

# Caritas

# Hospizdienst

Zeitschrift des Mobilen Hospizdienstes der Caritas der Diözese St. Pölten

## Mobile Hospizdienste der Caritas in der Diözese St. Pölten

### St. Pölten

Stadt: DSA Elisabeth Riegler  
Mobil 0676-83 844 631  
Land: Gabriele Schrittwieser  
Mobil 0676-83 844 632

### Krems

FSB/B Martina Löffler  
Mobil 0676-83 844 629

### Lilienfeld

DGKS Regina Schmejkal  
Mobil 0676-83 844 636

### Amstetten

DGKS Andrea Koch  
Mobil 0676-83 844 630  
FSB/A Viktoria Scheuch  
Mobil 0676-83 844 634

### Waidhofen/Ybbs

DSA Andrea Hürner  
Mobil 0676-83 844 633  
FSB/A Viktoria Scheuch  
Mobil 0676-83 844 634

### Leitung:

DGKS Elisabeth Haas  
M 0676-83 844 644  
Sekretariat: Christine Umgeher  
T 02742-841 682  
M 0676-83 844 635  
hospiz@stpaelten.caritas.at  
www.hospiz.caritas-stpaelten.at  
www.caritas-stpaelten.at

### Spenden-Konto:

Kennwort: Hospiz  
IBAN:  
AT28 3258 5000 0007 6000  
BIC: RLNWATWWOBG  
Raiffeisenbank Region St. Pölten



Foto: Christine Umgeher

## Spiritual Care

### Eine Annäherung an Spiritualität

**Spiritual Care ist ein moderner Begriff, der im Rahmen der Hospizbewegung und Palliativ Care immer wieder in den Mund genommen, und dessen Bedeutsamkeit sehr eindrücklich unterstrichen wird. In dieser Zeitung möchten wir uns „Spiritual Care“ von verschiedenen Seiten annähern und vielleicht gelingt es, dieses Wort mit Erfahrung, mit Inhalt, mit Leben zu füllen und gleichzeitig sehr sorgsam und kritisch damit umzugehen.**

Was ist „Spiritualität“? Woran denken Sie, wenn sie Spiritualität hören? Ein Gefühl, eine Erfahrung, eine Ahnung kommt recht rasch ins Bewusstsein. Eine Erinnerung an religiöse

Erfahrungen, an Kirche, an Advent in der Familie, ... der Blick in die Welt von einem Gipfel, der Blick in den Himmel, ... das Spüren, von jemandem gehalten, umarmt zu werden, die Wärme und Zufriedenheit beim Halten eines schlafenden Babys, ... um nur ganz wenige Beispiele zu nennen. Diese Bilder sind geknüpft an Gefühle - Gefühle wie Vertrauen, Liebe, Hoffnung, ... aber auch Angst, Ärger, Enttäuschung, Schmerz. Wenn wir nun gefragt werden, woran wir bei Spiritualität denken, versuchen wir diese Bilder, Gefühle und Ahnungen mit dem Verstand in einen größeren Zusammenhang zu bringen, in passende Worte zu fassen ... spätestens dann halten wir inne, ringen um Beschreibungen, die uns

Mehr auf Seite 2 ►

## Definition

**Spiritualität** wird vom Lateinischen mit Geist, Hauch, Atem wie vom Altgriechischen mit Psyche hergeleitet und bedeutet im weitesten Sinne Geistigkeit. Dies kann eine Haltung meinen, ausgerichtet auf Geistiges aller Art oder im engeren Sinn auf Geistliches in spezifisch religiösem Sinn. Spiritualität im religiösen Sinn steht dann auch immer für die Vorstellung einer geistigen Verbindung zum Transzendenten, dem Jenseits oder der Unendlichkeit.

**Care** wird aus dem Englischen übersetzt und meint ein sich kümmern, die Sorge bzw. achtsam sein.

► letztlich doch wieder zu eng werden. Was verbinden Sie mit „Care“? Sorge tragen, füreinander DaSein, ist ein unpopulärer Begriff unserer Zeit. Das Erreichen und Erhalten größtmöglicher Autonomie, Selbstbestimmung und Freiheit sind oberste Ziele in unserer modernen Gesellschaft. Gleichzeitig erleben wir uns aber immer wieder bedürftig, schwach, krank oder gar ohnmächtig und sind in weiterer Folge angewiesen auf die Fürsorge anderer, angewiesen, dass es Menschen gibt, die den Weg mit uns gehen, begleitend und helfend uns zur Seite stehen. Daraus folgt die Herausforderung für uns als Gesellschaft, vor allem aber für uns professionelle Helfer, wie wir diesen Raum zwischen Autonomie und Fürsorge achtsam und würdevoll gestalten wollen. „Spiritual Care“ verbindet nun die beiden Begriffe. Hier entsteht die Idee, füreinander „Da zu Sein“, füreinander zu sorgen und gleichzeitig darauf zu achten, einen Raum der Freiheit, des inneren Dialogs, der Transzendenz zwischen uns wahren. Einen Raum, der Entwicklung zulässt, der Hoffnung wach hält und vor allem vor unachtsamen Übergriffen schützt. „Sorge tragen für das Seelische, ein Auftrag zur Verantwortung“ beschreibt dies

Monika Müller in ihrem Buch „Dem Sterben Leben geben“. Mein Dank gilt Birgit und Andreas Heller, die ihre langjährige Erfahrung in den Artikel „Spiritual Care“ einfließen lassen. Auch Franz Hirsch möchte ich danken, dass er uns bereits viele Jahre als Referent im Lehrgang Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung die Themen Spiritualität, Krise und Reflexion zur Verfügung steht. Ganz besonders dankend erwähnen möchte ich aber die vielen ehrenamtlichen MitarbeiterInnen. Jeden Tag versuchen sie durch ihr DaSein sich auf schwerkranke und sterbende Menschen mit ihren ganz unterschiedlichen Bedürfnissen und Sorgen einzulassen, sie versuchen in der Begegnung diesen „spirituellen Raum“ lebendig werden zu lassen.

