Trotzdem lachen ... Humor in der Begleitung schwer kranker und sterbender Menschen

von Cornelia Rommé, sozialpädagogische Palliativfachkraft, Theologin

Was gibt es denn da zu lachen, wird so manch einer denken. Humor in der Begleitung schwerstkranker und sterbender Menschen? Für viele Menschen ist die Vorstellung, im Angesicht des Todes lachen zu können, nur schwer nachvollziehbar. Da gibt es doch wirklich nichts zu lachen!

Natürlich nicht. Krankheiten und der Tod – da vergeht einem das Lachen. Doch – wie sagt das Sprichwort: Humor ist, wenn man trotzdem lacht. Trotzdem lachen??? Trotz Krankheit und Tod? Oder muss man vielleicht sogar sagen: Humor, gerade weil wir krank werden und sterblich sind?

Ja, denn Humor ist eine Fähigkeit, ist eine Gabe, den Schwierigkeiten und eigenen Unzulänglichkeiten im Alltag und im Leben mit Gelassenheit zu begegnen. Humor ist mehr als einfach nur Witzemachen. Humor entfaltet seine wohltuende Wirkung oft gerade dann, wenn es Menschen nicht gut geht.

Auffallend ist, dass Menschen, die krank sind, durchaus selbst sehr humorvoll sein können, auch im Wissen um den absehbar bevorstehenden Tod. Gerade dann, wenn der Humor immer schon eine charakteristische Eigenschaft eines Menschen war, verliert er ihn in der Regel nicht in seiner letzten Lebensphase.

Herr M. ist 84 Jahre alt. In letzter Zeit ist er sehr schwach auf den Beinen, sein Herz ist krank, und er braucht immer mehr Hilfe im Alltag. Eines Tages sagt er zu seinem Sohn,

der ihm bei der morgendlichen Pflege behilflich ist: „Ich glaube, mein Mindesthaltbarkeitsdatum ist abgelaufen.“

Herr M. zeigt mit seinem amüsanten Spruch, dass er sich vom Sterben, das unweigerlich auf ihn zukommen wird, nicht niederdrücken lassen will. Sein Humor hilft ihm dabei. Im Humor sterbenskranker Menschen zeigt sich in gleichem Maße Ergebenheit und Erhabenheit. Menschen ergeben sich in die Situation des Sterbens, sie wehren es nicht mehr einfach ab. Aber zugleich erheben sie sich mit Hilfe des Humors aus ihrer leidvollen Situation.

Humor hilft auch dabei, mit Ängsten umzugehen. Ängste kann man nicht einfach vertreiben, sie kommen und sind da. Aber man kann Gegenkräfte entwickeln gegen die Angst, damit diese Angst nicht zu viel Macht über uns hat. Und gerade in so einer Situation kann der Humor helfen, einen Abstand, eine Gegenkraft zur Angst herzustellen, damit man eine schwierige Situation wieder etwas leichter empfinden kann, eine Distanz herstellt und



Foto: Inge Scheller

etwas erträglicher wird, was eigentlich nicht auszuhalten ist.

Wer krank ist, ist abhängig. Abhängig von der Erkrankung, abhängig von Ärzten, von Pflegenden, von Angehörigen, von all denen, die das noch können, was man selbst nicht mehr kann. Abhängig zu sein, gibt einem nicht gerade ein Hochgefühl und so kann der Humor helfen, dieses Gefälle auf den Kopf zu stellen. Humor fördert Beziehungen, weil bisher Unaussprechliches plötzlich benannt wird, dadurch greifbarer und verstehbarer wird.

Gegen eine fortschreitende Erkrankung sind wir meist machtlos. Indem erkrankte Menschen sich über die durch die Krankheit hervorgerufenen Missgeschicke und Unfähigkeiten lustig machen, verändern sie die Wirklichkeit. Wer mit humorvollen Äußerungen auf die eigene Erkrankung und damit verbundene Einschränkungen reagieren kann, weigert sich, mit der Erkrankung übereinzustimmen, mit ihr deckungsgleich zu werden. Der erkrankte Mensch zeigt damit seine geistige Überlegenheit und erkennt gleichzeitig die körperlich wirkende Übermacht der Krankheit an.

Herr B. fragt die Krankenschwester: „Was ist der Unterschied zwischen einem Tumor und einer Krankenschwester?“ Die Krankenschwester weiß es nicht und Herr B. antwortet: „Ein Tumor kann gutartig sein.“

Dieser Witz ist der verzweifelte Versuch, einfach eine Ordnung wiederherzustellen. Die Abhängigkeit ist für einen Moment vergessen, Herr B. kann seine Unterlegenheit für einen Augenblick in den Hintergrund treten lassen.

Versteht die Krankenschwester, was eigentlich hinter diesem Witz steckt, dann kann Vertrauen entstehen. Humor kann helfen, Sprachlosigkeit zu überwinden und dem zunächst Unaussprechlichen Ausdruck zu verleihen.



So erklärte Herr B. ihr später: „Sie sind meine Verbündete im Leid. Diese ganze Betroffenheit ist nämlich nicht zum Aushalten.“

Frau L. liegt auf der Palliativstation und hat begonnen, ihre Bestattung zu regeln, da sie mit ihren Kindern nur wenig Kontakt hat. Sie möchte sich verbrennen lassen und sagt dann ganz unvermittelt zu einer Pflegerin: „Und am liebsten würde ich meine Asche auf dem Aldi-Parkplatz verstreuen lassen.“ Die Krankenschwester ist erstaunt und fragt nach dem Grund. „Ganz einfach“, antwortet Frau L., „dann bin ich mir sicher, dass sie mich wenigstens einmal die Woche besuchen kommen.“

Der mangelnde Kontakt zu ihren Kindern belastet Frau L. Um den Schmerz darüber aushalten zu können, greift die alte Dame zum Mittel des Humors. Hierdurch gewinnt sie Distanz zu ihrer seelischen Not, der entstehende Abstand erleichtert und lässt durchatmen. Der Humor ist eine Kraftquelle, um etwas, was eigentlich nicht auszuhalten ist, in irgendeiner erträglichen Form verarbeiten zu können.

Wer sich seinen Humor auch oder gerade in schwierigen Zeiten bewahren kann, der verhöhnt damit die Macht einer unerträglichen Lebenssituation, verhöhnt gar die Macht des Todes.

Foto: Inge Scheller

Wer mit dem Sterben und dem Tod humorvoll spielerisch umgehen kann, relativiert seine Gewalt. Vielleicht muss man auch lachen, um nicht am Weinen zu ersticken. Wer über Humor verfügt, ist den Anforderungen des Lebens in der Regel besser gewachsen.

Das gilt natürlich auch für alle, die in der Begleitung und Pflege schwerkranker Menschen tätig sind.

Humor stellt vieles auf den Kopf, verdreht, hinterfragt und verändert. Der Wiener Psychiater und Neurologe Viktor E. Frankl meinte gar, dass „nichts mehr geeignet ist, Distanz zu schaffen, als der Humor.“ Mit dieser Fähigkeit werden schwierige Situationen entzerrt, Sprachlosigkeit wird durchbrochen und Abstand zu Belastungen geschaffen. Adäquat eingesetzter Humor unterstützt eine angstfreiere und offenere Kommunikation.

Humor hat gerade da, wo das Sterben nahekommt, den Effekt, den Beteiligten gut zu tun.

Heike Walper arbeitet als Pflegefachkraft seit zwölf Jahren im Christophorus Hospiz in München. Seit fünf Jahren leitet sie die Station. Die Erinnerung an eine Patientin lässt sie heute noch schmunzeln. Die Dame war sehr unruhig, ist immer wieder aufgestanden, obwohl sie schon sehr schwach war. Sie wollte auch unbedingt wieder in den Garten hinaus und nach vielen regnerischen Tagen schien endlich die Sonne.

Heike Walper fuhr die Patientin im Rollstuhl in den lang ersehnten Garten:

„... und sofort hatte sie im Rollstuhl sitzend eine große Ruhe, war irgendwie entspannt und die Situation war so, dass ich sie allein lassen wollte, sie hatte sich auch mit irgendwelchen Blumen beschäftigt, und ich bin dann gegangen und als ich eine Viertelstunde später wiederkam (sie hatte zwar eine Glocke, aber hatte nicht geklingelt) lag sie im Gras,

mit dem Gesicht im Gras. Und ich hab‘ dann gesagt: „Ups, was ist denn passiert, was ist denn jetzt los?“ Und dann hat sie ganz laut gerufen: „Ich beiße gerade ins Gras, sehen Sie das nicht und jetzt helfen sie mir doch mal.“

Die Patientin hatte sich aus dem Rollstuhl rutschen lassen, um eine Blume auf der Wiese besser betrachten zu können. Doch das war ihr nicht gelungen und so lag sie bäuchlings im Gras. Heike Walper setzte sie zunächst auf, und so saßen sie miteinander auf der Wiese und lachten gemeinsam über das Gesagte. Die ältere Dame hatte sehr genau verstanden, dass ihre Aussage „Ich beiße gerade ins Gras“ sehr komisch im Zusammenhang mit ihrer Gesamtsituation im Hospiz war und wiederholte noch zwei-, dreimal mit großem Vergnügen, dass sie jetzt fast ins Gras gebissen hätte.

Sprichwörtlich geworden ist der Ausdruck vom Ernst des Lebens. Angesichts des Todes verschärft sich der Ernst des Lebens augenscheinlich. Doch Ernst ist nicht das Gegenteil von Humor. Der Humor wurzelt im Ernst. Der Ernst weiß um die Tragik und Ausweglosigkeit einer Situation. Der irische Literatur-Nobelpreisträger George Bernhard Shaw formulierte es einmal so:

„Das Leben hört nicht auf,
komisch zu sein,
selbst wenn Menschen sterben,
ebenso wie es eine ernste
Angelegenheit bleibt,
selbst wenn Menschen lachen.“

Der Humor, eilt er zum Ernst des Lebens hinzu, ergänzt er ihn, benennt die Misere, verzichtet auf Ausflucht und Beschönigung. Weil der Humor alles durchschaut und sich eine gewisse Unabhängigkeit bewahrt, bejaht er die Situation. Er weiß um die Bedrohung, stellt sich ihr aber aus einer tief eingewurzelten Lebensfreude heraus.

Um Leichtigkeit und freudvolle Momente kümmern sich in vielen Kliniken auch die sogenannten Klinikclowns. Die Idee der „Clownvisiten“ im Gesundheitsbereich entstand Mitte der 80er Jahre in den USA. Michael Christensen, der seit 1986 mit „Clown Care“ Klinikclowns in Kinderkliniken der USA bringt, ist der Begründer einer weltweiten Bewegung. Was anfangs nur für Kinder gedacht war, weitete sich schnell aus, denn – so stellte man bald fest – Clowns tun auch Erwachsenen gut.

