

# WIR IM HOSPIZ

Nr. 29

Ausgabe November 2024

## Liebe Mitglieder und Freunde des Hospizes,

als neuer Vorsitzender des  
Fördervereins für das  
Evangelische Hospiz Frankfurt  
grüße ich Sie herzlichst.

In der diesjährigen Mitglieder-  
versammlung sind nach siebzehn  
Jahren ehrenamtlichen Engage-  
ments Herr Prof. Rosak (1. Vor-  
sitzender), Herr Dr. Than (Schatz-  
meister) und Frau Dorn (Schrift-  
führerin) aus dem Vorstand des  
Fördervereins ausgeschieden.  
Wir danken ihnen für die hervor-  
ragend geleistete Arbeit und  
wünschen ihnen für die Zukunft  
alles Gute. Ich freue mich sehr  
auf die Zusammenarbeit im neuen  
Vorstand, damit auch zukünftig  
schwerstkranken und sterbende  
Menschen und ihre Angehörigen  
im Evangelischen Hospiz würdevoll  
und professionell betreut wer-  
den können. Ihnen allen wünsche  
ich eine entspannte und gute  
Vorweihnachtszeit.

Ihr



Prof. Dr. med. A. Reif

## Aus dem aktuellen Inhalt:

Angst im Hospiz

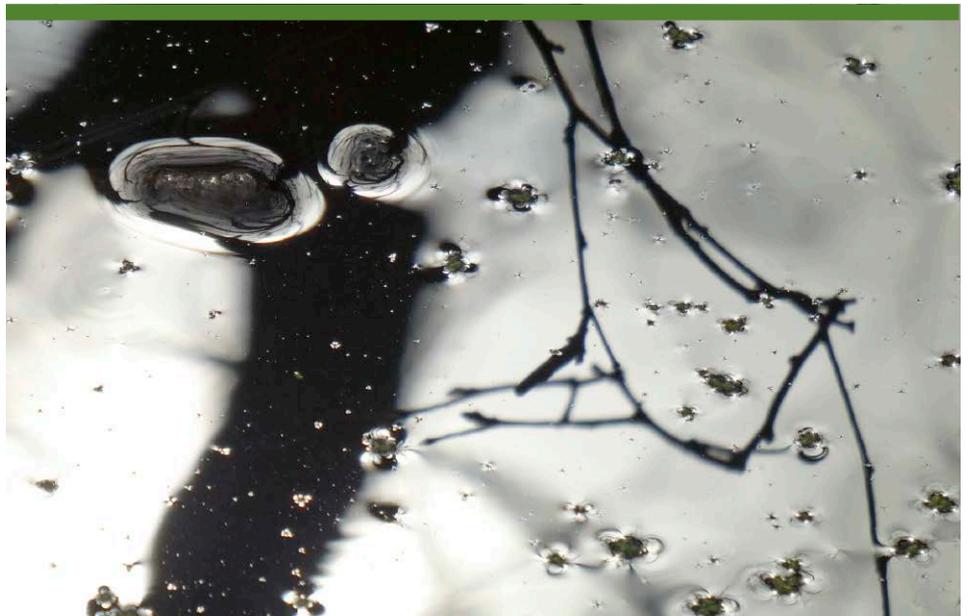
\*\*\*

Mein Rezept heißt: Reden

\*\*\*

Tabuthema Hospiz – Aus dem  
Blickwinkel einer Angestellten

## Unsere neunundzwanzigste Ausgabe von „Wir im Hospiz“ beschäftigt sich mit dem Thema „Angst“.



## Angst im Hospiz

„Angst ist ein Grundgefühl, das sich in als bedrohlich  
empfundene Situationen in Form einer Besorgnis und  
unlustbetonten Erregung äußert ...“ (Quelle: Wikipedia)

Keiner, der im Hospiz aufgenommen  
wird, oder Angehöriger ist, kann sich  
seiner Angst entziehen. Jeder trägt ganz  
individuelle Angst in sich, die situativ  
unterschiedlich intensiv empfunden  
werden kann.