**Elisabeth Haas**

### Bitte um ihre Unterstützung!

Um unseren Dienst weiterhin kostenfrei für die Betroffenen anbieten zu können, sind wir auf Spenden angewiesen. – Danke für die Beachtung des Zahlscheines bzw. der Spendenkonto-Nr. auf der Titelseite.

## Interview

# Innere Räume öffnen



Mag. Franz Hirsch

Mag. Franz Hirsch gestaltet seit vielen Jahren die Themen Spiritualität, Krise und Supervision im Lehrgang Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung.

### Haas: Warum ist dieses „spirituell Sein“ in der Hospiz- und Palliativarbeit so wichtig?

**Hirsch:** Um schwerkranke und sterbende Menschen gut begleiten zu können, ist es wichtig, dass ich mich selbst mit einigen Fragen beschäftige: Gibt es in mir, in meinem tiefsten Inneren etwas, was an einen Gott (die Liebe, den Ursprung des Seins,...) glaubt? Gibt es nach dem Tod etwas? Was ist dieses Danach für mich?

Menschen am Lebensende sinnen diesen Fragen nach, stellen sie mit ihrem Leben in Verbindung, versuchen rückblickend das eigene Leben sinnstiftend in das größere Ganze einzubetten. Als Begleiter ist es nun nicht meine Rolle, einen Glauben an eine bestimmte Religion oder Lehre zu bestätigen oder gar in der Sinnfindung helfend da zu sein,

es geht auch nicht um ein Missionieren - es geht viel mehr darum, Raum zu geben, wertfrei über diese Fragen nachdenken und nachsinnen zu können.

### Haas: In den Ausbildungslehrgängen wird viel von und über Spiritualität gesprochen – kann man Spiritualität lernen?

**Hirsch:** Eine mögliche Definition von Spiritualität, die mir gut gefällt: Spiritualität ist, kurz zusammengefasst, die lebendige Beziehung des Menschen zu dem, was in seinem Leben das Wichtigste ist, das sein Leben trägt und diesem Halt gibt und über dieses hinausweist. Es geht darum, die Achtsamkeit diesbezüglich zu schulen, in mein Herz zu hören und vielleicht zu der Erfahrung zu kommen, dass da eine Saite im mir zum Klingen kommt, dass mich im Innersten etwas berührt oder anspricht. Insofern ist Spiritualität üb- und lernbar. Vertrauen und Glauben sind aber nicht machbar - sie sind letztlich ein Geheimnis, ein Geschenk!

# Der Bogen zwischen Himmel und Erde

Immer wieder wird in Büchern von einer unverzichtbaren Einstellung und Haltung in Palliativ Care und Hospizeinrichtungen gesprochen. Kann man also ableiten, dass Helfende „spirituelle“ Menschen sind? Dieser Frage möchte ich in einem Gespräch mit Prälat Franz Schrittwieser nachgehen.

**Haas: Gibt es eine Spiritualität der Helfenden – und woran erkennt man eine spirituelle Haltung?**

**Schrittwieser:** Die Sorge um die Spiritualität ist eine unserer Lebensaufgaben. In ihr finden wir eine tragfähige Motivation für unsere alltägliche Arbeit und können unsere Persönlichkeit entfalten. Sie gibt unserer Arbeit Kraft und Dynamik. Für uns Christen ist Jesus von Nazareth Leitbild und Maßstab. Wenn wir in seinem Geist Menschen begegnen und helfen, werden wir ihre Würde schätzen und ihnen helfen, ihre Probleme zu bewältigen.

**Haas: Gibt es für Sie ein Symbol, eine Metapher, ein Bild ..., das Ihre spirituelle Haltung beschreibt, das diesen Bogen zwischen Himmel und Erde spannt, ein Bild, das Hoffnung, Mut, Trost und Vertrauen in das Leben ausdrückt?**

**Schrittwieser:** Ein Lieblingsbild und Symbol meines Lebens ist die Sonnenblume. Sie erinnert mich an ein Wort von Romano Guardini: „Je froher dein Herz ist, desto heller scheint die Sonne.“ Diese Sonne ist für mich ein liebender Gott, der mich in sein Herz geschlossen hat und der mich auf allen Wegen meines Lebens begleitet. Er gibt mir die Kraft, meine Aufgaben zu bewältigen, er lässt mich Sinn und Ziel meines Lebens finden und gibt mir in den Grenzerfahrungen die hoffnungsvolle Zusage: „Siehe ich mache alles neu!“



Mag. Franz Schrittwieser



# Spiritualität ist Weg und Ergebnis

**Die verschiedenen Entwürfe zu Spiritual Care folgen ethischen Grundprinzipien, die zwar verschieden akzentuiert werden, aber generell bedeutsam sind: Mitgefühl/Empathie, Verantwortung, Absichtslosigkeit, Demut und Dienst. Wiederholt taucht der Gedanke auf, dass das Mitgefühl in der Erfahrung der eigenen Verletzlichkeit gründet.**

An diesem Punkt unterscheiden sich Entwürfe, die stärker von einem therapeutischen Beziehungsrahmen bestimmt sind, von jenen, die den kranken und sterbenden Menschen auf derselben „Augenhöhe“ begegnen. Es ist ein großer Unterschied, ob sich der Blick auf Defizite richtet oder den betroffenen Menschen auch als Spiegel des eigenen Weges wahrnimmt. Das Prinzip der Würdigung, von dem auch immer wieder die Rede ist, ist grundsätzlich nur realisierbar, wenn Menschen sich auf derselben Ebene begegnen. Kranke und Sterbende würdigen heißt ihnen in einer symmetrischen Beziehung, authentisch, offen und einfühlsam begegnen. Kranke und Sterbende unterscheiden sich nur periphär von anderen sich gesund wahnenden Menschen. Alle teilen das ausrinnende gemeinsame Leben miteinander im Bewusstsein, Gäste des Lebens zu sein. Im Miteinander sprechen, im gehaltenen Schweigen kann eine Ahnung einer anderen Dimension des Lebens entstehen.