Ende 1997 wurde der gemeinnützige Verein KlinikClowns Bayern e.V. gegründet.

Seit 1998 führt KlinikClowns Bayern e.V. regelmäßige „Visiten“ professioneller Clowns in bayerischen Kinderkrankenhäusern und Seniorenheimen durch. Mittlerweile erweitern regelmäßige Einsätze in Einrichtungen für behinderte Menschen, auf geriatrischen und gerontopsychiatrischen Klinikstationen, Stationen für schwerkranke erwachsene Patient*innen und Palliativstationen und in Hospizen das Tätigkeitsfeld.

Miriam Brenner und Luitpold Classen sind Clowns – Klinikclowns. Ein Beitrag von Miriam Brenner findet sich auch in diesem Heft ab Seite 12. Neben Kinderkrankenhäusern und Seniorenheimen besuchen sie auch regelmäßig das Christophorus Hospiz in München. Als Clowns eindeutig erkennbar an der roten Nase ziehen sie als Prof. Dr. Lupino und Dr. Lilo Musi von Zimmer zu Zimmer. Doch was machen Clowns in den Zimmern schwerkranker Menschen?

Luitpold Classen erklärt, es gehe nicht um oberflächlichen Spaß, den man da miteinander habe, sondern es gehe um Emotionen, die da seien und vielleicht auch schon im Zimmer spürbar sind: „Da ist auch nichts gestellt. Das heißt, man nimmt sich nicht vor, man macht jetzt irgendetwas da drin, spielt und

dann klatschen die und dann geht man wieder raus, weil man ja nicht weiß, was da drinnen los ist.“ Die Clowns „Prof. Dr. Lupino“ und „Dr. Lilo Musi“ greifen die Gefühle auf, die sie vorfinden, sprechen sie an, machen sie dadurch sichtbar. Manchmal gelingt es, ein Gefühl zu wandeln, wenn jemand sehr traurig ist. Die Clowns berühren die Menschen mit Geschichten oder mit einem Lied oder einfach nur, weil sie da sind, zuhören und Zeit haben. Die Clowns wissen: Je authentischer sie ihrem Gegenüber im Hier und Jetzt begegnen, desto leichter findet Humor seinen Platz mit all seiner Kraft – auch unter schwierigen Umständen.

Schon Viktor E. Frankl wies darauf hin, dass Humor in Pflege, Beratung und Therapie an Bedeutung gewinnt. Humor kann helfen, sich mit belastenden Ereignissen auseinanderzusetzen. Lachen unterstützt erwiesenermaßen das Immunsystem, stärkt Herz und Kreislauf. Lachen fördert richtiges Atmen, lindert Schmerzen und kann neuen Lebensmut geben.

Schrecken und Erschütterung sind im Angesicht des Todes angemessene Reaktionen, aber nicht die einzig möglichen. Tiefer Humor entspringt dem Todesbewusstsein. Denn der Tod, das Wissen um unsere Endlichkeit, ist die Quelle des tiefsten Ernstes als auch des tiefsten Humors. 

Die Radiosendung von Cornelia Rommé: „**Trotzdem lachen – Humor am Krankenbett**“ steht als Podcast und in der Bayern 2 App zur Verfügung unter: www.br.de/radio/bayern2/programmkalender/sendung-2792212.html

Das Lächeln an der Bahre – Humor bei Bestattungen

Geplante und unfreiwillige Komik auf Trauerfeiern. Iris Menzinger, eine lebensfrohe Bestatterin, spricht über ihre Erfahrungen.

von Andreas Knüpffer, Hospizhelfer im ambulanten Bereich, ehrenamtliches Redaktionsmitglied



Komik auf Trauerfeiern – ein heikles Thema, ein No-Go gar? Nach längerem Suchen war schließlich Iris Menzinger, 51 Jahre, von der *Bestattungshilfe Riedl*, zu einem Gespräch bereit. Auf meine Anfrage hin bricht sie in schallendes Gelächter aus und nennt mir gleich mal zwei Bücher des deutschen Beerdigungsunternehmers Peter Wilhelm mit bezeichnenden Titeln, dessen erste zwei vergriffenen Werke, *«Gestatten – Bestatter. Bei uns liegen Sie richtig»* und *«Darf ich meine Oma selbst verbrennen?»* inzwischen durch das neueste, lieferbare *«Wer zu uns kommt, hat das Größte hinter sich»* ergänzt werden.

Iris Menzinger geht unverkrampft auf die Angehörigen zu, worunter alle Menschen verstanden werden, die sich der oder dem Gestorbenen zugehörig fühlen, sei's verwandt, befreundet oder auf andere Weise – das Wort „Kunde“ erschien ihr zu hart. Bestatter ist ein Ausbildungsberuf, Iris Menzinger, gelernte Rechtsanwaltsfachangestellte, ist Quereinsteigerin und arbeitet seit 17 Jahren in der Bestattung.

Sprüche wie „bei uns liegen Sie richtig“ gehörten zum Repertoire unter Bestattern. „Ich denke, dass viele, die ständig mit dem Thema Tod und Trauer zu tun haben, eine Menge Humor haben sollten, auch schwarzen Humor, denn das hat etwas mit Psychohygiene zu tun“, sagt sie. Es gehe darum, „dass wir uns selbst schützen. Schwarzer Humor darf sein. Ich sage gerne: Bitte achtet darauf, wo wir diesen Humor ausleben, achtet darauf, dass wir unter uns sind. Es gibt Menschen, die das vielleicht in dem Moment falsch verstehen. Das sollte für Alle gelten, die irgendwie mit diesem Thema zu tun haben.“

„Eine gute Bekannte von mir ist Pathologin. Die Frau ist top: tolle Tattoos. Wenn man die sieht, wenn sie Vorträge hält – stets total gestylt – würde man nicht vermuten, dass sie Pathologin ist.“ Man müsse sich vor Augen halten, dass nicht jeder „schön im Bett“ verstirbt. Wir in der Bestattung sehen, was eine Krankheit oder äußere Einwirkungen mit einem Körper machen können. Hier zu trennen, macht den Umgang leichter. Das Eine ist, was einen Menschen ausmacht, das Andere ist der Körper, in dem er gelebt hat.

Professionelle Distanz bedeute nicht, es an Empathie mangeln zu lassen. In der Krisenintervention (psychische Erste Hilfe), in der Iris Menzinger nach intensiver Ausbildung ehrenamtlich aktiv ist, gelte der Satz: „Mitfühlen – ja, Mitleiden – nein“. Das könne für alle Bereiche gelten, in denen es um Sterben und Tod gehe. Stabilität, ein stabiles soziales Umfeld, viel Humor und Optimismus – wer diese

Eigenschaften vereine, könne in dem Beruf gut arbeiten.

Iris Menzinger hält auch Trauerreden. Eine Angehörige war sich nicht sicher, welches Bild neben der Urne stehen sollte. Ihr gestorbener Lebenspartner hatte liebend gern Cappuccino getrunken. Es gab ein Foto im Querformat, auf dem er eine Cappuccino-Tasse hielt. „Des neh'm ma!“ schlug sie vor. „Sie war verunsichert, ob das angemessen sei. Ich antwortete ihr: „Stellen Sie sich vor, alle Verwandten und Freunde kommen 'rein und sehen ihn, wie er strahlt mit seinem Cappuccino!“ Einerseits ein Moment, in dem die Tränen fließen könnten, weil man weiß: Das wird nie wieder sein. Andererseits die Erinnerung: „Genau – das ist er!“ Und es gab eine Geschichte: bei einer Bergwanderung mit Freunden ließ er die Gruppe zurück. Bei der nächsten Berghütte saß er bereits beim Weißbier, als die anderen eintrafen, und begrüßte sie lächelnd mit den Worten: „Schön, dass Ihr auch schon da seid!“ Die Geschichte habe ich in die Trauerrede eingebaut und manche der Sprüche, die er draufhatte, in der für ihn typischen Flapsigkeit zitiert. Und die Freunde fingen alle an zu grinsen.“

Auch typische Aussprüche, das, was in der Jugendsprache heute „Insider“ genannt wird, sorgen für erkennendes Schmunzeln der Trauergäste. Es sei oft äußerst spannend, wenn man erführe, was manche Leute gemacht und erlebt hätten. „Wir hatten eine offene Verabschiedung – das bedeutet, der Sarg ist offen und Angehörige können sich einzeln von der gestorbenen Person verabschieden, Blumen oder etwas Anderes hineinlegen. Der Sohn hatte darum gebeten, sich von der neunzig-jährig im Seniorenheim gestorbenen Mutter verabschieden zu können. Wir hatten alles vorbereitet. Der Sohn erzählte Einiges, was er mit der Mutter erlebt hatte, unter anderem, dass sie bis zum Schluss sehr gerne Weißbier getrunken habe. Und dann sagte er: ‚Eigentlich schad, dass's des ned mitnehma ko.‘ ‚Warum

nicht?‘ war die Antwort. Er fragte: ‚Echt jetzt? Habt's Ihr eins da?‘ Und so wurden der Frau zwei Flaschen Weißbier in den Sarg gelegt, dazu ein Glas und natürlich ein Flaschenöffner! – Das meine ich. Grab- und Sargbeigaben – das hat eine lange Tradition. Wie gesagt, es dürfen gerne Blumen, Fotos, Briefe, Stofftiere oder andere persönliche Sachen sein.“

Unfreiwillige Komik auf Trauerfeiern? Es gibt literarische Schilderungen, dass ein Trauergast schon mal versehentlich in die Grube rutscht oder auf den Sarg fällt. Menzinger erzählt: „Auch schon vorgekommen; jemand rutschte aus und fiel ins Grab, der Pfarrer half ihm mit den Worten ‚Selbst im Tod musst Du noch das letzte Wort haben‘. Manche Pfarrer haben einen unglaublichen Humor und der kommt dann auch in ihren Trauerreden zum Ausdruck. Aber es ist nicht die Regel, dass auf Beerdigungen geschmunzelt wird. Eher hinterher. Deshalb ist es momentan hinsichtlich Trauerfeiern ganz schlimm, dass sämtliche Gaststätten geschlossen sind.“ Dieser Teil der Veranstaltung hat durchaus hohe Bedeutung, denn auch er gehört zur Psychohygiene: dass man sich zusammensetzt und gemeinsam redet und irgendwann werden dann die Anekdoten ausgegraben – „Woast des no?“

