

STERBEN - eine Realität in unserem Alltag

Impressum



Diakonische Stadtarbeit Elim

Claragraben 141
CH - 4057 Basel
Tel. +41 (0) 61 681 14 24
Fax. +41 (0) 61 683 93 83
info@elimbasel.com
PC 70-55379-2
BLKB 16 4.320.827.22

Geschäftsleitung: Urs Gerber

Redaktion: Monika Vökt

Redigierung: Urs Gerber
Monika Vökt

Layout: Monika Vökt
Samuel Rink

Fotos: Elim
unsplash.com

Auflage: 700 Exemplare

Beilagen: Einzahlungsschein

Hoffnung, die trägt

Liebe Leserin, lieber Leser

„Sterben“ - Sicher wundert sich der eine oder andere von Euch, warum wir uns für dieses herausfordernde Thema entschieden haben. Unsere Gassenarbeiterin Vera Klaunzer berichtete mir vor kurzem, dass sie das Thema „Sterben“ im vergangenen Jahr auf der Gasse sehr beschäftigt hat. Das war der Auslöser für diese Ausgabe. Sie hat ihre Gedanken in einem sehr persönlichen Artikel zusammengefasst, den Ihr auf S. 3 lesen könnt. Auf S. 2 findet Markus Röthlisberger einen ganz anderen Zugang zum Thema.

Das Thema Sterben geht uns allen nahe und wir sind dem Tod schon in der einen oder anderen Form begegnet. Ich werde nie mehr vergessen, wie ich mich vor fünf Jahren von meiner Mutter verabschiedet hatte. Sie litt unter Enddarmkrebs. Meine Mutter, mein Vater und auch ich glauben an Jesus. Er ist das Fundament unseres Lebens. Wir haben zusammen mit vielen Freunden und der Gemeinde meiner Eltern gebetet, gefleht, ein Wunder erwartet, weil wir tief überzeugt waren und sind, dass unser Gott Wunder tun kann. Leider griff Gott hier nicht ein. Nach 1 1/2 Jahren und der abgebrochenen Chemo machte meine Mutter einen Scan mit dem Resultat, dass sie aufgrund von Metastasen nur noch ein paar Monate zu leben habe. Wir waren erschüttert. Danach ging es ihr schnell schlechter. Wir konnten uns bewusst voneinander verabschieden - drei Tage später verstarb sie.

Dieses für mich einschneidende Erlebnis hinterlässt Spuren. Einerseits bleibt die Frage offen, warum Gott nicht eingegriffen hat. Ich lernte ganz konkret, dass der Glaube an Jesus

nicht vor Leiden schützt. Eine Erklärung, warum meine Mutter so unsäglich leiden musste, habe ich bis heute nicht und ich werde vermutlich auf dieser Welt auch keine konkrete Antwort erhalten.

Es gibt aber noch eine andere Seite - eine Hoffnung, die über den Tod hinaus hält. Jesus sagte (Joh 11,25): „*Ich bin die Auferstehung und das Leben; wer an mich glaubt, wird leben, auch wenn er gestorben ist; und jeder, der da lebt und an mich glaubt, wird nicht sterben in Ewigkeit. Glaubst Du das?*“ (HFA) Diese Hoffnungsworte leuchteten mitten in der Trauer auf und gaben uns als Familie zwar keine Antworten auf die schwierigen offenen Fragen, aber Zuversicht für meine Mutter - und schlussendlich für unser eigenes Leben und Sterben.

Jeder von uns hat eigene tiefe Erfahrungen im Zusammenhang mit dem Sterben und andere Strategien, um mit dem Erlebten umzugehen. In dieser Ausgabe findet Ihr zwei Interviews von MitarbeiterInnen, die einen Einblick in ihr Erleben erlauben. Akila verlor ihre Schwester, der sie sehr nahe stand, Noah berichtet von einem Bewohner im Elim Care, den er eng begleitet hat. Ich möchte mich an dieser Stelle bei beiden ganz herzlich bedanken für ihre Offenheit und die Bereitschaft, das Erlebte öffentlich zu teilen. Die Aussagen sind sehr persönlich. Sie beruhen auf den Erfahrungen der Interviewpartner und entsprechen nicht unbedingt der Meinung der Redaktion.

Ich hoffe, dass diese Ausgabe nicht nur schwer verdauliche Kost ist, sondern auch Hoffnung auf eine ewige Zukunft mit Jesus, unserem Erlöser, vermitteln darf.

MONIKA VÖKT-GRASSI

Sterben - zwischen Theorie und Praxis

2

Wenn man sich für die Drogenarbeit entscheidet, dann ist man sich im weitesten Sinne auch bewusst, dass der Tod und das Sterben irgendwie eine Realität ist, mit welcher man konfrontiert wird.

Man hat Kenntnis davon, dass Überdosierungen passieren können und der plötzliche Tod die Konsequenz ist, und man weiss mittlerweile ganz genau, dass der jahrelange Drogenkonsum den Körper und die Psyche „frühaltern“ lassen und so das Sterben eine Realität wird, der man sich auf allen Ebenen stellen muss.