Spiritual Care verfolgt hohe Ziele und kann zu einem Überforderungsprogramm für alle Beteiligten ausarten. Wird Spiritualität zur Leistung in der Sterbephase? Welche Rolle sollen Therapieangebote in der Begleitung sterbender Menschen spielen? Da ist die Rede von menschlichem und geistlichem Wachstum, Hoffnung, Versöhnung, Bewahrung der Würde, Integration, Ganzheit und Friede. Man wird geradezu geblendet und eingeschüchert von diesem Blitzlicht religiös-spirituellem Vollkommenheitsrhetorik. Dieses Idealbild des spirituell vollendeten Menschen als Leitbild von Spiritual Care auszugeben, ist eine maßlose Überforderung. Derartige Idealbildungen sind aus vielen religiösen Traditionen überliefert, allerdings verknüpft mit dem Ringen eines ganzen Lebens,



wenn nicht einer ganzen Kette von Existenzen. Es ist modern geworden, das Streben nach Weisheit mit Spiritualität zu verzahnen. Weder das eine noch das andere kann jedoch an das Lebensende oder an das Alter delegiert werden. Spiritualität ist Weg und Ergebnis eines lebenslangen Prozesses, der nicht erst in der Phase der Krankheit oder des Sterbens beginnt. In den religiösen Traditionen wird das ganze Leben als ein spiritueller Weg gesehen. Es gibt keine Abkürzungen. Der Vorgang des Alterns hat wohl ebenso viel mit dem vorangegangenen Leben zu tun, wie es vom Sterben behauptet wird. Nur vereinzelt werden Ziele dieser Art in der Spiritual Care-Literatur heruntergeschraubt, etwa mit dem Hinweis, dass die Orientierung am sterbenden Menschen der einzige Maßstab für Spiritual Care sein kann. Wenn Spiritual Care diese Grenze überschreitet, entgleist sie zu einem therapeutisch ausgerichteten Spiritualisierungsprogramm. Auch wenn die Todesnähe häufig Sinnfragen provoziert und das Sterben zu einem Prozess der Selbst- und Sinnsuche werden kann, ist es fragwürdig, wenn das Sterben zur letzten „Lebens-Karriere“ stilisiert wird.

Die beliebten Stufenschemata einer spirituellen Entwicklung führen zu normati-

ven Idealbildungen und moralischen Bewertungen. Menschen, die auf den unteren Stufen einer so gedachten Entwicklung stehen bleiben, sind zu bedauern, oder zu erziehen. Stufen suggerieren eine kontinuierliche Aufwärts- bzw. Abwärtsbewegung, die stark von einem linearen naturwissenschaftlichen Modell fortschreitender evolutiver Entwicklung geprägt ist. Menschliches Leben bleibt immer ein Fragment, der Traum von der Ganzheit bedeutet für die meisten Menschen einen Lichtstreifen am Horizont. Für individuelle Integrität und Stabilität gibt es im menschlichen Leben keine Garantie. Der Erfahrungsalltag lehrt, dass gutes Sterben nicht machbar, nicht manipulierbar ist. Wir Menschen leben nicht nach Schema und wir sterben nicht nach Schema. Hoffentlich sterben wir nicht den Tod, der an der Klinik oder im Hospiz angestellt ist (R.M. Rilke). Das friedliche, versöhnte, integrierte Sterben kann zum Maßstab eines alle überfordernden Sinnfindungsterrorismus werden, einer Zwangsvorstellung von Spiritual Care, die alle beschädigt. Es muss Platz sein für menschliche Not und abgrundtiefe Verzweiflung, für die Widersprüche des Lebens, die nicht lösbar sind, für die laute Klage und die Trostlosigkeit der Tränen und all das, was unvollendet bleibt, das sich nicht sedieren lassen sollte, ohne

# eines lebenslangen Prozesses

dass Menschlichkeit verlorengeht. Wie viel in unserem Leben bleibt angesichts des Todes unvollendet, ungelebt, offen und sehnsuchtsvoll leer und lässt sich im Sterben nicht mehr entwickeln. Aber: Wer wird schließlich bestreiten, dass nicht auch in den Fragmenten eines scheinbar gebrochenen Lebens der Glanz einer spirituellen Dimension aufleuchten kann?

## Zur Funktion von Spiritual Care

Spiritual Care erfüllt verschiedene Funktionen, die klar hervortreten, wenn die Frage gestellt wird, wem Spiritual Care dient. Steht Spiritual Care im Dienst klinischer Interessen, wird Spiritualität instrumentalisiert. Seitdem zahlreiche Studien positive Auswirkungen von Religion und Spiritualität auf die mentale Verfassung kranker Menschen, auf ihre Anpassungsfähigkeit und den Bedarf an Schmerzmitteln usw. vermelden, interessieren sich sogar die Krankenkassen dafür. Wen wundert das, wenn es stimmen sollte, dass spirituelle Menschen weniger Kosten verursachen. Das in den letzten Jahren stetig wachsende medizinische Interesse an Religion und Spiritualität kann durchaus in dem Bemühen wurzeln, Patient/inn/en als ganze Menschen wahrnehmen zu wollen. Manchmal entsteht jedoch der Verdacht, dass die zu erwartende Coping-Funktion im Vordergrund steht, gelten doch religiöse Menschen als therapeutisch belastbarer, konsensbereiter und zufriedener. Sie scheinen einfach pflegeleichter zu sein, weniger Ressourcen zu beanspruchen und zu verbrauchen, weil unterstellt wird, dass sie besser und gefasster, sinnbezogen mit Krankheit und Sterben zu Recht kommen.