### Die Angst birgt viele Gesichter

Die meisten Menschen leben ein Leben,  
in dem sie Kontrolle über sich selbst,  
ihren Körper, Situationen, Planungen  
(glauben zu) besitzen. Unserer Erfahrung  
nach ist es nicht so sehr die Vorstellung,

tot zu sein, die ängstigt, sondern eher  
der Ablauf des Sterbens: werde ich sehr  
leiden, habe ich viele Schmerzen etc.  
Viele Patienten haben sich während ihrer  
Erkrankung schon mit dem Thema Tod  
auseinandergesetzt. Doch erst ein-  
mal wollen sie ja noch leben! Neben den  
konkreten Ängsten bezüglich der belas-  
tenden Symptome kommt bei vielen  
Patienten die Angst vor Kontrollverlust  
und vor der fortschreitenden Reduzie-  
rung körperlicher und geistiger Fähigkei-  
ten hinzu. Das bedeutet zunehmende

Hilflosigkeit und Abhängigkeit von anderen Personen. Da hilft auch nicht das Wissen „mir wird hier geholfen“ – wenn der Patient doch gar nicht will, dass ihm geholfen werden muss. Zudem werden die Angehörigen ebenfalls von (Zukunfts-)Ängsten geplagt. Viele fürchten sich vor dem Alleinsein, vor finanziellen Nöten.

### **Disharmonie durch unterschiedliche Wahrnehmungen**

Fr. D. kommt in Begleitung ihres Mannes zur Hospizaufnahme. Die Patientin, in Zimmer und Bett angekommen, drückt gleich ihre Dankbarkeit und spontan empfundenes Wohlbefinden aus. Der Ehemann hingegen findet sofort viele Kritikpunkte und Mängel am und im Hospiz. So reichen seine Bedenken von unzureichender Versorgung bis hin zu Defiziten in den räumlichen Gegebenheiten. „Ich habe mir das ganz anders vorgestellt. Hätte ich einer Aufnahme bloß nicht zugestimmt.“ Im Gespräch wird deutlich, dass der Ehemann diffuse Ängste hat, die vor allem in dem drohenden Verlust der Partnerin, seiner Lebensgefährtin begründet sind. Er fürchtet sich vor der eigenen Hilflosigkeit, Trauer und „unkontrollierbaren“ Gefühlen. Und wenn schon der Tod so unvermeidlich ist, soll der Weg dort hin „der Beste“ sein.

### **Zu einseitige Blickwinkel**

Was Angehörige auch beschäftigt, sind die Ernährung, die Körperpflege und

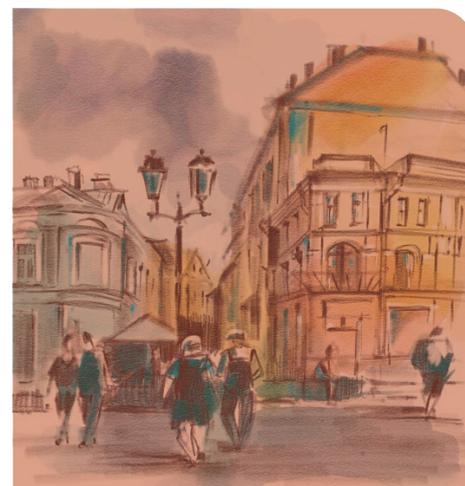
die Frage, ob hinreichend Bewegung und Abwechslung stattfindet. Oftmals geschieht dies, ohne die wirklichen Bedürfnisse der Patienten zu sehen oder sehen zu wollen. Zudem kommt es manchmal auch zu einer Art „Tunnelblick“. Hier liegt der Fokus der Angehörigen so stark auf dem Patienten, dass alle anderen Bedürfnisse vor allem in der Umgebung, im Zwischenmenschlichen oder bei Arbeitsabläufen so gut wie gar nicht wahrgenommen oder als nicht dringlich erachtet werden.