Nur: Dieses theoretische Wissen macht uns nicht wirklich bereit, um dann in diesen Momenten, wenn der unerwartete Tod eintritt oder der Sterbeprozess beginnt, auch damit umgehen zu können. Man erkennt erst in diesem Moment, dass es ein wesentlicher Unterschied ist, ob man von etwas gehört hat oder direkt betroffen ist. Betroffen im Sinne, dass man einen Menschen verloren hat, den man begleitete. Was passiert in dieser Situation? Einerseits wird einem ungeschminkt und von Neuem klar, dass der alltägliche Drogenkonsum nicht einfach ein Genussmittel darstellt. Jede Applikation solcher Substanzen birgt das Risiko, auf Grund einer Atemdepression zu ersticken oder dass durch die Kardiotoxizität gewisser Substanzen (Arzneimittel, welche das Herz schädigen) der Kreislauf kollabieren kann.

Andererseits führt einem ein solches Erlebnis immer wieder neu vor Augen, zu welcher Ernsthaftigkeit wir in dieser Arbeit berufen sind. Aus dieser wiederkehrenden Erkenntnis und dem Bewusstsein der Endlichkeit generiert sich aber auch ein Reichtum. Darin reich, dass die vorhandene Zeit enorm aufgewertet wird. Sie lädt uns ein, eine „BewusstlebensEinstellung“ bzw. „Bewusstarbeitseinstellung“ vor Augen zu haben. Es ist wichtig, dass man sich in dieser Einstellung bewegt. Denn gerade dann, wenn jemand verstirbt, fragt man sich oft, ob man die gemeinsame Zeit auch wirklich ausgekauft, ob man zu wenig Zeit verschenkt und ob man es versäumt hat, das eine oder andere Wort noch zu sagen.

Es ist nicht einfach, den Schmerz und die Trauer, die der Verlust eines Menschen mit sich bringt, zu verarbeiten. Es braucht jedes Mal neuen Mut, sich trotzdem wieder auf die Beziehung einzulassen im Wissen, dass man sich über kurz oder lang in der Begleitung eines Sterbenden vorfindet oder mit dem plötzlichen Tod eines Betreuten konfrontiert ist.

Wenn dies auch seltsam klingt, es ist für mich etwas sehr Ermutigendes, wenn ich bei einem Todesfall tiefe Trauer und grossen Schmerz fühle, denn dieser Schmerz gibt mir Zeugnis der Liebe und der Beziehung, die im „Arbeitsbündnis“ vorgeherrscht hat. Es ist mir und uns ein Qualitätssiegel der von Jesus geforderten Nächstenliebe - die Proximalität als Bestimmung der zwischenmenschlichen Kooperation, die aus der christlichen Tradition (im Gleichnis des barmherzigen Samariters (Lk 10,25ff)) thematisiert wird.

Es geht bei der Proximalität um das Zustandekommen von Hilfeleistungen an einem notleidenden Menschen auch dort, wo die Umstände sehr herausfordernd sind

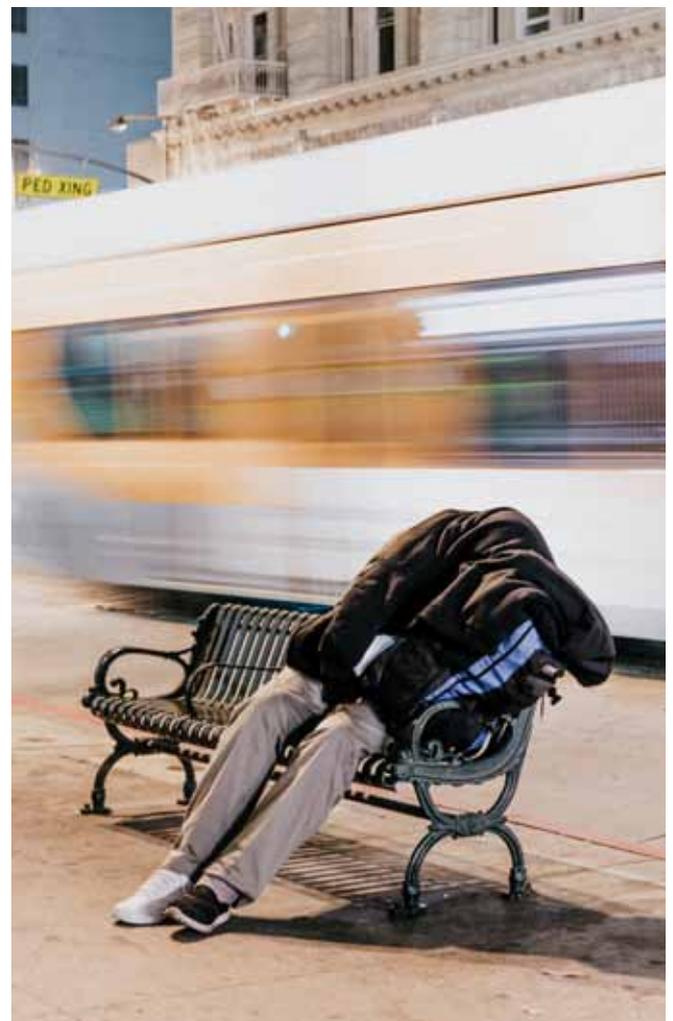
und wo vielleicht auch keine professionelle Verpflichtung besteht oder andere Handlungsprioritäten im Vordergrund zu stehen scheinen. Hier aber einfach nur von Nächstenliebe zu reden, würde dem Gleichnis und der Frage von Jesus nicht gerecht: „Wer von diesen ... war der Nächste dessen, der unter die Räuber gefallen ist?“

Proximalität versteht sich in unserer Arbeit als Haltung, die sich im Überwinden von äusseren und inneren Widerständen und in der Fokussierung auf das Wesentliche zeigt. Das proximale Handeln ist dasjenige, welche dem Menschen in seiner (Not-)Lage seine Würde dadurch spiegelt, dass ich ihn mit höchster Priorität und unbedingter Hingabe behandle.