Menzinger spricht über eine Frau um die Vierzig, die im Rollstuhl von ihrem Mann hineingeschoben wurde: „Die Dame wollte sich erkundigen, wie das denn so sei mit der Bestattung. Ich habe ihr geschildert, was alles möglich ist. Und plötzlich sagte sie: ‚Also, des sag' ich Ihnen: Des derf nix Trauriges werden, wenn ich amal sterbe. Ich möcht' es bunt und fröhlich haben. Mein Mann und ich sind immer gerne nach Hawaii geflogen. Deswegen soll das so Hawaiianisch werden - geht des?‘ Ja, hab' ich gesagt, des krieg'n ma schon hin. Mir war nicht klar, dass ich das schon drei Wochen später umsetzen musste. Aber es war wirklich schön. Wir haben Sand auf dem Boden

der Aussegnungshalle verteilt, palmenähnliche Pflanzen geholt, alle Angehörigen kamen in total bunter Kleidung, die Männer haben Hawaiihemden angehabt, es wurde hawaiianische Musik gespielt - und es war schön! Die Leute haben geredet und gelacht und erzählt. Die Gestorbene war gleichsam dabei! Und am Grab haben sie Geschichten erzählt, sind um den Sarg herumgegangen, haben Lieder gesungen. Und alle bunt gekleidet.“

Hier benennt Iris Menzinger Kleidung auf Trauerfeiern als einen wichtigen Aspekt und erzählt weiter:

„Ein junges Mädchen, dessen Mutter gestorben war, rief mich spät abends an und sagte: ‚Entschuldigen Sie, wenn ich störe. In drei Tagen ist die Beerdigung – und ich weiß gar nicht, was ich anziehen soll. Ich hab' schon mal zwei Sachen herausgehängt, aber ob das passend ist?‘. Dann habe ich sie beraten, was sie anziehen soll. Das hat sie gemacht, hat dann auch die Rede gehalten, schaute sehr hübsch aus und sagte: ‚Genau das hat der Mama so gefallen!‘ Dann passt's doch!“

Man ist also nicht bloß Organisator einer Bestattung, man beantwortet auch Kleiderfragen, man berät hinsichtlich der Nachfeier, gibt Empfehlungen für diese oder jene Wirtschaft und was dort angeboten werden sollte. Einer sagte: ‚Wir haben immer Jacky Cola zusammen getrunken – geht das am Grab?‘ – Ja, warum sollten sie nicht noch mal damit auf ihn anstoßen?!‘ Es wird auch manchmal ein eher lustiger Schlager gespielt, als Lieblingsstück einer oder eines Gestorbenen. Das geht! Es muss nicht immer krampfhaft Trauermusik gespielt werden. Es gibt Trauerfeiern, die sind so individuell und persönlich, als habe der oder die Tote alles selbst organisiert, das ist das Schöne!“

Zum Thema Seebestattung weist Iris Menzinger darauf hin, dass das in Bayern nicht unbedingt erste Priorität sei. Eine Dame habe angerufen, sie wolle sich erkundigen, wie das so



funktioniere mit der Seebestattung. Davor sei eine Kremierung nötig, die Asche käme dann in eine wasserlösliche Urne... „Sie unterbrach mich - ‚Stop, stop, stop – Sie haben mir nicht zugehört. Ich möchte eine Seebestattung!‘ - Ich frage nach, wo denn das stattfinden solle. ‚Schon so auf einem Schiff...‘ - ‚Aber unabhängig davon muss vorher eine Verbrennung stattfinden und die Asche wird dann ins Meer verstreut...‘ - ‚Irgendwie wollen Sie mich nicht verstehen.‘ - ‚Ok. Anders herum. Was stellen Sie sich denn unter einer Seebestattung vor? - ‚Also, ich hab' im Fernsehen gesehen...‘ - Alles klar. Sie wollte in ein Segeltuch gewickelt werden und von einer Planke aus ins Wasser rutschen, das habe sie so im Fernsehen gesehen. ‚Was das so ne Art Piratenfilm?‘ - Ja!‘ - ‚Also, so, wie man das in den Zeiten gemacht hat, in denen die Piratenfilme spielen, ist das heute bei uns nicht möglich.‘ - ‚Wirklich nicht?‘ - Nein, das geht nur so, wie ich Ihnen gerade gesagt habe‘ - ‚Schade.‘ Sie fand es einfach schön, wie das im ‚Grafen von Monte Christo‘ gewesen sei. Es war nicht einfach, ihr klar zu machen, dass das bei uns heute nicht gestattet sei.“

Die Möglichkeiten hätten sich erweitert, etwa hinsichtlich des Sargmaterials. Man könne etwa bei Bedarf heute im Bananenblatt-Sarg bestattet werden. „Wenn Sie auf eine Bestatter-

messe gehen, können Sie sehen, was es heute alles gibt. Es muss nur verrotten können. Ich halte auch Vorträge und die beginne ich gerne mit dem Satz: ‚Ich schaue jeden Tag die Todesanzeigen in der Zeitung durch. Wenn ich meinen Namen dort nicht lese, mach’ ich einfach weiter wie bisherrt‘.“

Interessant sei außerdem die Begegnung mit Bestattungsbräuchen anderer Kulturen. Wenn Gestorbene z.B. aus Asien kämen, sei es „unglaublich, wie liebevoll dort mit ihnen umgegangen wird. Und Sie kennen vielleicht den Film *Rendezvous mit Joe Black*, in dem Brad Pitt den Tod spielt, der in Gestalt eines jungen Mannes namens Joe Black auftritt. Wir bekamen den Leichnam eines Mannes, der auf einer Geschäftsreise in Asien verstorben und von einem Bestatter zu uns überführt worden war. Der Bestatter hieß allen Ernstes Joe Black. Da mussten selbst die Angehörigen lachen – für sie war es nicht nur typisch, dass jener irgendwo auf der Weltkugel stirbt, sondern dass der Bestatter vor Ort diesen Namen trägt. Bei der Bestattung haben wir dann einen großen Atlas aufgestellt und eine Nadel hineingepiekt, wo er gestorben war. Bei der Gestaltung von Trauerfeiern sind eigentlich keine Grenzen gesetzt. Und es darf geschehen, dass man jemanden mit einem Lächeln verabschiedet.“

Man solle sehr auf Formulierungen achten, manchmal müsse man sogar mit alltäglichen Redewendungen vorsichtig sein, weil manche Angehörige überaus sensibel seien, was sie selbstredend auch sein dürften. „Montag früh kam jemand herein, den ich mit den Worten ‚Guten Morgen‘ begrüßte. Antwort: ‚Können Sie mir mal erklären, was an diesem Morgen gut sein soll?!‘“ Er hatte einen Trauerfall. Aber was soll ich sonst in der Früh sagen? Meistens gelingt es mir, dass ich die Leute nicht mit ‚Auf Wiedersehen‘ verabschiede. So schnell wollen die Wenigsten mich wiedersehen. Da hilft sehr das bayerische ‚Pfua Gott‘.

Eine allerletzte Geschichte: Ich habe mit einer befreundeten Notärztin einen Vortrag gehalten. Wir hatten ein gemeinsames Thema – die Krisenintervention. Es wurde von den Ärzten gefordert, Befunde so zu erklären, dass Angehörige verstünden, was gemeint sei. Patienten und Angehörige nickten, wenn Ärzte sprechen – auch wenn sie nicht alles verstehen. Irgendwann ging es um die große Zehe und jemand unter den Zuhörenden wirft ein: ‚Ja, schon meine Oma hat immer gesagt, die große Zehe ist sehr wichtig.‘ Und mir entfährt es spontan, ohne den Schimmer einer Überlegung: ‚Klar, da kommt ja der Zehenzettel hin.‘ Für eine Sekunde war es totenstill im Seminarraum. Und dann brach Alles in schallendes Gelächter aus. Damals haben wir beschlossen: Sollten wir jemals ein Buch schreiben, lautet der Untertitel: ‚Warum die große Zehe so wichtig ist‘. Das Cover ist ein Fuß, wo ein Zehenzettel dranhängt.

Ich war unlängst an einer Schule für Erzieherinnen, da ging es um ‚Kinder, Tod und Sterben‘. Was kann man Eltern oder Sorgeberechtigten an die Hand geben. Am Ende sagte eine junge Frau, die dort ausgebildet wurde: ‚Sie haben das so ’rübergebracht, dass man ein wenig die Angst vor dem Thema verliert. Sie sind mit solcher Begeisterung dabei, dass man einfach immer noch mehr wissen möchte.‘ Ich arbeite sehr gerne in meinem Beruf. Das Wichtigste ist für mich, die Angehörigen in dieser oftmals schweren Zeit zu begleiten und mit ihnen zusammen den Abschied so zu gestalten, dass es für sie passt. Wenn ich nach den Beerdigungsfeierlichkeiten dann die Rückmeldung bekomme, dass es trotz aller Trauer „so schön“ war, dann haben wir alles richtig gemacht. Naja, ich könnte jederzeit Stunden über mein Lieblingsthema reden. Aber ich glaub’ – jetzt hör’n ma besser auf.“

Humor im Hospiz oder ist am Ende Schluss mit lustig?

von Johannes Netter, Hospizhelfer im stationären Bereich

„Humor ist, wenn man trotzdem lacht.“ Jeder kennt den Spruch, aber stimmt er auch? Oder anders gefragt: Was ist mit diesem Satz gemeint?

Geprägt hat diesen Ausspruch der heute wenig bekannte Dichter Otto Julius Bierbaum im 19. Jahrhundert. Er meinte damit die Fähigkeit des Menschen, in schwierigen, aussichtslosen Lebenslagen ein gewisses Maß an heiterer Gelassenheit, innerer Ruhe und Besonnenheit zu bewahren und an den Tag zu legen.

Aber passt das überhaupt zusammen: Humor und Hospiz? Humor und Sterben? Humor und Tod? Urteilen Sie selbst:

Ein Donnerstag im Mai des vergangenen Jahres. 1. Stock, Zimmer mit Blick in den Garten, in dem vieles blüht, beginnendes Leben. 18 Uhr: Im Zimmer Vater und Tochter in gereizter Atmosphäre. Man wagt gar nicht nach Essenswünschen zu fragen, da man spürt, mit dieser Frage völlig daneben zu liegen und nur zu stören. Es geht um Anderes, Wichtigeres als Essen.



Foto: Inge Scheller

Beide, Vater, nennen wir ihn Peter, wie Tochter, sind gute Bekannte im Hospiz. Vor einem halben Jahr ist Peters Ehefrau hier verstorben. Vier Wochen lang hat sie ihrer Krebserkrankung getrotzt, bis sie den Kampf verloren hat. Ihre große Sorge war, wer würde sich um ihren Mann kümmern, wenn sie nicht mehr lebt. Es ist in diesen vier Wochen, in denen sie ihr Mann täglich besucht, deutlich geworden, dass sie, in dieser seit 52 Jahren bestehenden Ehe, die Hosen anhat.

Es war für einen Außenstehenden bisweilen zum Schmunzeln, mitzuerleben, wie sie ihn, trotz oder gerade wegen ihrer nachlassenden Kräfte, umherkommandierte. Wehe ihm, wenn er einmal widersprochen hat. Hätte es in ihrer Jugend die Möglichkeit gegeben, als Frau zum Militär zu gehen, sie hätte eine gute Führungsfigur abgegeben.