### **Vertrautheit und Mitgefühl**

Patienten und Angehörige brauchen viele freundliche, wärmende und verständnisvolle Gespräche, die auch geäußerte Kritikpunkte miteinbeziehen. Oft zeigen sich dann, welche Verlustängste mit anderen Themen umbaut werden, um den eigenen Schmerz „unter Kontrolle“ zu halten. Nach diversen Gesprächen wird ein Wendepunkt erreicht, wo Angehörige anfangen, offen zu trauern und sich ihren Ängsten bewusst werden. Die Patienten werden, im Idealfall, ihre Situation soweit annehmen, dass sie in dem Vertrauen, gut aufgehoben und begleitet zu sein, ihren Weg gehen. Denn die Evolution hält bei Angsterleben zwei Möglichkeiten für uns bereit: sich der Angst stellen oder vor ihr flüchten. Welchen Weg wir wählen, liegt ganz bei uns selbst.

**Text:** Monika Laube

**Bild:** Dagmar Müller



### **Balsam für die Seele:**

- in schöne Erinnerungen schwelgen
- sich berühren, streicheln und kuscheln
- Vorwürfe vergessen
- Fotos anschauen
- einfach „nur“ Dasein
- Vorlesen
- Glück und Trauer teilen
- an Licht und Luft sein
- gemeinsam Lachen, aber auch Weinen dürfen
- alte, lustige Geschichten aufwärmen
- dem Abschied Raum geben und Frieden finden



## **Mein Rezept heißt: Reden**

Angst ist divers. Sie macht starr, unbeweglich und schmeckt schal. Das Hospiz-Team verleiht aufkeimender Angst immer wieder Flügel, achtsam und engagiert, durch vertrauensvolle Zuwendung.

Wie unterschiedlich erleben Patienten diese Angst, wenn sie ins Hospiz einziehen? Welche Emotionen begleiten sie?

### **Eine Diagnose mit Folgen**

„Ich war aufgeregt, hatte große Angst, weil ich überhaupt nicht einschätzen konnte, was mich erwartete“, bekennt sich Malgorzata P. freimütig. Zu frisch und kaum verarbeitet, war die ärztliche Diagnose, dass ihre Krebserkrankung unheilbar sei. „Und nun Hospiz – ein Ort voll von Trauer und Tränen?“ – „Nein!“, weiß die 63-Jährige heute. Lebhaft

erzählt sie, wie schnell sie sich angenommen fühlte. „Für meine Sorgen und Nöte finde ich hier offene Ohren.“ Sie bewohnt ein helles Einzelzimmer mit Balkon – so wie alle zwölf Patienten. Immer im Blickkontakt: vertraute Familienfotos, die Geborgenheit vermitteln.

### **Gemeinsam im Dialog bleiben und Kraft tanken**

„Mein Rezept gegen die Angst heißt ‚Reden‘, einfach klar benennen, was mich bewegt“, resümiert sie offen. Ihre Töchter seien emotional noch nicht

so weit. „Da fließen Tränen anstatt Worte.“ Auch im Freundeskreis gäbe es wenige, die akzeptieren, dass sie trotz der Krebserkrankung immer noch dieselbe Person sei. Nur wenige sind offen für Gespräche. Einfache, anteilnehmende Worte mag sie. Fragen wie: „Hast Du Kraft?“, „Was gibt Dir Kraft?“ – das helfe, durchzuhalten. Praktische Hilfe käme von ihrem Neffen. Er mache gerade eine Ausbildung zum Krankenpfleger. Daher sind ihm Sorgen und Nöte von Kranken vertraut. „Mit ihm kann ich fast über alles sprechen, was mich bewegt“, betont sie dankbar. Sie weiß aber auch, dass die Zeit zum Reden und Handeln mit ihren Töchtern noch kommen wird.

