

„Trauer ist ein komplexer Prozess“

Während der Hospizwoche will das Netzwerk Horizont den Umgang mit dem Tod thematisieren – Geschäftsführerin Ute Lieske im Gespräch

Sabine Sopha

Warum denken und reden wir nicht gerne über das Sterben?

Ute Lieske: Das ist eine gute Frage. Wir müssen davon ausgehen, dass sich die Menschen nicht mit ihrer Endlichkeit beschäftigen wollen. Das ist ein gesellschaftliches Problem. Ich denke, dass der Psychologe Johannes Vennen uns das am Dienstag erklären wird.

Was empfiehlt Vennen?

Dass wir im Hier und Jetzt leben sollten – wild und gefährlich. Denn niemand von uns weiß, wann unser letzter Tag kommt.

Warum sollten wir frühzeitig über das Sterben sprechen?

Damit wir vorbereitet sind. Damit wir bis zum Ende selbstbestimmt leben können. Die meisten Menschen kommen erst zu uns, wenn sie eine Diagnose haben, wenn sie sich bereits in der letzten Phase ihres Lebens befinden. Wenn wir früher beteiligt würden, hätten wir ausreichend Zeit, die Lebensqualität der Menschen und ihrer Angehörigen zu unterstützen.

Unterstützt Horizont den Sterbeprozess?

Nein, wir sorgen für ein würdiges Ende. Es geht nicht um Sterbehilfe – das ist ein heißes Eisen. Dazu hat fast jeder eine andere



Horizont-Geschäftsführerin Ute Lieske empfiehlt, sich früh auf den Tod vorzubereiten.

Foto: Sabine Sopha

Meinung. Daher beschäftigen wir uns während der Hospizwoche auf einer Fachkonferenz mit dem Thema.

Welche Rolle spielt das Pal-

liativnetz Horizont dann beim Sterben?

Mit uns stirbt man nicht schneller. Wir sind für das Leben da. Wir möchten, dass die Menschen um ihre Möglichkeiten wissen, die

sie in der letzten Phase ihres Lebens haben. Wir versorgen sie dort, wo sie leben und sterben möchten. Das kann zu Hause oder in einer stationären Einrichtung oder im Hospiz sein. Es gilt,

die Einweisung ins Krankenhaus und Krisen zu vermeiden – daran wirken Hausärzte, Psychoonkologen, Pfleger, Ehrenamtler, Sozialarbeiter, Physiotherapeuten und viele andere mit.

Wofür sollten Menschen im Vorwege sorgen?

Sie sollten sich mit dem Thema beschäftigen, sich informieren und beraten lassen.

Für die Palliativversorgung hat Horizont ein Netzwerk von Mitarbeitern. Aber wie können die Angehörigen beim Sterbeprozess hilfreich sein?

Vielfältig. Jeder ist ver-

pflichtete, Erste Hilfe zu leisten. Wir sollten uns auch mit „Letzter Hilfe“ auskennen. Das heißt, dass wir Sterben als Teil unseres Lebens begreifen. Wir sollten wissen, welche Beschwerden auftreten und wie ich sie lindern kann. Wenn man sich damit beschäftigt hat, nimmt das Ängste. Und: Hilfe geben ist einfach. Hilfe anzunehmen, ohne eine Gegenleistung geben zu können, ist viel schwerer. Aber wenn ich es akzeptiere, kann das sehr befriedigend sein.

Wie verhält man sich am besten gegenüber einem Menschen, der einen Verlust zu beklagen hat?

Trauer ist ein komplexer Prozess, je nach Bindung und Beziehung zu dem Toten. Trauer bedeutet nicht nur, niedergeschlagen zu sein. Schaut man genauer hin, entdeckt man, dass hinter dem Gefühl mehr als eine einzige Emotion steckt. Es kann sogar gut sein, gar nichts dazu zu sagen. Das ist besser, als hyperaktiv zu reagieren. Zur Trauerbewältigung bieten wir jeden dritten Dienstag im Monat ein Trauercafé und Einzelbegleitung an sowie besondere Projekte.

Das Palliativnetz Horizont ist für den gesamten Kreis Rendsburg-Eckernförde zuständig. Es bietet Beratung und Betreuung für Patienten sowie für Angehörige. Im Jahr 2021 wurden 350 Menschen im Kreisgebiet betreut. Mehr Infos: <https://palliativnetz-horizont.de>

Hospizwoche

Veranstaltungen

Heute: 17-21 Uhr, Letzte Hilfe Kurs: Was kann ich für die mir Nahestehenden am Ende des Lebens tun? Orzt: Rendsburg, Kaiserstraße 24, in den Räumen von Horizont

Morgen: 19-21 Uhr, Lebe

endlich – wild und gefährlich. Dipl. Psychologe und Psychotherapeut Johannes Vennen, Unterstützung durch Gesund am NOK, Ort: Büdelsdorf, Fährhaus – Hollersche Anlagen, Am Treidelweg 14

Mittwoch: 18-20 Uhr, Workshop: Trauer ist mehr als ein Gefühl. Rendsburg, Kaiserstraße 24

Anmeldung unter der 04331/4639560 oder info@pn-horizont.de