Professionelle Sinnvermittlung wird zur Karikatur spiritueller Begleitung, wenn Sinn und Hoffnung wie Beruhigungsmittel verfügbar gemacht werden sollen. Wird Spiritual Care als etwas verstanden, das verabreicht wird, so ist das eine Folge des klinischen Zugangs. Auf assessment-Verfahren zur Erhebung der spirituellen Bedürfnisse/Defizite und anschließender Diagnose folgen Management und Symptomkontrolle, die durch bestimmte Interventionen sichergestellt wird, die wiederum spezifische skills erfordern. Spiritualität wird zum Instrument, mit dem

ein Mensch in einer kritischen oder der letzten Phase des Lebens von außen manipuliert wird. Bemühungen um Spiritual Care müssen sich daher kritisch befragen lassen, ob sie nicht dazu dienen, Menschen in eine letzte Anpassungs- und Unterwerfungsbereitschaft an Therapie und Organisation zu bringen. Im Gegenteil – spirituelle Bedürfnisse von kranken und sterbenden Menschen auf- und ernst nehmen verlangt den „care-givers“ ab, ihre professionellen Standards im Behandlungsverlauf befragen zu lassen und darauf abzustimmen. Spirituelle Bedürfnisse hängen zusammen mit körperlichen, psychischen und sozialen Bedürfnissen. Sie wirken sich daher aus auf Wünsche und Entscheidungen in Hinblick auf medizinische Maßnahmen und deren Unterlassung – das kann eine große Herausforderung sein. Spiritualität ist kein Placebo, sondern hält Räume offen. Spiritual Care als Haltung der Resonanzfähigkeit und Offenheit für existentielle Nöte und Wünsche, für Fragen oder aber Entscheidungen bedarf keines Assessments.

Spiritual Care kann eine große Entlastung für die Professionellen bedeuten – oft scheint die eigene Auseinandersetzung mit Spiritualität wichtiger zu sein als die Notwendigkeit einer spirituellen Sorge für die Kranken und Sterbenden. Die Faszination der Professionellen an Spiritual Care mag zu einem Gutteil in dem eigenen Bedürfnis nach Spiritualität wurzeln, das sich angesichts der ständigen Konfrontation mit der Fragilität des Lebens verstärkt. Berufsgruppen, die sich für kranke und sterbende Menschen engagieren, interessieren sich vermutlich deshalb für Spiritual Care, weil sie durch eine durchaus legitime Selbstsorge motiviert sind, sich mit ihrer eigenen Spiritualität auseinanderzusetzen. Viele von ihnen betrachten den Schutz vor dem Burnout als eine wichtige Funktion von Spiritual Care.

Die Frage, inwiefern Spiritual Care, den betroffenen Menschen dient, ist schwer zu beantworten. Die Antwort hängt von verschiedenen Faktoren ab. Bezogen auf die allgemeinste Ebene von Spiritual Care ist die Würdigung eines individuellen Lebens und darüber hinaus die Haltung

des Respekts vor einem spirituellen Lebensentwurf insofern grundlegend, als der einzelne Mensch dadurch aus der Rolle des Patienten/der Patientin herausgelöst wird. Wie viele Menschen in Phasen der Krankheit und am Lebensende tatsächlich (klinische) „spiritual caregivers“ brauchen, ist unklar. Was kranke und sterbende Menschen jedoch alle benötigen, sind ein Schutzraum und die Stärkung der menschlichen Persönlichkeit. Garant dafür wird nicht die klinische Ausrichtung von Spiritual Care sein, sondern viel eher eine „health promoting spiritual care“ (Alan Kellehear), die den Menschen vor entwürdigenden Zugriffen, vor Verrechnbarkeit und Kontrolle schützt und Sand im Getriebe des qualitätskontrollierten Sterbens ist. Eine Brücke baut in einen Transzendenzraum, der das menschliche Leben übersteigt.

**Birgit Heller & Andreas Heller**



Prof. Dr. Andreas Heller hat den Lehrstuhl für Palliative Care und Organisationsethik an der IFF-Fakultät der Universität Klagenfurt, Wien, Graz

Prof. DDr. Birgit Heller lehrt und forscht am Institut für Religionswissenschaft der Universität Wien.

Gemeinsam haben sie jüngst das Buch *Spiritualität und Spiritual Care*, Bern: Huber 2014 geschrieben

# Nun sind wir gut angekommen!

Seit 11 Jahren gibt es nun den Mobilen Hospizdienst der Caritas der Diözese St. Pölten in Lilienfeld, und von Anfang an war das Suchen und Finden geeigneter Räumlichkeiten für Büro und Teamaktivitäten nicht ganz einfach. Nach einigen Übersiedelungen sind wir nun in der Liese Prokop Straße der Stadt Lilienfeld, im Obergeschoss des Finanzamtes, gut angekommen. In den großen, hellen, trockenen Räumen lässt es sich gut arbeiten, Gespräche führen, kreativ sein und verweilen.

Das neue Beratungszentrum der Caritas wurde am 13. Juni 2014 eröffnet. „Liese Prokop, die ehemalige Landeshauptmann-Stellvertreterin war es auch, die mehrere Dienstleistungen gemeinsam mit der Caritas entwickelt bzw. weiterentwickelt hat“, so Caritasdirektor Friedrich Schuhböck.

Nun sind hier fünf Caritas Dienste untergebracht, die früher an mehreren Standorten in der Stadt Lilienfeld verteilt waren: PsychoSozialer Dienst und Club Aktiv für Menschen mit psychischen Erkrankungen, die Familienberatungsstelle Rat und Hilfe, die Dienste der Beruflichen Integration, wo lernschwache Jugendliche und junge Menschen mit Behinderungen, Eltern und Arbeitgeber bei der Lehre und am Arbeitsplatz beraten und begleitet werden und der Mobile Hospizdienst, der schwerkranke Menschen zu Hause, in Heimen und Kliniken begleitet.

## Weiterbildung: Kindertrauer

Das Team der ehrenamtlichen MitarbeiterInnen hat auch den großen Seminarraum bereits gut nutzen können: Zum einen für die monatlichen Teambesprechungen, und zum anderen für einen Weiterbildungstag zum Thema Kindertrauer am 30. August 2014.