Jetzt liegt Peter in ihrem Bett. Seine Ehefrau war es, die ihm das Versprechen abgenommen hat, alles dafür zu tun, dass er, wenn es bei ihm mal soweit wäre – wie sie es formuliert hat – in ihrem Sterbezimmer dem Tod entgegengehen solle.

Jetzt liegt er, den Oberkörper leicht aufgerichtet, in diesem Bett und streitet mit seiner Tochter über den Text für sein Sterbebild. Meistens kümmern sich die Sterbenden um diese Dinge nicht mehr. Das überlassen sie den Hinterbliebenen. Die werden das schon richten.

Peter wollte dies seiner Tochter nicht überlassen. Im Gegensatz zu ihm war sie sehr fromm und würde sicher einen entsprechenden

Spruch wählen. Peter hat ein distanziertes Verhältnis zur Kirche. Er hat seine Tochter, das einzige Kind von ihm und seiner Frau, zwar taufen lassen – um genau zu sein, seine Frau war hier die treibende Kraft – aber er selbst ist schon in jungen Jahren aus der Kirche ausgetreten. Einmal erwähnte er, das wäre der einzige Moment gewesen, wo er sich gegen seine Frau durchsetzen konnte. Nicht unerwähnt ließ er dabei, dass seine Frau sich vielleicht deshalb nicht dagegen gewehrt habe, weil ihr die gesparte Kirchensteuer für die Haushaltskasse durchaus willkommen war.

Peter – seine Familie war katholisch – konnte mit dem Klerikalismus der Kirche, ihrer Weltfremdheit, ihrer Verlogenheit in moralischen Fragen, ihrem schäbigen Umgang mit Frauen und ihrer Arroganz und Selbstherrlichkeit nichts anfangen. Er war früher Ministrant und durchaus bibelfest. Schon als Jugendlicher hat es ihn gestört, dass das, was gepredigt wurde, von denen, die es gepredigt haben, in keiner Weise gelebt wurde.

Es blieb nicht aus, dass er mich fragte, was ich denn von den frommen Sprüchen seiner Tochter hielte, in denen immer vom lieben Gott die Rede war, und ob ich einen Vorschlag hätte. Ich kam mir vor wie zwischen Skylla und Charybdis. Einerseits konnte ich seinen Wunsch gut verstehen und seine Argumente nachvollziehen, andererseits wollte ich natürlich seine Tochter nicht kränken und ihre religiösen Gefühle nicht verletzen.



Nach langem Hin und Her habe ich beiden einen Vorschlag unterbreitet, der mir gut gefiel und von dem ich dachte, das wäre ein Kompromiss: „Als Gott sah, dass der Weg zu lang, der Hügel zu steil und das Atmen zu schwer wurde, legte er den Arm um ihn und sprach: Komm heim!“ Wenn das Wort Gott nicht vorkäme, meinte Peter, könnte er es akzeptieren. Ein weiterer Vorschlag von mir, den ich einmal auf einem Grabstein in einem österreichischen Bergdorf gelesen habe, löste bei Peters Tochter einen zustimmenden Lachanfall und bei ihm ein zufriedenes Lächeln aus: „Wie im Leben, so im Tod. Die Oma ruft, der Opa kommt“.

Eine ganz andere Situation im Zimmer nebenan: Frau Meier, so soll sie hier heißen, freut sich jedes Mal, wenn ein*e Hospizhelfer*in vorbeikommt und sich die Zeit nimmt, ihr zuzuhören. Sie hat viel zu erzählen aus ihrem Leben, das mittlerweile 85 Jahre währt. Dabei zitiert sie immer wieder gern Psalm 90, wo es heißt: „Das Leben währt siebzig Jahre, und wenn es hoch kommt, sind es achtzig.“ Diebisch freut sie sich, den Psalmisten ausgetrickst zu haben mit den fünf Jahren, die sie „überständig“ ist. Sie hat bis vor einer Woche noch zu Hause gelebt. Ihr Mann, so alt wie sie, ist vor drei Jahren gestorben, die zwei Töchter haben weit weg von München längst eigene Familien gegründet. Sie selbst war, so lange sie konnte, in der Pfarrei aktiv. Es gäbe immer etwas zu tun, meinte sie, man müsse nur Augen und Ohren offenhalten. Es war der Gemeindepfarrer, der ihr den Platz im Hospiz verschafft hat. Bereitwillig ist sie hierhergezogen, als die Krebserkrankung rapide fortschritt, die Kräfte zusehends schwanden und der Hausarzt meinte, es würde mit ihr zu Ende gehen. Bei der Verabschiedung strahlt sie über das ganze Gesicht und meint: „Ich bin hierhergekommen, um zu sterben, und jetzt geht nichts voran.“ Die mögliche Antwort „Das wird schon.“, habe ich nur gedanklich formuliert. 🌈

Schluss mit lustig – oder nicht? Humor als Ressource von Palliativtätigen

von Jessica Kauffmann, pflegerische Palliativfachkraft

Der normativen Vorstellung vieler Menschen zufolge, dass es angesichts einer zum Tode führenden Erkrankung nichts mehr zu lachen gebe, entgegnet der irische Dramatiker und Literaturnobelpreisträger George Bernard Shaw so: „Das Leben hört nicht auf, komisch zu sein, wenn Menschen sterben. Ebenso bleibt es ernst, wenn Menschen lachen.“

Als Mitarbeitende im hospizlich-palliativen Tätigkeitsfeld kann ich diesen Satz nur unterstreichen. Denn am Ende des Lebens ist die Bandbreite an Gefühlen nicht automatisch schmaler als in seiner Mitte. Dies gilt sowohl für Betroffene und ihre Zugehörigen als auch für uns Begleitende. Humor erscheint dabei manchmal als die einzig erträgliche Weise, mit dem Ernst des Lebens umgehen zu können.

Laut der Definition des Dudens (1982) beschreibt Humor „(…) die Fähigkeit, die Gabe eines Menschen, der Unzulänglichkeit der Welt und der Menschen, den Schwierigkeiten und den Missgeschicken des Alltags mit heiterer Gelassenheit zu begegnen, sie nicht so tragisch zu nehmen und über sie und sich lachen zu können.“ Humor ist demnach viel mehr als Witz und Komödie. Er zeigt unsere innere Haltung, unsere Einstellung zum Leben und zu unseren Mitmenschen. Humor braucht Feingefühligkeit und Empathie. Hirsmüller und Schröer (2009) formulieren in ihrem Buchbeitrag treffend: „Humor ist eine lebensbejahende Einstellung, die um die Brüchigkeit der menschlichen Existenz weiß und diese akzeptiert.“ Wenn wir das Sterben als Teil des Lebens sehen und ein würdevolles Leben bis zuletzt begleiten wollen, dann sind Heiterkeit und Lachen im hospizlich-palliativen



Kontext nicht nur erlaubt, sondern vielmehr als ein lebensnotwendiges Elixier geboten – insbesondere für Mitarbeitende.

Der hohe Stellenwert von Humor als Ressource von Mitarbeitenden wird auch deutlich, wenn man internationale und nationale Untersuchungen zu Schutzfaktoren von Mitarbeitenden in der Hospiz- und Palliativversorgung betrachtet. In allen Studien wird Humor durchweg von den Mitarbeitenden als zentrale Ressource benannt, um mit den Belastungen des Berufsalltags umgehen zu können.

Doch welches Potential steckt im Humor? Worin liegt seine Entlastung?

Folgt man den Ausführungen der amerikanischen Humorexpertin Vera M. Robinson (1977), erfüllt Humor mehrere Funktionen auf psychischer, kommunikativer und sozialer Ebene.

Zu den psychischen Funktionen zählt dabei zum einen die Möglichkeit, durch den Humor Distanz zu schaffen und Abstand in belastenden Situationen zu gewinnen. Lachen oder eine humorvolle Bemerkung schaffen ein kurzes Durchatmen und Entspannen von der vorherrschenden Betroffenheit. Angemessen



angewandt, fungiert er als heilsames Ventil, über welches Gefühle zum Ausdruck gelangen und Stress abgebaut werden kann. Nehmen Mitarbeitende Humor, Heiterkeit und Lachen in die tägliche Arbeit mit Schwerstkranken und Sterbenden hinein, ermöglichen sie nicht nur sich selbst, sondern auch den Betroffenen einen Zugriff auf den Humor als Schutzfaktor und Ressource zur Bewältigung der eigenen existenziellen Situation.

Als eine weitere psychische Funktion beschreibt Robinson den Humor als Mittel zum Perspektivwechsel. In dem auch in ernststen Situationen komische Elemente erkannt werden können, entstehen so neue Sichtweisen und Handlungsoptionen, die sich wiederum entlastend auf die beteiligten Personen auswirken.

In Bezug auf die Kommunikation kann Humor als Gestaltungsmittel helfen, Sprachlosigkeit zu durchbrechen, die angesichts von Sterben und Tod in unserer Gesellschaft größtenteils herrscht. Dies gilt ebenso für weitere Tabuthemen wie Ausscheidungen und Körperöffnungen, die in der Versorgung schwerstkranker und pflegebedürftiger Menschen eine Rolle spielen. Kommt Humor adäquat zum Einsatz, ermöglicht er eine nicht nur mit dem Betroffenen angstfrei, offenere Gesprächsatmosphäre, sondern unterstützt die Kommunikation auch innerhalb des Teams.

Literatur zum Thema:
 Bischofberger, I. (Hrsg.) (2008). Das kann ja heiter werden. Humor und Lachen in der Pflege. 2. Auflage. Bern: Huber.
 Hirs Müller, S. & Schröder, M. (2009). Wer's mit Humor trägt, macht's sich leichter! ". Humor – ein wichtiger Schutzfaktor in der Arbeit mit Sterbenden.
 In M. Müller & D. Pfister (Hrsg.). Wie viel Tod verträgt das Team? Belastungs- und Schutzfaktoren in der Hospizarbeit und Palliativmedizin, 3., unveränderte Auflage. S. 268-276. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Zuletzt ist die soziale Funktion von Humor zu nennen, die als Mittel zur Beziehungsgestaltung betrachtet werden kann. Dabei ist das Humorverständnis sehr individuell und hängt von den Prägungen im bisherigen Leben ab. Wichtig ist, darauf zu achten, dass die Patient*innen und die Kolleg*innen festlegen, wie viel Humor sie oder er vertragen.

Eine Atmosphäre, in der Heiterkeit sein darf, trägt dazu bei, dass Beziehungen aufgebaut werden können und Nähe entstehen kann. Des Weiteren dient gelebter Humor auch der Psychohygiene Einzelner und fördert das Zusammengehörigkeitsgefühl in einer Gruppe – getreu dem Stichwort: Teamgeist – und kann zur Entschärfung von Konflikten beitragen. Es liegt also viel hilfreiches Potential darin, Humor in den beruflichen Alltag zu integrieren. Gelacht wird dabei nicht über die Patient*innen bzw. Kolleg*innen, sondern mit ihnen über die Situation. Wissenschaftliche Untersuchungen haben gezeigt, dass Menschen mit Sinn für Humor häufiger über stärker zufriedenstellende soziale Beziehungen und höhere soziale Kompetenzen verfügen als Humorlose.