In diesem Sinne schöpfe ich immer wieder Mut, mich neu in die Beziehungen hinein zu begeben und in meinem Gegenüber die geschöpfliche Wertigkeit zu entdecken und die Originalität kennen zu lernen.

Dabei will ich auch die Hoffnung Jesu und die Ewigkeitsperspektive, die sich in der Gotteskindschaft gründet, mit den Menschen teilen. Oder um es mit einem Zitat in Anlehnung an Martin Buber zu sagen: „Die verlängerten Linien der Beziehung schneiden sich in der Ewigkeit.“

MARKUS RÖTHLISBERGER



Das Leben umarmen



Der Tod ist auf der Gasse geradezu omnipräsent. Gerade heute sagte ein Klient so im Blick auf den Eingang des Wolf Gottesackers neben dem Gassenzimmer Dreispitz: „Irgendwie passt das noch hier mit diesem Ort. Auf der einen Seite sind die lebenden Toten und auf der anderen die Toten.“

Im vergangenen Jahr, 2018, haben wir etwa wöchentlich eine Todesnachricht von Klienten erhalten. Das prägt. Uns als Gassenteam. Und auch die Szene selbst. Oft erfahren wir nur gerüchteweise von den Todesumständen. Die wenigsten Menschen sterben heute an einer „klassischen Überdosis“ (wenn es so etwas überhaupt gibt). So sind die Hintergründe so vielfältig wie sonst im Leben auch: Krankheit, Unfall, Gewaltverbrechen. Manchmal wird über einen Suizid spekuliert. Nicht selten steht ein Totgesagter plötzlich wieder da - und das ist (leider) weniger einem Wunder als der manchmal recht makabren Fantasie Einzelner im Heraufbeschwören von dramatischen Geschichten zu verdanken.

In vielen Fällen gibt es keine Möglichkeit, an einer Abdankung oder ähnlichem teilzunehmen, weil gar keine stattfindet (mangels Bezugspersonen, die eine solche veranlassen würden) oder weil die Informationen versiegen (Stichwort „Datenschutz“). Aber oft sind wir Menschen ja auch irgendwie froh, wenn wir uns nicht auch noch damit belasten müssen und nachdem die Todesnachricht einen Tag verbreitet und noch einen Tag mit einigen Geschichten, deren Wahrheitsgehalt ungewiss bleibt, ausgemalt wird, verschwindet das

Andenken an einen Menschen immer wieder erschreckend schnell.

Ich habe gemerkt, ich stumpfe ab in dieser Tragödie. Zwar empfinde ich jeden einzelnen Todesfall als Raub am Leben, aber mal ehrlich: So geht es mir auch immer wieder mit den „lebenden Toten“, mit denen ich tagtäglich zu tun habe. Da ist soviel Potenzial verschüttet! Der Tod spricht da einfach ein letztes Wort, zumindest für dieses Leben hier. Ich bin selbst über mich erschrocken, wenn ich mich beim Gedanken ertappt habe „Wer wird es wohl diese Woche sein?“ oder bei einem verwunderten „Oh, jetzt ist aber schon lange niemand mehr gestorben.“ Ich will nicht mit so einer Einstellung durchs Leben gehen, aber das braucht in unserer Arbeit - neben Gnade - auch immer wieder die persönliche Entscheidung und den sorgsam Umgang mit sich selbst.

Neben diesem Fatalismus, mit dem ich in der Serie an Todesfällen letztes Jahr zu kämpfen hatte, haben mich nicht alle gleich hart getroffen. Manche Verstorbene kannte ich kaum oder gar nicht, zu anderen hatte ich keine nähere Beziehung. Darüber hinaus gehe ich mit Todesfällen auf der Gasse ähnlich um wie mit einem in meinem Familien- oder Bekanntenkreis. Auch da trifft mich ja nicht jeder Abschied gleich, je nach Beziehung, Todesart und individueller Geschichte. Was mir immer hilft in meinen Trauerprozessen ist das Teilen von Erinnerungen und so hab ich ein Lächeln auf den Lippen, wenn ich zurückdenke an ein paar Anekdoten mit verstorbenen Leuten, mit denen ich ein Stück Weg auf der Gasse gehen durfte: der Mann etwa, der - Sommer wie Winter - mit einer „Rakete“ (Glacé) kam... die Frau, die mich immer wieder mit ihrer prophetischen Art zum Staunen gebracht hat... der Mann, der mich oft „Mama“ genannt hat, obwohl er einige Jahre älter war als ich... der Mann, mit dem ich mich nach einer konfrontativen Begegnung noch aussöhnen konnte, bevor er unter mysteriösen Umständen verstarb, und, der bei unserer letzten Begegnung mit leuchtenden Augen mit mir übers Stricken geredet hat.