Wir schlüpfen für einige Zeit wieder in die Rolle eines Kindes. Wir erfuhren, was es heißt, wenn Kinder verschiedener Altersgruppen trauern. Uns wurde bewusst, wie ungezwungen und natürlich Kinder auf Verluste reagieren, im Gegensatz zu uns Erwachsenen. Mit verschiedensten Methoden können wir sie in dieser Zeit unterstützen. Dies sind in erster Linie sehr kreative Gestaltungsmöglichkeiten, die wir sogleich ausprobierten. Wir bemalten Grabkerzen, zeichnten unsere Gefühle auf Granitsteine, schrieben unsere Gedanken in unsere Köpfe, und noch vieles mehr. Aber auch über Filme und Musik findet man Zugang zu den Kindern, wo wir ebenso hineinschnuppern konnten.

Es war ein sehr erlebnisreicher, informativer, kreativer Tag. Ein herzliches Dankeschön an Fr. Elke Kohl, Kinder- und Jugendtrauerbegleiterin, die uns durch diesen Tag begleitete.

**Elisabeth Haas  
Elisabeth Riegler**



Fotos: Privat, Fotolia.de

# Ein Licht in der Dunkelheit am Heiligen Abend

Als ich Herrn S. im November vorigen Jahres mit einer Caritas-Mitarbeiterin besuchte, war ich sehr gespannt, was mich bei meinem ersten Einsatz als Trauerbegleiterin erwartet und was daraus werden wird.

Herr S. ist 89 Jahre alt und hatte vor kurzem nach 62 Ehejahren seine geliebte Gattin verloren. Er fühlte sich sehr alleine gelassen, denn er hat keine Familienangehörigen in der Nähe. Es gibt Enkelkinder, und er würde auch nie wegziehen, wie er mir versicherte. Da er kaum Hilfe annehmen wollte, musste ich mich in Gesprächen vorsichtig annähern, hörte vor allem viel zu, damit er sich seinen Kummer von der Seele reden konnte. Dabei erfuhr ich viel über sein Leben. Bei Tee und manchmal auch Kuchen, den ich mitbrachte, verbrachten wir zwar nur einmal pro Woche eine kurze, aber intensive Zeit.

Seine Stimmung war unterschiedlich, die dunklen November- und Dezembertage und -nächte waren eine besonders schwere Zeit für ihn. Er sprach plötzlich vom Herrgott und dass er schon glaubt, dass dieser über ihn wache und seine Gattin auf ihn warte. Vor Weihnachten kam das Gespräch auf den bevorstehenden Heiligen Abend und dass er auf jeden Fall die Christmette besuchen möchte. Mir war sofort klar, dass ich mir hierzu etwas überlegen musste. Denn Herr S. war sehr schlecht zu Fuß, wollte keine Gehhilfe verwenden und man konnte ihn nicht alleine zur Kirche fahren lassen – schon gar nicht am Heiligen Abend. Ich sagte vorerst nichts dazu und überlegte tagelang, wie ich den Heiligen

Abend innerhalb meiner Familie und den Besuch bei den Großeltern umgestalten könnte, um ihm diesen Wunsch zu erfüllen. Als dies klar war, teilte ich ihm beim nächsten Besuch mit, dass ich am Heiligen Abend kommen und ihn zur Mette begleiten werde. Seine Augen leuchteten ein wenig.

Am Heiligen Abend läutete ich dann um 22 Uhr an seiner Wohnungstür. Er hatte schon gewartet. Ein Nachbar hatte ihm bereits einen Teller mit Brötchen vorbeigebracht, auch ich brachte Kekse – die wollte er erst essen, wenn er wieder zu Hause ist. Ich merkte, dass er aufgeregt war, mir ging es ebenso. Da er sich zuvor die Zehe angeschlagen hatte, war er in roten Socken und Sommersandalen unterwegs, weil er mit seiner verletzten Zehe den Schuh nicht anziehen konnte. Dies hielt uns jedoch nicht von unserem Vorhaben an diesem besonderen Abend ab. Mit dem Taxi fuhren wir zur Kirche. Wir waren so rechtzeitig da, dass wir uns wirklich auf die Musik und das Gebet konzentrieren konnten. Die Mette war sehr feierlich und wir waren ein Teil davon. Das war ein erhebendes Gefühl und ein schönes Erlebnis.

Inzwischen ist beinahe ein Jahr vergangen. Wir haben viel Gemeinsames erlebt und besprochen, aber vor allem besuchen wir jede Woche das Grab seiner Gattin. An diesen regelmäßigen Besuchen liegt ihm sehr viel.

Herr S. wartet jedes Mal schon darauf, dass ich komme. Ich hoffe, dass ich ihm mit meinen Besuchen noch lange ein kleines Licht in seine Dunkelheit bringen kann.

**Friederike Herzog**



# Ehrenamtliche tanken Energie im Erlebnisgarten

Anita Kiefer im Gespräch mit einer ehrenamtlichen Mitarbeiterin des mobilen Hospizdienstes in Krems.

**Im Sommer haben Sie gemeinsam mit anderen ehrenamtlichen Mitarbeitern aus Krems einen Ausflug zu den Kittenberger Erlebnisgärten und einem Heurigen gemacht. Wie haben Sie den Ausflug erlebt? Worüber haben Sie sich mit den anderen Ehrenamtlichen ausgetauscht?**

**Waldtraut Baumgartner:** Dieser Ausflug war ein Saisonabschluss für uns. Die Stimmung war total nett. Wir haben Energie aufgetankt und der Ausflug hat uns viel Kraft gegeben. Für uns war das ein Urlaubstag. Auch die jährliche Weihnachtsfeier stärkt uns als Team und gibt uns Kraft für die Begleitungen.