Malgorzata P. ist in Breslau geboren und kam 1991 erstmals nach Deutschland. Sie arbeitete als Erzieherin. „Ich bin katholisch aufgewachsen. Daher hoffe ich, dass ‚der Chef da oben‘ es schon

richten wird.“ Das gäbe ihr innerlich etwas mehr Gelassenheit.

### **Den Dingen realistisch entgegentreten**

Einige Räume weiter wohnt Katharina M., promovierte Psychologin und Erziehungswissenschaftlerin. Am Wochenende steht hier ein zweites Bett für ihre Frau. „Seit 2002 sind wir verheiratet und seit 50 Jahren ein Paar.“ Den Ambivalenzen ihres Lebens haben sie sich weitestgehend gemeinsam gestellt. „Wir haben gelernt, vieles anders zu sehen, die Wörter fließen zu lassen, uns innerlich neu zu sortieren und uns immer wieder zu erden.“ Dichte Momente im Alltag seien wichtig.

Die Diagnose Bauchspeicheldrüse kam vor 1½ Jahren. Trotz Operation und Strahlenbehandlung blieb dieser Krebs standhaft und gilt heute als inoperabel.

„Ja, über den freien Platz im Hospiz habe ich mich gefreut“, erzählt die Psychologin im Rückblick. Sie kannte zwei Frauen, die hier in ihrer letzten Lebensphase wohnten. „Ich wusste, wie einfühlsam umsorgt sich diese Frauen fühlten.“ Das gelte heute auch für sie.

Und die Angst? – „Ich habe Angst vor dem Sterben, aber nicht vor dem Tod“, bekennt die 80-Jährige. Ihr Leitbild: „Angst vor der Angst macht schwach“. Die Fähigkeit sich zu bewahren, in allen Lebenslagen immer wieder die Perspektive wechseln zu können, käme ihr zugute.

**Text:** Gisela Pagés

**Bild:** Dagmar Müller

## *Angst ist ein Rauschen, das mich daran hindert, mich selbst zu hören*

*Samuel Butler*



### **Tabuthema Hospiz – Aus dem Blickwinkel einer Angestellten**

Während ich hier so sitze, mein Blick aus dem Fenster auf die teilweise gelb verfärbten Blätter der Linde schweift, explodiert mein Gehirn über die unzähligen Reaktionen, die meine Arbeit in meinem Umfeld auslöst.

Es zaubert mir nur ein mildes Lächeln ins Gesicht, wenn ich daran denke, dass in meinem Freundeskreis, meine Arbeit im Hospiz nicht thematisiert werden „darf“. Interessanterweise sind die Reaktionen der Menschen fast immer identisch, wenn ich erwähne, dass ich im Hospiz arbeite. Meist entsteht eine kurze Pause, nach der Stille erfolgen Monologe wie: „Ach nein, das könnte ich ja gar nicht mit all den Sterbenden. Oh je, den ganzen Tag den Tod vor Augen haben. Und diese

ständige umher flirrende Traurigkeit. Jeden Tag so ein beklemmendes Gefühl. Ach, da muss ich gleich weinen. Lass uns doch bitte das Thema wechseln.“

### **Angst vor der eigenen Konfrontation**

Bis hierhin habe ich nur das Wort „Hospiz“ in den Raum gestellt. Nichts weiter. Und Schwupps wird bei vielen das „Tor“ zur ureigenen (Todes-)Angst auf einmal geöffnet. Und gleich sofort wieder mit einem Themenwechsel verschlossen. Oftmals geht es so weit, dass noch nicht mal eine Frage an mich gerichtet wird oder Interesse besteht, was ich eigentlich genau im Hospiz ausübe und wie es mir dabei persönlich ergeht. Diese Reaktionen erfahre ich nicht nur im Freundeskreis, sondern auch im Alltäglichen.