Mit jeder Todesmeldung wird mir wieder deutlich, wie vergänglich das Leben ist und dass jede Begegnung die letzte sein kann. Und doch staune ich auch immer wieder über unsere menschliche Fähigkeit zu relativieren, uns zu distanzieren und weiterzuleben wie bisher. Beides gehört wahrscheinlich irgendwie dazu und es braucht Weisheit zu wissen, wann was nötig und „dran“ ist. Diese Weisheit wünschen wir uns immer wieder: in konkreten Begegnungen mit Menschen und auch für unseren persönlichen Umgang mit dem, was wir da hören und sehen und mittragen - und in dem, was wir loslassen müssen. Denn unsere Hoffnung ist, dass aus den „lebenden Toten“ endlich „lebende Lebende“ werden, Menschen, die das Leben umarmen und aus der Fülle schöpfen, ihr Potenzial entfalten und in Freiheit ihren Weg gehen können. Möge uns die Erinnerung, dass wir sterblich sind, mit der wir alle von Zeit zu Zeit konfrontiert werden, lehren, wahrhaftig zu leben.

VERA KLAUNZER

„Im Jetzt leben!“

4

Noah zählt mit seinen 22 Jahren zu unseren jüngsten Mitarbeitern. Er strahlt Ruhe und Tiefgründigkeit aus, als er mir gegenüber sitzt, um meine Fragen zu beantworten. Trotz seinen jungen Jahren ist auch er mit dem Thema Sterben konfrontiert worden und berichtet aus seinem Erleben bei der Arbeit im Elim.

Monika: „Wenn Du Menschen im Sterben begleitest, wie hast Du die Zeit vor dem Tod und dann den Sterbeprozess erlebt?“

Noah: „Die Begleitung eines Bewohners ist mir sehr präsent. Er war vor dem Sterbeprozess immer eine etwas schwierige Person. Es war nicht einfach, mit ihm zu arbeiten oder ein Gespräch zu führen, da er narzisstisch veranlagt war. Er hat auch immer wieder ausgeteilt. Irgendwann kam aber dann die Phase, in der er nur noch nett war und ich glaube, er hat plötzlich gemerkt, dass es zu Ende geht.

Er wurde ganz sozial und ich spürte, dass er gerne die Sachen, die ihm auf der Seele liegen, mit jemandem besprechen wollte. Das war für mich recht eindrücklich.

Das eigentliche Sterben war ebenfalls ein Prozess. Er lag einen ganzen Morgen wirklich im Sterben, es kamen dann auch die Notfallärzte.

Lange Zeit bevor er ins Elim kam, lebte er in der Dominikanischen Republik. Wir liessen ihm während dem Sterbeprozess Musik von dort laufen und organisierten Duftöl, das nach diesem Land duftete. Ein Arbeitskollege, der von dort kam, sprach auch noch spanisch mit ihm. Man merkte gleich, dass er sich wohlfühlte. Er war wieder an seinem „Happy Place“.

Monika: „Bist Du bei seinem Tod dabei gewesen oder hast Du dann nicht gearbeitet?“

Noah: „Ich war so halb dabei. Die Dinge mit der Dominikanischen Republik organisierte vor allem mein Kollege, weil er ja von dort kommt und sich ein bisschen mehr damit auskennt. Ich war mehr am Anfang dabei und habe noch reanimiert, bis die Notärzte eingetroffen sind. Diese haben dann gesagt, dass er heute sterben wird und sie ihn nicht noch mitnehmen werden, weil er wahrscheinlich während dem Transport im Krankenauto sterben würde. Sie gaben ihm ein wenig Morphium, damit er keine Schmerzen hat. Wir machten daraufhin sein Zimmer schön mit den Düften, der Musik und dem spanisch sprechenden Kollegen.“

Monika: „Was hat das in Dir ausgelöst und wie bist Du damit umgegangen?“

Noah: „Ich verspürte schon eine Art Trauer, weil ich ihn vom ersten Tag an kannte, an dem ich beim Elim zu arbeiten begonnen hatte. Es war nur ein halbes Jahr, bis er verstarb, aber es war sehr intensiv, denn ich sah ihn an jedem Arbeitstag und war immer wieder mit ihm beschäftigt. Am Schluss war ich auch seine Bezugsperson, von dem her ging es mir schon nahe. Aber da er eine relativ gute letzte Phase hatte, empfand ich es



als gut. Ausserdem war mir aufgrund seiner Diagnose bewusst, dass dieser Mann nicht noch 10 Jahre leben wird. Deshalb fand ich es gut, dass er gehen konnte.