**Welche Gelegenheiten gibt es für Sie, über**

**Ihre Begleitung zu sprechen, wenn Sie das Bedürfnis danach haben?**

**Baumgartner:** Wir haben monatliche Treffen, alle drei Monate ist auch eine Supervisorin anwesend. Bei diesen Treffen wird sehr wohl viel über Begleitungen gesprochen. Auch bei der Supervision ist sehr viel Zeit, um zu reden. Das Verhältnis unter allen Ehrenamtlichen ist sehr herzlich. Einige haben bestimmt auch Freundschaften untereinander, ich treffe mich aber privat noch mit niemandem, weil ich mit meiner Familie und der Begleitung voll ausgelastet bin.

**Sie sind jetzt ein Jahr lang ehrenamtliche Mitarbeiterin in der Hospizarbeit. Wie sehen Ihre Erfahrungen bisher aus?**

**Baumgartner:** Die Erfahrung, Abschied nehmen zu müssen, habe ich noch nicht gemacht. Sie ist eine 90-jährige Frau, die schwer krank ist, aber geistig sehr fit. Ich kann mich mit ihr über alles austauschen. Es ist eine schöne Aufgabe, und es kommt irrsinnig viel zurück.

Sie ist meine erste und bisher einzige Begleitung. Ich bin oft zwei Mal pro Woche bei ihr auf der Palliativstation, bis zu vier Stunden lang. Sie hat mich sehr ins Herz geschlossen. Sie möchte sogar, dass ich Großmutter zu ihr sage. Auch für mich und unser Team ist es immer wieder eine Herausforderung, den Willen des Patienten auszuhalten und ihn auf seinem letzten Weg zu begleiten.

**Sie haben den Hospiz-Lehrgang absolviert, um sich mit Tod und Trauer auseinanderzusetzen. Dabei konnten sie auch über den Abschied von ihrer Mutter reden.**

**Baumgartner:** Meine Mutter ist 2007 gestorben. Ich hatte ein sehr gutes Verhältnis zu ihr. Aber ich war nicht dabei, als sie gestorben ist – und ich habe das nicht gespürt. Heute sage ich zu mir, dass sie gar nicht wollte, dass ich dabei bin, eben weil wir ein so gutes Verhältnis hatten. Jetzt denke ich, dass ich ihren Tod sehr gut verarbeitet habe.



Waldtraut Baumgartner (Bildmitte) mit ehrenamtlichen MitarbeiterInnen des mobilen Hospizdienstes Krems beim Ausflug in die Kittenberger Erlebnisgärten in Schiltern.



# Team Amstetten: Mit dem Herzen hinhören

Amstetten

Auer Leopoldine  
Bauer Theresia  
Brunner Anna  
Csasar Manuela  
Enengl Maria  
Frommhund Ulrike  
Gangl Elisabeth  
Gangl Maria  
Grabenschweiger Johann  
Hackl Anna  
Haselmayer Johanna  
Honeder Anna  
Hözl Irene  
Kaltenböck Theresia  
Kienbacher Karin  
Kössl Maria Anna  
Krondorfer Auguste  
Lampersberger Anita  
Lehner Leopoldine  
Lenz Elisabeth  
Maiss Elfriede  
Marchsteiner Sr. Reintraud  
Neuwirth Sigrid  
Oberleitner Roswitha  
Plöckl Martina  
Rosenthaler Maria  
Schmidinger Werner  
Schön Ingrid  
Schwarz Anna  
Seibezeder Elisabeth  
Sperr Rita  
Steinböck Gerlinde  
Steiningger Dr. Ester  
Stini Christa  
Stix Margarete  
Stumberger Waltraud  
Treitler Josefa  
Wagner Johanna  
Wagner Rosemarie  
Weis Rosemarie  
Wurm Margarete

41 ehrenamtliche Mitarbeiterinnen im Bezirk Amstetten versuchen aus diesen Worten Taten werden zu lassen. Oft werden wir gefragt: Was tun wir denn da – am Krankenbett? Wie kann man sich das vorstellen – begleiten? Leo Tolstoi hat versucht, dieses Geheimnis, dass wir uns lebendig und bejaht, wertvoll und geliebt fühlen, wenn wir ganz bei uns selbst und gleichzeitig ganz mit der Aufmerksamkeit bei dem Menschen, der uns gegenübersteht sind, in Worte zu fassen. Die Erfahrung dieses Geheimnisses ist nicht machbar - es ist ein Geschenk und immer wieder blitzt dieses Geheimnis im Rahmen eines Besuches bei sterbenden Menschen auf. Begleiten kann vieles bedeuten - in Beziehung sein, Ohnmacht und Leid mittragen, Angehörige entlasten, Auszeiten ermöglichen, das Leben reflektieren, letzten Wünschen Raum geben - aber immer ist das DaSein ein mit dem Herzen hinhören, wie es ein Zitat aus unbekannter Quelle formuliert:

**„Ein betagter Mensch braucht keinen Ballast, sondern ein hörendes Herz.“**

Die wichtigste Stunde in unserem Leben ist immer der gegenwärtige Augenblick. Der bedeutsamste Mensch in unserem Leben ist immer der, der uns gerade gegenübersteht. Das notwendigste Werk in unserem Leben ist stets die Liebe.

**Leo Tolstoi**



# 10 Jahre Hospizdienst Waidhofen an der Ybbs

„Des Lebens Ruf  
an uns wird  
niemals enden“

(H. Hesse,  
Die Stufen)

und „Von guten  
Mächten wunderbar  
geborgen“

(D. Bonhoeffer)

sind Haltungen,  
die uns und  
unsere Arbeit  
prägen und leiten.

Etwas ganz Wesentliches in der Begleitung von Menschen ist, uns wahrzunehmen, immer wieder zu spüren, was uns selber trägt und stärkt. Dieses Innehalten, Andocken, Danken und Feiern stand im Zentrum des Festes anlässlich 10 Jahre Mobiler Hospizdienst der Caritas in Waidhofen/Ybbs am 15. September 2014 in Konradshaus.