### **Ein aufschlussreiches Telefonat**

Vor geraumer Zeit tätigte ich einen Recherceanruf im Auftrag vom Evangelischen Hospiz. Dabei entwickelte dieses Telefonat eine eigene und sonderbare Dynamik. Ich rief bei einem externen Dienstleister an und meldete mich mit der Firmenbezeichnung „Evangelisches Hospiz“ und Namen. Danach erst einmal Funkstille. „Hallo, sind Sie noch dran?“ – „Oh ja, entschuldigen sie bitte, haben Sie „Hospiz“ gesagt?“ – „Ja“, ich teilte ihm

mein Anliegen mit, woraufhin wieder ein erneuter Moment der Stille eintrat. Etwas später meinte mein Gegenüber nur: „Oh es tut mir so leid, ich dachte sie überbringen mir jetzt die Nachricht, dass jemand gestorben ist.“ Auf Nachfragen, erzählt er mir, dass er weder Angehörige noch jemanden im Bekanntenkreis hat, der derzeit im Hospiz lebt. Es ist einfach kurz ein „Tor“, zu seinen Urängsten zum Thema Tod aufgegangen.

### **Die Quintessenz von Offenheit**

Im familiären Umfeld habe ich anderes erfahren: Vor ca. 1½ Jahren holte mich meine Tochter, damals mit Baby, vom Hospiz ab. Völlig selbstverständlich betrat sie das Hospiz und meinte: „Ah, hier arbeitetest du also.“ Sie schaute sich im Erdgeschoß kurz um und meinte zu mir: „Was für ein schöner Ort, mit einer ganz warmen Atmosphäre.“ Es zeigte wieder einmal mehr, dass es oft der Blickwinkel ist, den wir einnehmen und wie wir die Dinge gerne sehen möchten. Ich hoffe, ich kann mir noch ganz lange die Fähigkeit erhalten, mit einem klaren Blick und einem offenem Herzen den Menschen im und um das Hospiz begegnen zu können.

**Text:** Barbara Binz

**Bild:** Dagmar Müller



### **Brücke der Angst**

Zitterst du vor der Brücke,  
Schreckt dich ihr düsteres  
Kleid?  
Oder ahnst du die Lücke?  
Stürzest ja doch in ein Leid.

Wage jetzt deine Schritte,  
Klopft auch zum Sterben  
das Herz.  
Bald umfängt dich die Mitte,  
Ein Abgrund dunkel  
von Schmerz.

Francisca Stoecklin

### **Spendenkonto**

Förderverein für das Evangelische Hospiz Frankfurt am Main  
Evangelische Bank e. G.  
Stichwort: Spende  
IBAN: DE86 5206 0410 0004 0024 23  
BIC: GENODEF1EK1

Bei Spenden bis einschließlich 300.- Euro gilt die Kopie des Überweisungsauftrages in Verbindung mit dem Kontoauszug Ihrer Bank als Spendenbeleg.

### **Kontakt**

Wenn Sie Fragen haben, dann zögern Sie bitte nicht, sich mit uns in Verbindung zu setzen – telefonisch oder per E-Mail.

Evangelisches Hospiz  
Frankfurt am Main gGmbH  
Rechneigrabenstraße 12  
60311 Frankfurt am Main

☎ 069 29 98 79-0  
☎ 069 29 98 79-60  
@ info@hospiz-frankfurt.de  
🌐 www.hospiz-frankfurt.de

### **Redaktion**

V.i.S.d.P. | Dr. Dagmar Müller |  
Prof. Dr. Andreas Reif |  
Monika Laube



**Diakonie**   
Frankfurt und Offenbach

Die nächste Ausgabe  
erscheint voraussichtlich:  
**im Mai 2025**

[www.hospiz-frankfurt.de](http://www.hospiz-frankfurt.de)



**EVANGELISCHES HOSPIZ**   
FRANKFURT AM MAIN