Der erste Todesfall, den ich im Elim erlebt hatte, war ein Bewohner, den ich ins Spital überwies, weil er Schmerzen hatte. Aber ich dachte nicht, dass es etwas Schlimmeres sei. Dann wollte ich ihn einmal besuchen gehen. Im Spital hiess es, er sei gestern verstorben. Das hat mich viel mehr getroffen, weil es aus dem Nichts heraus kam und ich es bei ihm nicht erwartete. Man wusste auch nicht, wie er verstarb - war es ein Kampf für ihn oder schief er einfach ein? Das war für mich schwerer als bei der anderen Person, wo ich zwar länger involviert war, auch mehr oder weniger dabei war bis zu seinem letzten Atemzug, aber wusste, es ist gut für ihn, er will auf eine Art auch gehen.“

Monika: „Hast Du eine Strategie, um das Erlebte zu verarbeiten?“

Noah: „Ich denke vor allem zurück an die Zeiten, die ich mit der verstorbenen Person hatte. Es variiert zwischen

Interview übers Sterben mit Noah

5



An dieser Arbeitsstelle gewöhnte ich mir den Lebensstil an, im Jetzt zu leben. Ich sehe ganz viele Menschen, die immer nur in die Zukunft schauen, die immer nur sagen, was sie im nächsten Jahr machen, was sie dann und dann tun werden - und das ist schön und gut und auch wichtig - aber ich probiere für mich zu sagen, was mache ich heute? Oder was mache ich morgen? Das ist der Einfluss dessen, was ich erlebt habe. Im Erleben mit den älteren Menschen im Heim hat sich das sogar noch verstärkt, dass ich mich nicht so sehr darum kümmerge, was in einem Jahr ist, weil ich eventuell in einem Jahr gar nicht mehr da bin. Und wenn man z. B. sagt, man würde gerne mal noch irgendwo hinreisen, dann antwortet man oftmals: „Ach ja, das mache ich dann im nächsten Jahr und jetzt muss ich zuerst dieses und jenes erledigen“. Ich bin ganz anders. Wenn ich irgendwo hinreisen will, dann schaue ich, dass ich bald einmal Ferien bekomme und setze das um. Ich lebe im Jetzt. Das hat auch einen Einfluss auf meinen Umgang mit Geld. Ich bin nicht einer, der jeden Monat CHF 2'000.-- auf die Seite tut, das würde auch gar nicht gehen (lacht). Ich will auch nicht mit 50 oder 60 Jahren sagen, ich habe nun einen kleinen Reichtum angehäuft, sondern ich habe das Geld jetzt, ich lebe jetzt, will das Geld jetzt ausgeben und jetzt Freude am Leben haben.“

Monika: „Noch eine Schlussfrage: Wenn Du Leute in der Sterbephase begleitest, löst das bei Dir Angst aus vor Deinem eigenen Tod oder ist es eher beruhigend, weil Du gesehen hast, dass man auch in Frieden sterben kann?“

Noah: „Nein, Angst in dem Sinne nicht. Ich habe nicht Angst vor dem Tod, mehr davor, wie ich sterbe, z. B. dass ich überfahren werde und dann drei Tage leide und erst dann langsam sterbe. Die Begleitung hat mich eher beruhigt, weil ich sah, dass es humane Wege gibt, um zu gehen. Im Altersheim bekam ich mehr Angst vor dem Altwerden, weil ich manchmal sah, wie die Leute gequält werden, nur damit sie noch ein paar Monate länger leben können. Die Palliativ-Pflege, bei der man in den letzten Wochen und Monaten vor dem Tod das Leiden nimmt, hat mir gezeigt, dass es einen leidensfreien Weg zum Gehen gibt, und das macht mir Mut!“

NOAH MIGLIAZZO/MONIKA VÖKT-GRASSI

dem, ob ich viel mit dem Klienten zu tun hatte oder eher weniger. Ich probiere immer, ein paar positive Erlebnisse herauszupicken und eine kleine Trauerfeier zu gestalten. Dabei gehe ich unter anderem ins Gebet für ihn. Ich bitte Gott, dass seine Seele gut in den Himmel kommt und dass er Frieden finden kann im ewigen Leben. Gerade bei unserem Klientel - sie erlebten manchmal furchtbare Dinge im jetzigen Leben, die man sich oftmals gar nicht richtig vorstellen kann. Dann denke ich, vielleicht ist er jetzt wirklich an einem besseren Ort, und so probiere ich, das Geschehene zu verarbeiten.“

Monika: „Wenn Du so nahe mit Leuten unterwegs bist, die sterben - das wird bei Euch im Elim Care sicher auch wieder vorkommen - hat die Nähe zum Tod einen Einfluss auf die Art, wie Du persönlich lebst?“

Noah: „Durchaus, aber das hat es nicht erst, seit ich bei Elim Care bin. Ich habe vorher in einem Altersheim gearbeitet, und dort wurde ich ebenfalls mit diesem Thema konfrontiert. Ich habe es aber vor allem während der Ausbildung im Kinderspital gemerkt. Da gab es Kinder, die bekamen mit 2 1/2 Jahren eine Krebsdiagnose.



In Frieden auseinandergehen

6



Im Oktober startete Akila in unserer Elim Care-Abteilung. Seither engagiert sie sich mit Freude und ist eine grosse Bereicherung für BewohnerInnen und Team. Sie hat sich freiwillig gemeldet, um mit uns ihre Erfahrung zum Thema Sterbebegleitung zu teilen. Es ist eine sehr persönliche Geschichte aus ihrem Leben, welche ihr auch im Begleiten von sterbenden Menschen im beruflichen Alltag hilft.