2004 startete der Mobile Hospizdienst in Waidhofen an der Ybbs. Die „Gründerzeit“ bestand aus Herbergssuche, ersten Kontaktaufnahmen mit den Institutionen, ersten Begleitungen, Öffentlichkeitsarbeit und von Beginn an monatlichen Treffen der sieben ehrenamtlichen MitarbeiterInnen. Als Team haben wir in diesen ersten Jahren gemeinsam starke Wurzeln

entwickelt ... „jedem Anfang wohnt ein Zauber inne“ ...!

„Heute besteht das Team aus 16 Freiwilligen, darunter zwei Männern“, freuen sich die beiden hauptberuflichen Koordinatorinnen Andrea Hürner und Viktoria Scheuch.

Bei der 10-Jahres-Feier im haus.konradshaus dankten Anton Lueger, Vizebürgermeister der Stadt Waidhofen, Sonja Thallinger vom Landesverband Hospiz NÖ, Karin Thallauer, Leiterin des Bereiches Familie und Pflege und Elisabeth Haas, Leiterin des Hospizdienstes, den ehrenamtlichen MitarbeiterInnen für ihr Engagement und wünschten ihnen viel Kraft und Freude für ihr weiteres DaSein an der Seite schwerkranker und sterbender Menschen.

## Daten und Fakten seit 2004

Zahl der Begleitungen:	375 Personen
ehrenamtliche Einsatzstunden:	3.115 Stunden
Begleitungsstunden gesamt:	5.255 Stunden
(hauptamtliche und ehrenamtliche MitarbeiterInnen)	



10 Jahre Mobiler Hospizdienst der Caritas in Waidhofen. Bei der Feier in Konradshaus (v. l. vorne): Viktoria Scheuch und Andrea Hürner, Hospiz Koordinatorinnen in Waidhofen, Elisabeth Haas, Leitung Caritas Hospizdienst, Karin Thallauer, Leitung Caritas Familie und Pflege und die beiden ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen Consita Forster und Leopoldine Dieminger. 1. Reihe (v. l.) ehrenamtliche Mitarbeiterinnen Hanna Leichtfried-Junker, Maria Waser, Gerti Herzog, Renate Poustka, Ingrid Kefer, Margit Baumgartner, Elfriede Fehring, Gertraud Schatz, Pfarrer Franz Obermaier und Sonja Thallinger vom NÖ Hospizverband. 2. Reihe (v. l.) ehrenamtliche Mitarbeiterinnen Renate Schiefer, Monika Pöllinger, Ernst Leichtfried und Hans Hönickl sowie Vizebürgermeister Anton Lueger. Musikalisch umrahmt wurde die Feier von der Musikgruppe Ybbsklang.





# Trauer Leben

„Trauer ist nichts Pathologisches, sondern zutiefst menschlich. Dafür muss in der Gesellschaft, aber auch im Leben des einzelnen Menschen bewusst Raum geschaffen werden“, betonte Landau am 30. September 2014 bei einer Podiumsdiskussion im Rahmen eines Fachsymposiums der im Vorjahr gegründeten „Bundesarbeitsgemeinschaft Trauerbegleitung“ (BAT) zum Thema „Trauer Leben“ im Wiener Kardinal-König-Haus vor über 150 Teilnehmern.

Mit der Gründung der BAT vor einem Jahr habe man laut Landau bewusst versucht, das Thema Trauer ein Stück weit in die Gesellschaft hineinzutragen, um „Tabus zu brechen und eine Kultur des Lebens zu befördern, zu der auch eine Kultur des Sterbens dazugehört: Eine Kultur der Solidarität mit den Sterbenden bis zum Schluss, aber auch eine

Kultur der Solidarität mit den Trauernden, die ein Recht darauf haben, ihre Trauer individuell zu leben, weil Trauer so verschieden ist wie die Menschen.“

Im Zentrum der Entwicklung der ehrenamtlichen Hospizbegleitung in der Caritas der Diözese St. Pölten steht von Beginn an (seit 1996) den betroffenen Menschen - sowohl Schwerkranken, Sterbenden und deren Angehörigen, als auch Trauernden - kompetente Unterstützung und Begleitung anbieten zu können. Um auf die individuellen Bedürfnisse eingehen zu können, gibt es ganz unterschiedliche Angebote (siehe letzte Seite). Die Lehrgänge Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung beinhalten sowohl die Befähigung zur ehrenamtlichen Hospizbegleitung als auch einen Schwerpunkt für Trauerbegleitung

---

## Landesverband Hospiz NÖ

### Hospizenquete 2014

Der Landesverband Hospiz NÖ veranstaltete am 8. Oktober 2014 seine 13. Hospizenquete mit dem Titel „Wer spricht für mich, wenn ich nicht mehr kann“ im Landtagssaal in St. Pölten. Am Vormittag gab es Vorträge von fünf hochkarätigen ReferentInnen unter Bezugnahme auf den Menschen und seine Wünsche, Bedürfnisse und Rechte bis zuletzt. Der Nachmittag wurde mit Workshops, die teilweise eine Vertiefung der Vormittagsthemen waren, abwechslungsreich gestaltet.

### Veranstaltungen 2015

#### So 01. März 2015

Im Congress Casino Baden findet um 11.00 Uhr eine zauberhafte Benefizmatinee mit dem bekannten Künstler Tricky Niki statt.

#### Mi 18. März 2015

2. Kinderhospiz-Enquete, Stadtgalerie Mödling

Infos unter [www.hospiz-noe.at](http://www.hospiz-noe.at)

### Bundesarbeitsgemeinschaft Trauerbegleitung (BAT)

Trauer hat viele verschiedene Gesichter. ‚Trauer Leben‘ will dazu ermutigen, Verluste und Abschiede als untrennbar mit unseren Lebenswegen anzuerkennen.

Trauerbegleitung ist auch eine der Kernaufgaben der Hospiz- und Palliativbegleitung.