Kippt Humor jedoch in Richtung Galgenhumor, Zynismus oder auch Abwertung, kann dies ein Anzeichen für eine Überlastung sein und sollte im Team unbedingt thematisiert werden.

Inhaltsreich, aber auch mit einem Augenzwinkern, ist die Äußerung von Goetz (1964) zu betrachten: „Humor ist nicht erlernbar. Neben Geist und Witz setzt er vor allem ein großes Maß von Herzensgüte voraus, von Geduld, Nachsicht und Menschenliebe. Deshalb ist er so selten. – Aber man kann darum beten!“ 

Foto: Inge Scheller

Buchbesprechung

von Dr. Sieglinde Schmidt, ehemalige 1. Vorsitzende des Vorstands,
ehrenamtliches Redaktionsmitglied

Prof. Dr. Claudia Bausewein & Rainer Simader: „99 Fragen an den Tod“ Leitfaden für ein gutes Lebensende

In den letzten Jahren haben sich zahlreiche kundige Autor*innen mit Tod und würdigem Sterben befasst (Borasio, de Ridder, Gockel, Gottschling u.a.).

Das Buch *99 Fragen an den Tod* von Bausewein und Simader ist etwas Besonderes in Ausführung und Gestaltung. Alle schwieri-

gen und belastenden Fragen werden detailliert und aus verschiedenen Gesichtspunkten beschrieben und vermitteln trotz des ernststen Themas etwas Tröstliches. Dieses Buch ist sowohl für den Leser geeignet, der sich einfach informieren will, aber auch und ganz besonders für betroffene Menschen und solche, die Kranke begleiten.

Es gibt kaum ein Problem, das nicht angesprochen wird: Was mache ich, wenn mir die totbringende Diagnose mitgeteilt wird? Was darf ich sagen, was fragen und wie? Wie begleite ich? Wie reagiere ich, wenn mich der Sterbende wütend macht, wenn er keine Hilfe annehmen will? Wie gehe ich mit der Wahrheit um, wie mit unrealistischen Hoffnungen, mit Traurigkeit? Was mache ich, wenn mich die Aggressionen eines Sterbenden verletzen? Wie kann ich dem Todeswunsch begegnen oder dem Wunsch nach assistiertem Suizid? Wie kann ich meine Erschöpfung als Gesunder bewältigen? 1000 Fragen, die mit einfachen Worten, mit Wahrheit und oft mit Schweigen beantwortet werden können.

Die Trauer des Kranken, der Freunde, der An- und Zugehörigen, der Jugendlichen und der Kinder werden in Beispielen beschrieben und die Möglichkeiten der Palliativversorgung mit Angaben der Adressen. Medizinische Begriffe werden detailliert am Ende in einem Glossar erläutert.



Droemer Knauer Verlag
 ISBN 978-3-426-27824-6
 Gebundene Ausgabe
 Preis: 20,- Euro

Die 99. Frage ist die: „Was kommt nach dem Tod?“ Die Autoren haben Freunde gebeten, ihre Gedanken preiszugeben. Claudia Bausewein: „Ich hoffe, dass all die Fragen, die mich bewegen über das Leid in der Welt, das Leid, das Menschen sich gegenseitig zufügen und die Ungerechtigkeit des Lebens, beantwortet werden – aber vielleicht stellen sich die Fragen dann auch gar nicht mehr.“

Über die Autor*innen:

Prof. Dr. Claudia Bausewein ist Direktorin der Klinik und Poliklinik für Palliativmedizin am LMU Klinikum München und Lehrstuhlinhaberin für Palliativmedizin. Sie zählt zu den führenden Palliativmediziner*innen im deutschsprachigen Raum. Neben ihrer umfangreichen wissenschaftlichen Publikationstätigkeit ist sie Herausgeberin der beiden führenden palliativmedizinischen Fachbücher am deutschen Markt: dem *Leitfaden Palliative Care* und dem Fachbuch *Arzneimitteltherapie in der Palliativmedizin*. Prof. Dr. Claudia Bausewein ist seit 2018 im geschäftsführenden Vorstand der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin, von 2004 bis 2010 war sie deren Vizepräsidentin.

Rainer Simader leitet seit 2019 das Ressort Bildung bei Hospiz Österreich, dem Dachverband aller Hospiz- und Palliativ-einrichtungen in Österreich. Als Physiotherapeut (seit 1997) in Palliative Care hat er viele Geschichten, Ängste, Bedürfnisse und Hoffnungen von Patient*innen und deren Angehörigen gehört. Tätig war und ist er sowohl im häuslichen Umfeld von Patient*innen als auch in einem der bekanntesten Hospize weltweit, dem St Christopher's Hospice in London.

Buchbesprechung
von Dr. Sieglinde Schmidt, ehemalige
1. Vorsitzende des Vorstands,
ehrenamtliches Redaktionsmitglied

Michael von Brück: *Vom Sterben* – *Zehn Meditationen* zur spirituell-palliativen Praxis

Als ich das Buch *Vom Sterben – Zehn Meditationen zur spirituell-palliativen Praxis* zu Ende gelesen hatte, war mir, als habe Michael von Brück ein Buch über intensives Leben und Erleben geschrieben. Er ermuntert den Leser, das eigene Leben jetzt und heute intensiv zu betrachten und zu beleuchten, das Gelungene und das Schwere, die Chancen und die verpassten Gelegenheiten.

Die Stille als Aufbruch in die innere Freiheit ist ein großes Thema in diesem Buch, ebenso die Dankbarkeit als spirituelle Aufgabe – aber nicht im Sinne konfessioneller Abhängigkeit. Meditative Übungen begleiten alle Themen und setzen religionsgeschichtliche Bezüge. Der Blick zurück auf das schon gelebte Leben ist notwendig, um die eigene Lebensgestalt, das „Gewordensein“ tiefer zu erfassen und ins Bewusstsein zu bringen.

Der Autor deutet und beschreibt in lebensgeschichtlichen Zusammenhängen die Begriffe der Einsamkeit, der Autonomie, der Rituale und Symbole, aber auch über den Mut und die Hoffnung und schließlich – mit meditativen Übungen begleitet – über den Sterbeprozess,

der zu innerem Frieden führen kann und soll. Es ist ein außergewöhnliches Buch, in großen Zusammenhängen und in Nuancen der menschlichen Möglichkeiten gestaltet, voller literarischer und religionsphilosophischer Bezüge des bekannten Religionswissenschaftlers und Zen- und Yoga-Lehrers.

Über den Autor:

Michael von Brück ist Professor em. für Religionswissenschaft an der Ludwig-Maximilians-Universität München, Honorarprofessor für Religionswissenschaft / Religionsästhetik an der Katholischen Privat-Universität Linz sowie Rektor der Pallativ-Spirituellen Akademie Domicilium.



Verlag: C.H. Beck
ISBN 978-3406750946
Paperback
Preis: 16,95 Euro

Buchbesprechung
von Julia Hagmeyer, ehrenamtliches Redaktionsmitglied

Ferdinand von Schirach: *GOTT: Ein Theaterstück*

GOTT: Ein Theaterstück von Ferdinand von Schirach bekam im vergangenen Herbst große mediale Aufmerksamkeit. Zahlreiche Theater hatten und haben das Stück auf dem Spielplan, in der ARD wurde ein hochkarätig besetzter Film als Fernseh-Event ausgestrahlt. Allen Zugängen ist eigen, dass das Publikum zwischen dem ersten und zweiten Akt als Ethikrat über die gestellte Frage abstimmen soll. Entsprechend nimmt man an, dass eine gestellte Frage erläutert und beleuchtet wird, so dass der Einzelne am Ende anhand seines Gewissens abstimmen kann, was er oder sie für vernünftig und richtig hält – so definiert

es der Vorsitzende des Ethikrats in *GOTT*. Die Aufgabe des Ethikrats sei es, Fragen der Öffentlichkeit vorzustellen und die gesellschaftliche Diskussion zu fördern.

Im Text wird die Frage vom Vorsitzenden des Ethikrats so formuliert: „Soll ein Arzt einem Menschen beim Suizid helfen?“ Das Szenario sei kurz beschrieben: Richard Gärtner, ein 78-jähriger Architekt im Ruhestand, möchte sterben. Er ist körperlich gesund, jedoch hat ihn der Lebensmut nach dem Tod seiner Frau vor drei Jahren verlassen. Mehrere Gutachten schließen eine Depression aus.

Dennoch möchte er, dass ihm seine Hausärztin beim Suizid hilft. Dies ist das konkrete Beispiel. Der abstrakte Anlass ist eine Entscheidung des Bundesverfassungsgerichts, das im Februar 2020 § 217 des Strafgesetzbuchs für nichtig erklärte, in dem die Förderung und das Bieten einer geschäftsmäßigen Gelegenheit zur Selbsttötung unter Strafe gestellt ist. Entsprechend dieser Entscheidung sei laut Gesetzgebung das Recht des Bürgers, sich das Leben zu nehmen, zu respektieren und die freiwillige Hilfe Dritter nicht unter Strafe zu stellen.

Zudem sind dem Theatertext allerlei Paratexte beigelegt, die andeuten, dass die Frage so klar eingegrenzt doch nicht ist: Auf dem Umschlag ist zu lesen: „Wem gehört unser Leben? Wer entscheidet über unseren Tod?“ Das Streben des Textes nach Höherem wird auch am vorausstehenden Paratext von Albert Camus deutlich: „Es gibt nur ein wirkliches ernstes philosophisches Problem: den Selbstmord.“ In der Buchausgabe sind weiter drei Essays zu dem verhandelten Themengebiet enthalten und eine Art Nachbemerkung: „GOTT thematisiert die Frage der ärztlichen Beihilfe zum Suizid vor dem Hintergrund der verfassungsrechtlichen und strafrechtlichen Bestimmungen der Bundesrepublik Deutschland.“ Soweit der Agenda-Mischmasch.

Die explizit gestellte Frage und der gesetzliche Hintergrund geraten dann wenig überraschend im Verlauf des Stückes immer weiter aus dem Blick – diskutiert wird stattdessen der Zustand der Palliativversorgung, die Freiheit des Einzelnen und der Wert und die Rolle der Gesellschaft, die Würde des Menschen und der Sinn des Lebens. Sicherlich spielen alle diese Bereiche beim Thema Sterben eine zentrale Rolle, doch die für die Klärung der Frage zielführendste – die rechtliche Situation und das Spannungsverhältnis aus Sterbehilfe und Palliativversorgung – scheint den Autor mit Abstand am

wenigsten zu interessieren. Mehr interessiert der Anspruch an Individualität, Selbstbestimmung und Kontrolle des Einzelnen über sein Leben. Patient*innen auf Palliativstationen wird kurz und bündig die eigene Würde abgesprochen, ein – vorsichtig ausgedrückt – interessantes Manöver im gewählten Rahmen einer Sitzung des Ethikrats.