Monika: „Kannst Du uns erzählen, wen Du begleitet hast und wie Du die Zeit vor dem Sterben und den Sterbeprozess erlebt hast?“

Akila: „Ich habe meine Schwester begleitet. Sie ist ein Jahr jünger als ich und hatte aber eine lange Krankheitsgeschichte hinter sich, denn sie war an Multipler Sklerose erkrankt, welche sehr schwer verlief. Ab einem gewissen Zeitpunkt wurde sie pflegebedürftig, konnte sich nicht mehr äussern und auch nicht mehr essen - und dies über sechs Jahre lang. Das war eine sehr belastende Zeit für uns als ganze Familie und auch für mich als Schwester, weil sie eine sehr enge Bezugsperson von mir war. Wir wussten alle, wo das hinführen würde, dass sie aus diesem Krankheitszustand nicht mehr herausfindet, sondern irgendwann verstirbt. Je länger der Krankheitszustand andauerte, desto mehr habe ich es für sie natürlich auch gehofft, dass sie sterben kann, weil ich den Eindruck hatte, dies sei nicht das Leben, das sie führen wollte. Andererseits war ich auch in einem Zwiespalt, weil ich nicht wirklich wusste, wie es sich jetzt anfühlt in ihrem Körper. Ich erzähle dies deshalb, weil es für mich wichtig war. So wie ich meine Schwester kannte, dachte ich, sie wolle nicht in diesem Zustand sein, aber ich habe sie ja sehr eng begleitet und habe mir dann auch überlegt, es könnte ja sein, dass sich dies geändert hat.

Es gab Momente, bei denen ich den Eindruck bekam, sie hänge doch noch am Leben. Ich muss noch dazu sagen, dass sie Mutter war, und zu dem Zeitpunkt, wo sie pflegebedürftig wurde, war ihre Tochter acht Jahre alt. Die Tochter hat ihre Mutter immer wieder besucht, und dies zusammen mit der damit verbundenen Verantwortung, hat sie vermutlich auch am Leben gehalten. Zusammenfassend kann ich sagen, dass es für mich sehr zwiespältig war. Auf der einen Seite war sie pflegebedürftig, lag den ganzen Tag im Bett und konnte nichts mehr machen. Dies war für mich schrecklich anzusehen und ich hätte das Leid - das sage ich ganz ehrlich - gerne für sie aber auch für mich beendet, um es nicht mehr miterleben zu müssen. Das ist ein Punkt, dem man sich stellen muss. Ich habe aber gesehen, dass ein Wille da ist und sie am Leben hängt.

Sie hatte immer wieder kritische Phasen, z. B. mehrere Lungenentzündungen und Darmverschlüsse, und lag für längere Zeit auf der Intensivstation. Wir mussten immer mit dem Schlimmsten rechnen, das war für uns als Familie eine schwierige Zeit. Immer wieder dachten wir, sie werde jetzt sterben, und wurden mit dieser Tatsache konfrontiert. In jeder Situation stellten wir uns auf ihren Tod ein, so gut das nur möglich ist, denn grundsätzlich kann man das nicht - es gibt keine Regeln, was man in dieser Situation macht. Aber sie erholte sich jedes Mal wieder, kam aber in einem schlechteren Zustand zurück. Auch das habe ich zu akzeptieren versucht und die Situation weder in Frage gestellt noch damit gehadert. Ich konnte dies, das sehe ich nun im Nachhinein, Gott sei Dank immer annehmen, aber nichtsdestotrotz war es eine schwere Zeit und hat mein Leben und das Leben von anderen Familienangehörigen, u. a. meinen Eltern, sehr belastet. Aber jeder von uns hatte seine eigene Form, damit umzugehen.

Kurz bevor meine Schwester starb, gab es auch nochmals eine dramatische Zeit. Sie war in einem sehr schlechten körperlichen Zustand, hatte einen Darmverschluss und musste notfallmässig ins Spital auf die Intensivstation. Dort habe ich sie zum ersten Mal an der Beatmungsmaschine gesehen und das war für mich das Allerschlimmste, was ich je erlebt habe. Da wurde in mir der Wunsch ganz stark, dass sie bald gehen kann und von dem erlöst wird. Sie hat sich dann zwar dank viel medizinischer Hilfe wieder erholt und konnte in ihr Pflegeheim zurück. Zwei Wochen danach ist sie dann verstorben - und dies ziemlich unerwartet. Ich habe sie noch ein paar Tage vorher gesehen, und dann war sie eigentlich wie immer.

Für mich spannend war auch die folgende Begebenheit: Sie wurde ja intensivmedizinisch behandelt und wir als Angehörige konnten nicht entscheiden, was noch gemacht wird und was nicht. Sie hatte eine Betreuung, und diese Person hat entschieden, ohne uns in Kenntnis zu setzen oder zu fragen. Ich habe dann zusammen mit meinem Vater die Initiative ergriffen. Wir wollten mit dem Hausarzt ein Gespräch führen. Er fand die Situation auch ganz schlimm, hatte aber ebenfalls keine Handhabung. Wir wollten abklären, was wir für Möglichkeiten haben, um zu verhindern, dass meine Schwester beim nächsten Vorfall wieder beatmet wird. An dem Tag, an dem wir den Termin mit unserem Hausarzt gehabt hätten, für uns ein sehr wichtiger Tag, weil ich u. U. eine Entscheidung für meine Schwester hätte treffen müssen, ohne zu wissen, ob sie das wirklich will, ist sie verstorben. Sie hat mir die Entscheidung abgenommen, und das berührt mich heute noch.