2013 wurde vom Bildungszentrum der Jesuiten, Caritas der Erzdiözese Wien, Dachverband Hospiz Österreich, österreichische Caritaszentrale, Österreichische PastoralamtsleiterInnen Konferenz und Österreichischem Roten Kreuz die Bundesarbeitsgemeinschaft Trauerbegleitung ins Leben gerufen und will durch Zusammenarbeit und dem Schaffen gemeinsamer Qualitätskriterien für Ausbildung von Trauerbegleitung in Österreich eine gemeinsame Basis schaffen. Sie will ein Forum sein, das dazu anregt, Menschen auf ihren unterschiedlichen Trauerwegen gut wahrzunehmen und – wenn gewünscht – entsprechend zu begleiten und zu unterstützen. [www.trauerbegleiten.at](http://www.trauerbegleiten.at)

## Trauerangebote des Mobilien Hospiz- dienstes der Caritas der Diözese St. Pölten

### Mut zur Trauer

Nicht immer gibt es im persönlichen Umfeld Menschen, mit denen man die Trauer in all ihren Gefühlen und Lebensfragen teilen und besprechen kann. Das Gefühl für Zeit ist für jeden Menschen anders, das gilt ganz besonders für Trauernde. In der Begleitung von Trauernden ist uns ganz wichtig, den individuellen Bedürfnissen - Trauern, sich erinnern, Weinen, sich jemandem Anvertrauen aber auch allein zu sein - Raum und ausreichend Zeit zu schenken. Sowohl der persönlichen Einzelbegleitung als auch in einer Trauergruppe werden über einen längeren Zeitraum die Erfahrungen geteilt und in einem vertrauten Rahmen persönliche Ressourcen neu entdeckt. Bei Trauerspaziergängen und Wanderungen wird durch das gemeinsame Gehen in der Natur an die lieben Verstorbenen gedacht. Die persönliche Einzelberatung bietet unverbindliche Entlastungsgespräche. Oft fehlt die Kraft, aufzustehen und sich Unterstützung zu holen, so gibt es auch das Angebot eines Trauertelefons. Zweimal in der Woche steht somit all jenen Menschen ein Angebot offen, welche die persönlichen Trauerangebote (noch) nicht in Anspruch nehmen können oder möchten. Durch einen Anruf erfahren sie anonym Entlastung und Unterstützung. Das Trauertelefon kann im Akutfall unmittelbare Hilfestellung geben, stützen und ein wenig Beistand geben. Wenn die Trauer übermächtig und die Einsamkeit spürbar wird, kommen die



Foto: Privat

### Der 34. Lehrgang Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung wurde am 18. Oktober 2014 im Bildungshaus St. Hippolyt erfolgreich beendet.

Die TeilnehmerInnen: Adelheid Blauensteiner, Gabriele Ecker, Elisabeth Fahrnberger, Stefanie Friedl, Shakiri Juen, Maria Lechner, Waltraud Lechner, Sonja Lehner, Gabriele Mitterbauer, Tanja Münichsdorfer, Elisabeth Nessler, Brigitte Schiep, Petra Schiffauer, Astrid Schindler, Erich Schwanzelberger, Joachim Schweigl, Clara Marcela Vargas Rodriguez, Bettina Voltmann, Emma Wyhlidal

Erinnerungen an vergangene Zeiten hoch, mit all ihren Höhen und Tiefen. Die momentane Situation wird bewusster: wie wird, wie kann es weitergehen? Gerade in solchen Situationen tut es gut, dass jemand DA ist. Jemanden zu wissen, der einfach nur zuhört und vielleicht ein wenig unterstützen kann, einen Weg aufzuzeigen, um die nächsten Schritte gehen zu können.

### Trauertelefon

Jeden Di und Do von 18.00 bis 20.00 Uhr ist unter der Nummer 0676-83 844 299 eine Mitarbeiterin des Mobilien Hospizdienstes erreichbar. So ist es auch anonym möglich, Entlastung und Unterstützung zu bekommen.

### Offene Trauergruppe für Eltern, die um ihr Kind trauern

**Wann:** jeden ersten Montag im Monat um 17.30 Uhr  
Beratungszentrum Caritas St. Pölten, Schulgasse 10

**Begleitung:**  
Christine Schubert, Lebens- und Trauerbegleiterin,  
[www.christineschubert.at](http://www.christineschubert.at)

### Geschlossene Trauergruppen

Amstetten und St. Pölten  
im Frühjahr 2015

### Trauerspaziergänge

St. Pölten, Krems, Amstetten,  
Waidhofen/Ybbs: Frühjahr 2015

**Infos und Anmeldung zu allen Angeboten: Christine Umgeher, 0676-83 844 635**

### HOSPIZförderverein Amstetten

startet im Frühling 2015 eine Vortragsreihe über Demenz. Näheres zu den Terminen: [www.hospizfoerderverein.at](http://www.hospizfoerderverein.at) oder Tel.: 0699 111 24 815 oder [hospizverein.am@gmx.at](mailto:hospizverein.am@gmx.at)

### Lehrgang Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung

#### St. Pölten:

Beginn: Fr 27. März 2015  
Infoabend: Fr 30. Jänner 2015  
Hiphaus, Anmeldung erbeten

#### Seitenstetten:

Start: Fr 18. September 2015  
Infoabend: Mo 29. Juni 2015  
Amstetten, Burgfriedstraße 10

### Impressum

Medieninhaber und Herausgeber:  
Caritas der Diözese St. Pölten,  
3100 St. Pölten, Hasnerstraße 4  
Mobiler Hospizdienst,  
3100 St. Pölten, Schulgasse 10  
Tel.: 02742/841-682  
[www.caritas-stpoelten.at](http://www.caritas-stpoelten.at)  
[www.hospiz.caritas-stpoelten.at](http://www.hospiz.caritas-stpoelten.at)

Redaktion: Elisabeth Haas, Christine Umgeher, Anita Kiefer, Karl Lahmer  
Grafik: Tanja Gastegger  
Druck: druck.at  
P.b. Erscheinungsort:  
Verlagspostamt St. Pölten