Grundsätzlich stellt sich die Frage, inwieweit künstlerische Details zur Glaubwürdigkeit der Szenerie beitragen oder diese eher unterwandern: Als erstes Richard Gärtner selbst – er ist nach über 40 Jahren Ehe verwitwet, ein Schlag, den man vielleicht nur nachfühlen kann, wenn man in einer ähnlichen Lebenssituation ist. Doch wie glaubwürdig ist es, dass jemand, der sich als Teil eines Paares wohltä-

tig und künstlerisch engagierte und aktiv im Leben war, als Witwer aus all dem keinerlei Sinn mehr schöpfen kann? Wozu muss der Leser erfahren, dass die beiden Söhne Gärtners als Bundestagsabgeordneter und Architekt tätig sind? Wird hier ein Milieu markiert? Dass seine sterbende Frau ihm in seiner Interpretation den Auftrag mitgab, „richtig zu sterben“ wirkt als zusätzliche Pointe um des emotionalen Effekts willen.

Die auftretende Hausärztin von Richard Gärtner wird explizit als Augenärztin benannt, die vor ihrer Niederlassung in der Notaufnahme einer Uniklinik täglich mit den Folgen gescheiterter Suizide konfrontiert war und auch deshalb ihrem Patienten Gärtner dringend von einem Selbstmord auf eigene Faust abrät.

Anwalt Biegler nimmt die auftretenden Sachverständigen, vor allem Bischof Thiel und Sperling, der Mitglied der Ärztekammer ist, in der Anhörung in Kreuzverhöre, die an schlechte Anwaltsfilme erinnern und offenbar weniger zur Klärung und Beleuchtung der gestellten Frage, als mehr zur Diffamierung der Sachverständigen führen sollen. In seiner Anhörung zweifelt Anwalt Biegler aufgrund der Missbrauchsskandale innerhalb der katholischen Kirche die Autorität des Bischofs an, sich grundsätzlich in moralischen Fragen zu äußern. Der Figur Bischof Thiel wird vom Text interessanterweise doppelt das Recht abgesprochen, sich zu äußern: Zu Beginn, als mit der Rechtssachverständigen Litten erläutert wird, dass der Staat nicht auf christlichen Werten fuße, sondern der Hinweis im Grundgesetz lediglich der Abgrenzung gegenüber einem totalitären faschistischen Staat zu sehen sei und erneut in der direkten Konfrontation mit Bieler. Dabei hätte die Position des Bischofs, den Anspruch des Menschen auf Selbstverwirklichung und Selbstbestimmung in Frage zu stellen, wenn es um den eigenen Tod geht, durchaus das Potential zu einer interessanten Diskussion geboten.

Eine große Stärke des Frühwerks des Schriftstellers Ferdinand von Schirach ist die Klarheit. Er schildert komplexe Straftaten, gerade ohne eine eigene inhaltliche Agenda zu vertreten, ohne zu werten, mit Zurückhaltung und der Stärke, dem Leser hier und da andere Möglichkeiten, andere Interpretationen als die sich aufdrängenden anzubieten – der Leser bleibt zurück mit interessanten Reflexionen und Gedanken. In seinen letzten Werken *GOTT*, aber auch *Verbrechen* ist davon nicht mehr viel übrig. Es bleibt eine Lust am Effekt, an Pointen und an der Selbstdarstellung der Anwaltsfiguren, die auch in Anbetracht der eigenen Reichweite, die von Schirach inzwischen mit seinen Texten und Projekten erreicht, befremdet. Bedauerlich, dass hier mehrere Chancen ungenutzt verstreichen: Inhaltlich einen Beitrag zur Gesetzgebung oder zu der komplexen philosophischen Frage zu liefern, wie weit das Recht auf Selbstbestimmung des Einzelnen reicht. Formal eine Diskussion, ein Ringen um Erkenntnis zu zeigen, in dem unterschiedliche Parteien sich mit Achtung und Respekt gegenüberstehen könnten. So bleibt ein schaler Geschmack, einer polemischen Darbietung gefolgt zu sein, in der beliebte Reizthemen und Begriffe weitgehend unreflektiert bleiben und aus einer Sitzung des Ethikrats letztlich eine Gerichtsverhandlung wird.

Über den Autor:

Der Spiegel nannte Ferdinand von Schirach einen »großartigen Erzähler«, die New York Times einen »außergewöhnlichen Stilisten«. Seine Erzählungsbände und Romane wurden zu millionenfach verkauften internationalen Bestsellern. Schirach wurde vielfach mit Literaturpreisen ausgezeichnet. Er lebt in Berlin.



Luchterhand Literaturverlag
ISBN: 978-3-630-87629-0
Hardcover mit Schutzumschlag
Preis: 18,- Euro

Aus dem Verein

von Leonhard Wagner, Vorsitzender des Vorstands

Die Corona-Pandemie beherrscht weiterhin nicht nur viele Bereiche unserer Gesellschaft, sondern auch unsere tägliche Hospiz- und Palliativarbeit beim Christophorus Hospiz Verein (CHV). Es galt, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren und Begleitungen schwerstkranker Menschen in der letzten Lebensphase und deren Angehörige auf einem Level zu halten, der durch Vorgaben der Behörden maximal möglich war.

Einmal mehr wurde uns die immense Bedeutung des Ehrenamts innerhalb der Hospizarbeit bewusst. Wir sind froh, dass wir weiterhin den uns anvertrauten Menschen beistehen konnten, wobei die Einsätze unserer ehrenamtlich Mitarbeitenden allerdings zeitweise komplett eingestellt werden mussten. Wir suchten nach Alternativen, wie trotz physischen Abstands Nähe und Begegnung – die Kernelemente unserer Arbeit – geschaffen werden können: Hospizhelfer*innen im ambulanten Bereich blieben beispielsweise telefonisch oder per Videokonferenz mit den Schwerstkranken in Verbindung. Gerade in dieser Zeit hätten viele Familien jedoch einen erhöhten Bedarf an Unterstützung gehabt.

Wenn auch eingeschränkt, konnten wir Nahestehenden einen Besuch in unserem stationären Hospiz – zeitweise im Gegensatz zu Pflegeheimen und Krankenhäusern – ermöglichen. Der konsequente Einsatz von Schutzkleidung und das Einhalten eines hohen hygienischen Standards waren jeden Tag aufs

Neue eine Herausforderung. So wurden die Beschaffung von Schutzkleidung, die Entwicklung, Einführung und Anpassung von Hygienemaßnahmen, Besuchsregelungen und Teststrategien zu neuen Aufgaben im Hospizalltag. Homeoffice wurde im maximal möglichen Umfang – technisch und organisatorisch – umgesetzt und in- und externe Kommunikationswege angepasst. Unseren haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitenden wurde Flexibilität, Geduld und Verständnis abverlangt. Wir sind allen sehr dankbar für ihren Einsatz!



Foto: Mario Fichtner



Gratulation zum 30-jährigen Betriebsjubiläum von Brigitte Hirsch.
v.l.n.r. Brigitte Hirsch, Heike Walper, Sepp Raischl

Persönliche Kontakte innerhalb der CHV-Familie, die normalerweise bei Besprechungen, beim Hausforum, beim Betriebsausflug, beim Sommerfest, beim Jahresessen und anderen Aktionen intensiviert werden, fehlten und fehlen uns sehr. Wir freuen uns auf gemeinsame persönliche Treffen in hoffentlich zeitnaher Zukunft.

Erfreuliches gibt es von unserem neuesten Projekt, dem Tagesangebot »Tandem«, zu berichten, das wir Ihnen erstmals in der November-Ausgabe vorgestellt haben. Trotz des durch die Corona-Pandemie erschwerten Starts, wurde das Angebot genutzt, die Besuchsfrequenz lag dabei im Durchschnitt bei vier Tagen und die Altersspanne der Besucher*innen zwischen 37 und 94 Jahren. Diese Zahlen und Rückmeldungen bestärken uns darin, dass wir mit dem Projekt einen richtigen Weg eingeschlagen haben.

Gleich zu Beginn des Jahres konnten wir unserer Kollegin Brigitte Hirsch zu 30 Dienstjahren beim Christophorus Hospiz Verein gratulieren. Sie war die erste ambulante Hospizschwester in Deutschland, gehört zu den Pionierinnen der Hospizarbeit und hat die Hospizbewegung mitgeprägt und mitgestaltet. Wir sind sehr froh und dankbar, Brigitte Hirsch mit ihrem reichen Erfahrungsschatz und ihrer fachlichen Expertise in unseren Reihen zu haben.

Sicherlich bleibt unsere Arbeit unter Corona-Bedingungen auch in den nächsten Monaten eine Herausforderung. Wir sind aber zuversichtlich, dass wir auch künftig diese besondere Zeit gemeinsam meistern werden.

Foto: Inge Scheller

Spenden, Stiften und Fördern

zusammengefasst von Cornelia Kurth, Assistentin des Vorstands

Wie aus der Statistik des Deutschen Zentralinstituts für soziale Fragen (DZI) und einer Erhebung der Growth from Knowledge (GfK SE)¹ hervorgeht, waren die Deutschen im Jahr 2020, dem Jahr der Pandemie, besonders hilfsbereit.

Auch der Christophorus Hospiz Verein e.V. durfte diese Solidarität durch seine Stifter erfahren. Keine Selbstverständlichkeit in einer Zeit, in der unsere Welt aus dem Lot geraten ist.

Leider war nicht nur der mitmenschliche Beistand für unsere Patient*innen eingeschränkt, sondern auch der persönliche Kontakt zu unseren langjährig eng verbundenen Spendern und Stiftern war durch Kontaktbeschränkungen in den langen Lockdown-

Phasen nur erschwert möglich. Dreimal in Folge musste das Treffen des Förderkreises entfallen, ebenso unser Sommerfest 2020 im Garten des Christophorus-Hauses oder andere Benefizveranstaltungen, zu denen auch unsere Förderer immer herzlich eingeladen sind.

Glücklicherweise konnten wir über andere Kanäle wie das Telefon, per Videokonferenz und per E-Mail im Austausch bleiben.

So freuen wir uns über eine Spende der **Dr. Peter Bonner Stiftung** in Höhe von 20.000,- Euro für unsere Arbeit und auch über 14.000,- Euro der **Clarissa und Michael Käfer Stiftung** für den Eigenanteil zweier Bewohnerzimmer im stationären Hospiz.



Fotos: Mario Fichtner



Bewohnerzimmer im stationären Christophorus Hospiz

Über diese jährliche Unterstützung sind wir beiden Stiftungen sehr dankbar, sie geben uns Planungssicherheit.