Einerseits war das für mich eine riesige Erleichterung, andererseits kam aber auch eine Überforderung dazu. Nun ist sie gestorben, sie ist gegangen. Ich konnte aber beides annehmen - einerseits die Erleichterung, dass sie erlöst wurde, und andererseits der Verlust.

Nach dem Tod folgte jedoch die geballte Ladung der Trauer - das Wissen, sie ist für immer gegangen und nicht mehr da. Das habe ich vorher noch nie erlebt.“

Interview übers Sterben mit Akila

Monika: „Wie bist Du dann mit der Trauer umgegangen und wie hast Du Dein Leben nach dem Tod Deiner Schwester gestaltet?“

Akila: „Ich habe gewusst, dass ich die Erleichterung zulassen darf, und hatte deswegen kein schlechtes Gewissen. Es ist ein Gefühl von mir und hat somit auch seine Berechtigung. Ich war mit mir völlig im Reinen.“

Mit der Trauer hingegen hatte ich wirklich Mühe. Der Verlust machte mir sehr zu schaffen, obwohl die Krankheitsphase sechs Jahre dauerte und ich wusste, dass sie schlussendlich sterben wird. Nach dem Tod wurde mir bewusst, was meine Schwester als Mensch ausgemacht hatte, und es kamen Erinnerungen an gemeinsame schöne Zeiten hoch. Einerseits war das eine schöne Erfahrung, aber andererseits umso schmerzlicher, weil mir bewusst wurde, was für einen Menschen ich da verloren hatte. Auch in der Familie wurde es schwierig, weil jeder anders damit umgegangen ist. Ich hatte den Wunsch, in der Familie Trost zu finden, habe dann aber erfahren, dass Trauernde sich oft nicht gegenseitig trösten können. Deshalb suchte ich mir externe Hilfe und schloss mich einer Trauergruppe an. Dort fühlte ich mich gut aufgehoben. Im Gespräch erfuhr ich, dass es anderen auch so geht, wir hatten die gleichen Themen und das war für mich eine grosse Hilfe.“

Monika: „Wie lange hat der Trauerprozess bei Dir gedauert?“

Akila: „Das ist noch interessant - es dauerte so lange, wie wir uns als Gruppe brauchten. Es wird darauf geschaut, dass die Gruppe aus Menschen besteht, welche zum ähnlichen Zeitpunkt jemanden verloren haben. Somit sind alle TeilnehmerInnen in der gleichen Trauerphase. Wir waren circa 1 1/2 - 2 Jahre zusammen. Die Leiterin der Gruppe hat nach dieser Zeitspanne gesagt, dass die TeilnehmerInnen nun wieder in der Lage sind, zurück ins Leben zu gehen, und dem war auch so. Es hat sich auch abgezeichnet anhand der Gespräche, die wir immer wieder geführt haben. Ich würde sagen, zwei Jahre ist es schon gegangen, bis ich das Gefühl hatte, wieder atmen zu können.“

Monika: „Hatte das Erlebte Auswirkung auf Deine Lebensführung, allenfalls im Hinblick auf Dein eigenes Sterben?“

Akila: „Eine bewusste Lebensführung hatte ich schon während der Krankheitsphase meiner Schwester. Ich hatte eine andere Wertung von wichtigen Dingen im Leben. Durch das Begleiten meiner Schwester waren für mich die wesentlichen Dinge nicht das Alltägliche oder die Dinge, um welche sich die meisten Menschen bemühen. Wenn ich zurückdenke, hatte ich sogar schon vor der Erkrankung meiner Schwester einen anderen Lebensstil.“

Es war meine erste Erfahrung mit dem Sterben und dem Tod und sie hat mir die Angst genommen vor meinem eigenen Sterben. Ich denke, die Auseinandersetzung damit und das Miterleben, dass meine Schwester ohne Leiden sterben konnte, hat dazu beigetragen. Man weiss natürlich nicht, wie man stirbt, aber das reine Sterben hatte etwas Friedliches für mich. Ich habe



sie nach dem Tod noch gesehen und ich bin froh, dass ich dies gemacht habe. Es war ein friedliches Bild und der Moment war für mich sehr wichtig, einerseits für das Abschiednehmen und andererseits für mein weiteres Leben. Sechs Jahre später verstarb mein Vater und auch da war es ähnlich. Er starb ebenfalls nach einer Erkrankung und hatte keine Schmerzen, sondern einen gelösten Gesichtsausdruck. Da war für mich kein Platz für Angst. Was ich krass empfinde, das ist bis heute so: Ich bin nicht in dem Sinne gläubig und auch nicht getauft, aber ich habe bis zum Tod meiner Schwester immer an das Göttliche als eine Person geglaubt, so wie man es im christlichen Glauben kennt. Nach dem Tod meiner Schwester war das weg. Es ist nicht irgendetwas passiert, ich habe meine Schwester noch gespürt und sie nach ihrem Tod im Traum gesehen. Es war eine körperliche Nähe, die ich fühlen konnte. Warum sich mein Glaube verändert hat, kann ich nicht erklären, vielleicht war es doch innerliche Wut, obwohl ich eigentlich alles akzeptieren konnte? Ich weiss es nicht. Ich glaube immer noch an das Göttliche, aber nicht mehr wie früher. Das ist für mich eines der wesentlichen Dinge, das geschehen ist.“