Im letzten Jahr hatte **Inge Scheller** für zwei Bewohnerzimmer 17.250,- Euro gespendet, leider erwähnten wir nur ein Zimmer in unserer letzten Ausgabe. Dafür bitten wir um Entschuldigung!

Weiterhin bedanken wir uns herzlich bei der **Ingeburg Müller Stiftung**, die unsere palliativ-pflegerische Beratung im ambulanten Bereich mit einer Förderung von 5.000,- Euro unterstützt hat. Zudem ermöglichte uns die Stiftung mit einer Spende von 600,- Euro die Anschaffung weiterer Minikühlschränke für die Bewohnerzimmer in unserem stationären Hospiz.

Auch in der Weihnachtszeit wurde der Christophorus Hospiz Verein e.V. bedacht und erhielt die folgenden Spenden:

Anneliese-Schinkinger-Stiftung

25.000,- Euro

Sippl-Wörmann-Stiftung

20.000,- Euro

Kithan Stiftung

5.000,- Euro

Trotz unruhiger Zeiten konnten wir auf die Unterstützung unserer langjährigen Spender und Stifter zählen, dafür sind wir mehr als dankbar.

¹ <https://www.faz.net/aktuell/gesellschaft/menschen/gemeinnuetzige-organisationen-spendenbereitschaft-gestiegen-17071612.html> / letzter Zugriff 25.03.2021

Termine & Veranstaltungen

Die Corona-Pandemie und ihre Auswirkungen wirbeln auch unser Bildungsangebot durcheinander. Einige Veranstaltungen werden als Online-Angebote gestaltet.

Wenn kein Ort angegeben ist, findet die Veranstaltung ausschließlich online statt. Informieren Sie sich bitte jeweils zeitnah, ob und in welcher Form das, was für Sie interessant ist, stattfindet.

In jedem Fall ist eine Anmeldung erforderlich. Nach Anmeldung bekommen Sie die Zugangsdaten usw. zugeschickt. Bitte verfolgen Sie auch die Webseite, auf der Sie aktuelle Informationen finden, z.B. ob die Veranstaltung auch in Präsenz am angegebenen Ort stattfinden kann.

Vielen Dank!

Sie erreichen uns für Ihre Fragen und Ihre Anmeldung

telefonisch unter **089 / 13 07 87-40**
oder per Mail an **bildung@chv.org**

Weitere Informationen

finden Sie unter: **www.chv-ibb.org**

Information & Beratung zu Patientenverfügung und Vollmacht

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht stellen wichtige Hilfsmittel dar, die Beachtung des eigenen Willens sicher zu stellen.

Am **letzten Mittwoch eines Monats** laden wir Sie zu aktuellen Informationen zu diesen Themen ein. Sobald dies wieder möglich ist, werden die Veranstaltungen, wie gehabt, im Marianne-Meier-Saal im Christophorus-Haus stattfinden.

Mittwoch,	28.04.2021,	10 – 12 Uhr
Mittwoch,	26.05.2021,	10 – 12 Uhr
Mittwoch,	30.06.2021,	10 – 12 Uhr
Mittwoch,	28.07.2021,	10 – 12 Uhr
Mittwoch,	25.08.2021,	10 – 12 Uhr
Mittwoch,	29.09.2021,	10 – 12 Uhr
Mittwoch,	27.10.2021,	10 – 12 Uhr

Bürgerschaftliches Engagement / Ehrenamt

Informationsveranstaltungen zur ehrenamtlichen Mitarbeit

Ort:
Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Mittwoch,	14.07.2021,	17 – 18.30 Uhr
Donnerstag,	14.10.2021,	17 – 18.30 Uhr

Einführungsseminare – Die Hospizidee und der Umgang mit Sterben, Tod und Trauer

Das Seminar steht allen Interessierten offen. Es ist das erste von drei Modulen zur Vorbereitung als Hospizhelfer*in und führt in die Hospizarbeit ein.

Ort: ggf. Online

Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Teilnahmegebühr:

75,- Euro (40,- Euro für CHV-Mitglieder)

Anmeldung erforderlich:

bildung@chv.org oder **089 / 13 07 87-40**

Teilnahmebedingungen:

Die Seminargebühr wird bis spätestens sechs Wochen vor Beginn fällig. Bei Rücktritt bis drei Wochen vor Kursbeginn werden Ihnen die Gebühren abzüglich 20,- Euro erstattet. Bei späterer Absage wird die Seminargebühr in voller Höhe fällig.

Kann der Platz anderweitig vergeben werden, beträgt die Bearbeitungsgebühr 20,- Euro. Die Absage bedarf der Schriftform.

Wochenendseminare:

Freitag,	07.05.2021,	10 – 18 Uhr bis
Samstag,	08.05.2021,	10 – 17 Uhr
Freitag,	09.07.2021,	10 – 18 Uhr bis
Samstag,	10.07.2021,	10 – 17 Uhr
Freitag,	01.10.2021,	10 – 18 Uhr bis
Samstag,	02.10.2021,	10 – 17 Uhr

Abendseminar: 6 Montagabende

08.11. bis 13.12.2021, 18.30 – 21 Uhr

Hausführungen

Die Führungen im Christophorus-Haus vermitteln Interessierten einen Einblick in unser Haus und alle Arbeitsbereiche, ambulant und stationär.

Dienstag,	11.05.2021,	10 – 11 Uhr
Dienstag,	13.07.2021,	10 – 11 Uhr
Donnerstag,	02.09.2021,	14 – 15.30 Uhr (mehrsprachig)
Montag,	06.09.2021,	15 – 16 Uhr
Dienstag,	12.10.2021,	10 – 11 Uhr

Alternativ finden Sie eine virtuelle Hausführung auf Deutsch und Englisch auf der Homepage: **www.chv.org**
(Dauer ca. 17 Minuten)

Kultursensibilität

Interkulturelles Forum Palliative Care

Sorgende Kulturen im Austausch: Chancen und Bürden der Pflege in transkulturellen Familien

Mittwoch, **23.06.2021,** 17 – 19 Uhr

Referent: Dipl. Sozialwirt Philip Egbune
(ehemaliger Projektkoordinator in der IKÖ des BRK)

& Vorstandsmitglied der jüdischen Landesgemeinde Thüringen, mit nigerianisch-russischen Wurzeln)

Ansprechpartnerin bei Fragen:

Gunda Stegen
stegen@chv.org oder **089 / 13 07 87-342**

Selbstbestimmung trotz(t) Demenz

Selbstbestimmung und Demenz scheinen wie ein Widerspruch, wie zwei weit auseinanderliegende Pole des menschlichen Daseins und können und müssen doch zusammen bedacht werden.

Freitag, 23.04.2021, 17 – 19 Uhr

Ort:

Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Referentin:

Stefanie Zang (Pflegefachkraft, Pflegeexpertin APN M.Sc.)

Philosophieren im Hospiz:

Die Verborgenheit der Gesundheit

Der Philosoph Hans-Georg Gadamer (1900-2002) stellte die These auf, dass der Mensch dann, wenn ihm nichts fehle, keine Antwort auf die Frage geben könne, was Gesundheit sei. Erst wenn eine Krankheit eingetreten sei, könne sich eine grundlegende Vorstellung von dem entwickeln, was Gesundheit bedeute.

Freitag, 18.06.2021, 16 – 18 Uhr

Ort:

Online, ggf. Präsenz im Christophorus-Haus

Referent*innen:

Dr. Judith Tech und Dr. Bernd Groth, moderiert von Sepp Raischl

„Noch 16 Tage – eine Sterbeklinik in London“ und „Die letzte Station“

Zwei Filme zu den Anfängen der Hospizbewegung.

Freitag, 16.07.2021, 17 – 19 Uhr

Referentin:

Katarina TheiBing (Altenpflegerin, MAS Palliative Care)

Wie regle ich mein Erbe?

Die Themenbereiche des Vortrags umfassen die gesetzliche Erbfolge, die gewillkürte Erbfolge, den Pflichtteil, die Erbschaftsteuer, die Testamentsvollstreckung sowie weitere praktische Hinweise zur Verwahrung des Testaments.

Freitag, 23.07.2021, 17 – 19 Uhr

Freitag, 12.11.2021, 17 – 19 Uhr

Ort:

Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Referent:

Dr. jur. Robert Wallenberger (Fachanwalt für Erbrecht)

Dem was andrängt, eine Stätte bereiten – oder lieber verweigern?

Heidegger benennt den Vorgang, der unser menschliches Dasein beschreibt, als Bereitstellen einer Stätte und zwar demjenigen, was andrängt, also seinen Platz fordert. Welcher Qualität wollen wir eigentlich eine Stätte bereiten, welcher aber auf keinen Fall? Warum und wie dem Leid seinen Ort geben? Und was passiert, wenn wir uns verweigern, wenn etwas kommen mag? Wo geht es hin, wo ist unser persönliches Endlager und was tut sich da eigentlich? Was strahlt trotzdem?

Montag, 25.10.2021, 17 – 19 Uhr

Ort:

Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Referentin:

Dr. Celina von Bezold (Philosophin)

Philosophieren im Hospiz:

Verzeihen und Versöhnen

In Frieden leben? In Frieden sterben? Am Ende des Lebens spitzen sich häufig auch diese Fragen zu: Was bedeutet Verzeihen? Was ermöglicht Verzeihen? Was kann Verzeihen verhindern? Kann/sollte alles verziehen werden oder nicht? Wie ist ein Leben mit Unverzeihlichem möglich? Wie könnte ich mich oder gar andere versöhnen?

Sind die Antworten darauf so individuell wie die Menschen selbst?

Freitag, 05.11.2021, 16 – 18 Uhr

Ort:

Online, ggf. Präsenz im Christophorus-Haus

Referent*innen:

Dr. Judith Tech und Dr. Bernd Groth, moderiert von Sepp Raischl

Seminare zu Abschied und Trauer

TrauerTanz:

Tanzdialog mit Trauernden

Samstag, 12.06.2021, 10 – 17 Uhr

Ort:

Alten- und Servicezentrum Bogenhausen
Rosenkavalierplatz 9, 81925 München

Referentinnen:

Barbara Schulte-Büttner (Bewegungspädagogin), Cornelia Rommé (Theologin, Trauerbegleiterin)

Gebühr:

65,- Euro (ohne Verpflegung)

TrauerSeele:

Dass meine Quellen wieder sprudeln

Samstag, 19.06.2021, 14 – 18 Uhr

Ort:

Evang.-Luth. Kirchengemeinde Jakobuskirche
Jakobusplatz 1, 82049 Pullach

Referentin:

Dr. Iris Geyer (Pfarrerin, geistliche Begleiterin, Heilpraktikerin für Psychotherapie)

Gebühr:

35,- Euro

TrauerForm:

die Tränen in die Hände fließen lassen (Trauer töpfern)

Samstag, 17.07.2021, 9 – 17 Uhr

Ort:

Alten- und Servicezentrum Bogenhausen
Rosenkavalierplatz 9, 81925 München

Referentinnen:

Regula Kaeser-Bononomi (Keramikerin), Bernadette Raischl (Dipl.-Psychologin, Psychotherapeutin, Tanztherapeutin, Systemische Supervisorin)

Gebühr:

65,- Euro (ohne Verpflegung, einschl. Material)

TrauerFarbe:

Meine Trauer hat viele Farben

Freitag, 08.10.2021, 13.30 – 17 Uhr

Ort:

Alten- und Servicezentrum Bogenhausen
Rosenkavalierplatz 9, 81925 München

Referentinnen:

Susanne Cullmann (Kunsttherapeutin und Trauerbegleiterin), Cornelia Rommé (Theologin, Trauerbegleiterin)

Gebühr:

35,- Euro (einschl. Material)

Spiritualität und Ethik

Gesprächsforum Selbstbestimmung

Im Februar 2020 hat das Bundesverfassungsgericht das Verbot der „geschäftsmäßigen Förderung der Selbsttötung“ (§ 217 StGB) für nichtig erklärt. Das im Grundgesetz festgeschriebene Persönlichkeitsrecht garantiert das Recht auf ein selbstbestimmtes Leben und damit auch auf ein selbstbestimmtes Sterben. Und doch: Ist Selbstbestimmung im Laufe des menschlichen Lebens tatsächlich zu jeder Zeit das höchste Gut?

Anmeldung erforderlich:

bildung@chv.org oder 089 / 13 07 87-40

Situation in Pflegeheimen und Kliniken

Freitag, 30.04.2021, 16 – 17.30 Uhr

mit: Dorothea Bergmann (PfarrerIn/SupervisorIn, Fachstelle Spiritualität – Palliative Care – Ethik – Seelsorge der Hilfe im Alter GmbH, Diakonie München und Oberbayern),
Dr. med. Susanne Tänzler (Oberärztin der Klinik für Palliativmedizin/Palliativdienst, Klinik und Poliklinik für Palliativmedizin LMU München)

Aus philosophischer und spiritueller Sicht

Freitag, 28.05.2021, 16 – 17.30 Uhr

mit:

Judith Tech (Philosophin und Krankenschwester)
Sepp Raischl (Theologe und Sozialarbeiter)

Umgang mit Verletzlichkeit

Freitag, 25.06.2021, 16 – 17.30 Uhr

mit:

Heike Walper (Palliativpflegekraft, M.Sc. Palliative Care, zertifizierte Kursleitung für PC),
Kerstin Hummel (Soziale Arbeit B.A., Palliativfachkraft / Fachstelle Palliativversorgung in der stationären Altenhilfe in Stadt und Landkreis München)

Kraft schöpfen aus der Natur: beobachten, still werden, Naturkunstwerke entstehen lassen

Die Konfrontation mit der Vergänglichkeit des Lebens fordert existentiell heraus. In der Natur jedoch ist uns das Werden und Vergehen im Zyklus der Jahreszeiten vertraut. Die Teilnehmer*innen sind eingeladen, mit allen Sinnen Zeit im Wald, am Wasser und auf dem Feld zu verbringen, den Vogelstimmen zu lauschen und mit Ruhe ein Naturkunstwerk entstehen zu lassen. Dafür braucht es keine Vorkenntnisse.

Anmeldung erforderlich:

bildung@chv.org oder 089 / 13 07 87-40

Freitag, 07.05.2021, 10 Uhr bis

Sonntag, 09.05.2021, 15 Uhr

Ort:

Oase Steinerskirchen, Bildungshaus der Herz-Jesu-Missionare, 86558 Hohenwart

Freitag, 29.10.2021, 10 Uhr bis

Sonntag, 31.10.2021, 15 Uhr

Ort:

Bildungshaus St. Martin
82347 Bernried am Starnberger See

Referent*in:

Bernadette Raischl (Dipl.-Psychologin, Psychotherapeutin, Tanztherapeutin, Systemische Supervisorin),
Heinz Marti (ornitholog. Exkursionsleiter)

Gebühr:

250,- Euro
(plus Unterkunft & Verpflegung 183,- Euro)

Dem Sinn des Lebens auf der Spur

Samstag, 05.06.2021, 17 – 20 Uhr

Ort:

Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Referent:

Michael Clausing (Systemischer Berater, Supervisor & Mediator, IBB Bildungsreferent)

Gebühr:

40,- Euro (Ehrenamtliche des CHV 12,- Euro)

Wege in die Stille

Samstag, 17.07.2021, 16 – 19 Uhr

Ort:

Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Referent:

Bruno Rizzi (Palliativpflegekraft)

Gebühr:

40,- Euro (Ehrenamtliche des CHV 12,- Euro)

Visionssuche

Das Seminar bietet den Teilnehmer*innen eine Möglichkeit mit der eigenen Endlichkeit, Verletzlichkeit und Sterblichkeit draußen in der Natur umzugehen. Sie können, angelehnt an einen archaischen Ritus, in der freien Natur alleine ohne Zelt, nur mit dem Nötigsten ausgerüstet, an einem Platz verweilen. Dabei werden Sie von den Leitungen vorbereitet und begleitet. Ziel der gemeinsamen Erfahrung ist es, Kraft und Verwurzelung für die Arbeit zu erfahren, in der Sie andere Menschen durch die „letzte Nacht“ ihres Lebens begleiten.

Donnerstag, 22.07.2021, 14 Uhr bis

Montag, 26.07.2021, 16 Uhr

Ort:

Seminarhaus Grainau
Alpspitzstraße 6, 82491 Grainau

Referentinnen:

Bernadette Raischl (Dipl.-Psychologin, Psychotherapeutin, Tanztherapeutin, System. Supervisorin),
Inka Klinge (Visionssuche-Leiterin, Meditationslehrerin; Ayurveda-Masseurin)

Gebühr:

280,- Euro (plus Unterkunft & Verpflegung)

Bedürfnisse erkennen und ausdrücken als Grundlage der gewaltfreien Kommunikation

Menschen, die im Palliativ- und Hospizbereich arbeiten, begegnen unterschiedlichen Personengruppen. Wir können uns innerlich zerrissen fühlen, weil wir jedem der Beteiligten begegnen und ihm gerecht werden wollen. Oft ist dies verbunden mit Anspannung und Schuldgefühlen. Es gibt einen Weg, mit dieser Komplexität umzugehen. Wenn wir erkennen, dass jeder von uns sich mit allem was er tut, seine Bedürfnisse erfüllt, wird uns bewusst, dass unser Verhalten gute Gründe hat. Dann kann Begegnung stattfinden, die Heilung von Konflikten und emotionalen Unsicherheiten bewirkt. In diesem Workshop bekommen Sie Einsicht in die Welt der Bedürfnisse. Sie lernen die Unterscheidung von Bedürfnis, Bedürftigkeit und einer Strategie kennen. Sie erfahren, wie wir Bedürfnisse erkennen und wie es durch ihre Akzeptanz zu Verbundenheit und Heilung im Herzen kommt.

Samstag, 06.11.2021, 17 – 20 Uhr

Ort:

Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Referent:

Günther Herold (Zertifizierter Trainer in Gewaltfreier Kommunikation nach Dr. Marshall B. Rosenberg)

Impressum

CHV aktuell erscheint zweimal jährlich und wird herausgegeben vom Christophorus Hospiz Verein e.V., München

Redaktion:

Heinz Biersack, Julia Hagmeyer, Ulrich Heller, Uve Hirsch, Andreas Knüpfner, Cornelia Kurth, Ingrid Pfuner, Inge Scheller (v.i.S.d.P.), Dr. Sieglinde Schmidt und Angelika Westrich

Layout und Herstellung:

Heike Henig Kommunikationsdesign

Druck:

Kreiter Druckservice GmbH, Wolfartshausen

Anzeigenleitung:

Cornelia Kurth

Die nächste Ausgabe von *CHV aktuell* ist für November 2021 vorgesehen.

Redaktionsschluss:

01. September 2021

Christophorus Hospiz Verein e. V.

Effnerstraße 93, 81925 München

Tel: 089 / 13 07 87-0

Fax: 089 / 13 07 87-13

info@chv.org

www.chv.org

Klimaneutraler Druck:

100% Emissionsausgleich über das Projekt Instandsetzung von Brunnensystemen, Ostafrika (Gold Standard zertifiziert) www.klima-druck.de



Anzeige



STÄDTISCHE BESTATTUNG



Trauerfall – was nun?

*Hilfe in schweren Stunden.
Tag und Nacht erreichbar.*

Palais Lerchenfeld · Damenstiftstr. 8 · 80331 München
www.städtische-bestattung.de
Tel. 2 31 99 02

Anzeige



KARL ALBERT DENK BESTATTUNGEN



Bewusste Auseinandersetzung
mit dem Tod erfordert
Verständnis und Offenheit.

Denkbar persönlich.

Karl Albert Denk,
Bestattermeister

Mit uns können Sie ganz
offen über den Tod sprechen.
Ihre Wünsche stehen im
Mittelpunkt.

- Genaue Umsetzung getroffener Vereinbarungen
- Kreative und liebevolle Gestaltungsmöglichkeiten
- Begleitung der Angehörigen
- Hilfe vor, während und nach der Beisetzung

München, St.-Bonifatius-Str. 8 **Telefon 089 – 64 24 86 80**

Grünwald, Marktplatz 9 (Infostelle) **Telefon 089 – 64 91 13 70**

Erding, Kirchgasse 2a **Telefon 08122 – 22 70 60**

Freising, Prinz-Ludwig-Str. 5 **Telefon 08161 – 4 96 53 17**

Neufahrn, Echinger Str. 17 **Telefon 08165 – 79 96 24**



www.karlalbertdenk.de



**CHRISTOPHORUS HOSPIZ VEREIN
MÜNCHEN**

Effnerstraße 93
81925 München

Tel: 089 / 13 07 87-0

Fax: 089 / 13 07 87-13

info@chv.org

www.chv.org



**Wir freuen uns über Spenden
auf unser Spendenkonto:**

Christophorus Hospiz Verein

Bank für Sozialwirtschaft

IBAN DE71 7002 0500 0009 8555 00

BIC BFSWDE33MUE

Für Ihre Spende an unseren gemeinnützigen Verein stellen wir Ihnen gerne eine Spendenbescheinigung aus. Bitte geben Sie dazu Ihre vollständige Adresse an.

MVV Anbindungen

- ab Herkomerplatz (Tram 16 & 17), mit Bus 188 oder 189 bis Haltestelle Odinstraße, Fußweg ca. 5 Min.
- ab Effnerplatz (Tram 16 & 17), Fußweg ca. 12 Min.
- ab Arabellapark (U4), Fußweg ca. 15 Min. oder mit Bus 187 bis Haltestelle Odinpark

Parkmöglichkeiten in der Effnerstraße