Monika: „Hilft Dir die Erfahrung auch, im Elim Care mit den schwerkranken Menschen unterwegs zu sein?“

Akila: „Auf jeden Fall. Es ist das Bewusstsein, im Jetzt zu sein. Das Leben findet jetzt statt, in dem Moment, in dem, was wir jetzt machen. Und das ist wichtig. Auf das konzentriere ich mich. Im Moment ist mir das Gegenüber wichtig, der Bewohner, ich stelle mich auf ihn ein, bin einfach da und wir haben bestenfalls gemeinsam ein schönes Erlebnis. Das ist für mich wichtig und ich hoffe, dass ich dies auch so weitergeben kann. Auch für mein persönliches Leben gilt das. Ich lebe im Moment. Wenn ich in Gedanken schon woanders bin, ist das, was jetzt passiert, gar nicht relevant. Es gelingt natürlich nicht immer, aber das ist mein Anspruch. Ich habe dies auch bei meiner Schwester und meinem Vater gemacht - ich habe die Zeit mit ihnen ganz bewusst verbracht, weil ich nicht wusste, ob ich sie nochmals lebendig sehe. Es wäre für mich wünschenswert, dass wir immer so miteinander umgehen und nie in Unfrieden auseinandergehen würden.“

AKILA MOKHBI / MONIKA VÖKT-GRASSI

Neue Farbe bringt neuen Schwung!

Vor einiger Zeit haben wir Pro Innenstadt-Gutscheine geschenkt bekommen, mit denen wir etwas Gutes für unsere BewohnerInnen machen dürfen. Lange haben wir uns überlegt, wovon alle profitieren könnten. Dann hatte eine Mitarbeiterin die zündende Idee: Wir gestalten die Stockwerke schön!

8

Gesagt - getan. Mit grossem Engagement strichen verschiedene MitarbeiterInnen und BewohnerInnen die Wände. Über zwei Wochen dauerte diese Aktion, aber die Motivation liess nicht nach! Das Ergebnis lässt sich nun sehen. Vielen BewohnerInnen konnten wir grosse Freude bereiten, denn ein schönes Umfeld steigert die Lebensqualität!

Ein herzlicher Dank dem Spender und allen, die sich mit viel Herzblut bis zum Schluss eingesetzt haben.

MONIKA VÖKT-GRASSI



SMS-Kurzmitteilungen aus dem Elim

Jahresbericht 2018 online

Interessiert Ihr Euch für die Zahlen der Diakonischen Stadtarbeit Elim? Oder möchtet Ihr aktuelle Infos über alle unsere Arbeitsbereiche mit spannenden persönlichen Kurzberichten? Dann ist unser Jahresbericht das Dokument, das Euch alle diese Informationen vermittelt. Ihr könnt es auf unserer Website www.stadtarbeitelim.ch herunterladen. Falls Ihr den Jahresbericht in Papierform wünscht, meldet Euch bei uns auf der Verwaltung, wir schicken ihn Euch gerne zu!

MONIKA VÖKT-GRASSI



Herausforderung Schnuppertag

Ein Schnupperlehrling berichtet von seiner Erfahrung: „Mein Name ist Pascal Meier und ich bin mitten in meiner Ausbildung als Kaufmann in der Wirtschaftsmittelschule in Liestal. Ich habe bei der Diakonischen Stadtarbeit Elim einen Schnuppertag gemacht und dabei einen Einblick in die Bereiche Kasse und Administration erhalten.

Wobei ich mir mit dem 15. April einen sehr lebhaften Tag ausgesucht habe. Am Morgen ist die Kasse jeweils von 10 - 12 Uhr geöffnet für die Auszahlung von IV, Sozialhilfe und Wochen- sowie Taschengeldern. Selten aber kommt es vor, dass alles am selben Tag stattfindet. Überraschenderweise lief es aber dennoch sehr strukturiert und ohne grosse Zwischenfälle ab, was wahrscheinlich vor allem dem gut eingearbeiteten und routinierter Team zu verdanken ist.

Am Nachmittag durfte ich einen Spendenbrief verfassen, was für mich eine sehr interessante Erfahrung

war, denn bisher habe ich zwar einige Spendenbriefe erhalten, einen selber verfasst habe ich jedoch noch nie. Alles in allem hat mir der Schnuppertag sehr gut gefallen und mir einen guten Vorgesmack auf die Arbeiten in einem Praktikum gegeben.“

PASCAL MEIER

Wir freuen uns, dass sich Pascal entschieden hat, das Jahrespraktikum bei uns in der Verwaltung zu absolvieren. Er wird am 12. August 2019 starten. Schon jetzt herzlich willkommen im Team!

Wieder ein Zivi bei uns!

Es gab eine Pause bei den Zivis, aber am 16. September ist es soweit: Janik Steiner wird für ein halbes Jahr als Zivi auf der Gasse und bei Elim Care arbeiten. Auch er hat einen Schnuppereinsatz absolviert und es hat ihm sehr gut gefallen!

Wir freuen uns ebenfalls auf Dich, Janik, und wünschen Dir einen spannenden und bereichernden Einsatz!