



Mehr Sicherheit im Umgang mit Sterbenden und Trauernden

Die Sprache von Körper und Bewegung verstehen – Seminar zu Körperausdruck für Starke Weggefährten im Odenwald-Institut

Wald-Michelbach – Ehrenamtliche Hospizbegleiter widmen sich einer intensiven und zwischenmenschlich anspruchsvollen Aufgabe: Sterbenden auf dem letzten Weg beizustehen, deren Angehörige in der schweren Zeit zu entlasten und Trauernde zu begleiten. Das Ehrenamt erfordert Menschenkenntnis und intuitives Gespür, da Außenstehende Teil einer intimen Situation des Abschieds werden.

Petra Guthmann ist ehrenamtliche Sterbebegleiterin im Hospiz Agape in Wiesloch. Über ihre Erfahrungen im Umgang mit Sterbenden berichtet sie: „Es ist wichtig, spontan und authentisch zu reagieren. Meist handle ich aus dem Bauch heraus. Dennoch ist Hintergrundwissen über die Deutung von Körpersprache sehr hilfreich im Umgang mit Menschen, insbesondere mit Kranken.“ An dem Weiterbildungsangebot für „Starke Weggefährten“ der Dietmar Hopp Stiftung nimmt Petra Guthmann daher gerne teil. „Die vielfältigen Kurse liefern mir Anregungen für die Tätigkeit im Hospiz und geben mir mehr Sicherheit im Umgang mit Sterbenden und Trauernden. Durch die Weiterbildungsangebote werde ich immer neu sensibilisiert, achtsam mit den Gästen im Hospiz, aber auch mit mir selbst umzugehen.“

Hohe Anforderungen an Ehrenamtliche

In der Sterbe- und Trauerbegleitung muss sich der Ehrenamtliche einerseits öffnen, um Zugang zum Patienten zu finden, ihm Zeit zu schenken, ihm Gutes tun zu können und auf ihn einzugehen. Andererseits muss sich die hospizbegleitende Person zurücknehmen, bei sich selbst bleiben und ihre eigenen Grenzen wahren. Es ist daher für Ehrenamtliche wichtig, das eigene Auftreten und die Haltung im Miteinander zu reflektieren und auch körpersprachlich bewusst zu



agieren. Oft findet sich schnell ein Zugang in der Begleitung. Dennoch gibt es bestimmte Situationen, in denen Hospizbegleitende Unsicherheiten verspüren oder gar an Grenzen stoßen, beispielsweise wenn ein Sterbender sich nicht mehr richtig artikulieren kann. Oder wenn ein Trauernder von seinen Gefühlen übermannt wird. Dann tauchen Fragen auf: Wie deute ich die Körpersprache des Sterbenden richtig? Tue ich ihm im Moment Gutes oder kann ich etwas besser machen? Möchte ein Trauernder tröstende Worte von mir hören? Oder soll ich schweigen und zuhören? Diese und ähnliche Fragen, die den zwischenmenschlichen Umgang betreffen, begegnen den Ehrenamtlichen bei ihrer Tätigkeit im ambulanten oder stationären Hospiz. Dann ist es unerlässlich, neben der persönlichen Erfahrung auf fachliches Hintergrundwissen zurückgreifen zu können.

Körpersprache als wichtige Voraussetzung für gute Sterbebegleitung

Manchmal geben Blicke, Haltungen und Gebärden deutlicher als Worte Auskunft über Gedanken, Einstellungen und Erfahrungen. Mimik, Gestik, Körperhaltung und Ausstrahlung sind Zeichen der Begegnung und Bewegung innerhalb der Kommunikation. Körperbewegungen sind Ausdruck der Persönlichkeit und zeigen Bewegungen der Gedanken und des Gefühls. Diese Signale, die schneller als Worte, als Informationen verfügbar sind, gilt es als Ehrenamtlicher zu verstehen. Sie sind wertvoller Bestandteil im täglichen Miteinander und wichtig, um die Persönlichkeit des Sterbenden auf seinem letzten Weg zu achten.

Die Sprache der Bewegung lernen

Das Seminar „Körperausdruck – Die Sprache der Bewegung“ im Rahmen des Weiterbildungsangebots "Starke Weggefährten" der Dietmar Hopp Stiftung ermöglicht ehrenamtlichen Hospizbegleitern, Körpersprache von Patienten und Trauernden sowie den eigenen Körperausdruck besser zu verstehen. Im Mai kamen Teilnehmende mit unterschiedlichsten Berufsbiographien zum Seminar in das Odenwald-Institut der Karl Kübel Stiftung für Kind und Familie auf die Tromm. Sie beobachteten ihre eigene Körpersprache und die ihrer Mitmenschen. Neben theoretischem Hintergrund ermöglichten intensive Übungen persönliches Erfahren und Erleben. So konnte ein Bewusstsein für den Körperausdruck geschaffen und das Gelernte ausprobiert und vertieft werden. „Mit meinem Kurs möchte ich die



Teilnehmer befähigen, einen Blick und ein Gespür für das Zusammenspiel körpersprachlicher Aktionen und für die individuelle Wirkung im Kontakt mit anderen zu entwickeln. Insbesondere für ehrenamtliche Hospizmitarbeitende sind eine Sensibilität der Wahrnehmung und die Achtsamkeit für den guten Umgang mit anderen und sich selbst wichtig. Im Kurs wurde gemeinsam die bewusste Wahrnehmung des Körperausdrucks mit Übungseinheiten vertieft und die eigenen körpersprachlichen Fähigkeiten und Ressourcen analysiert“, erklärte Sylke Brückner, Leiterin des Kurses „Körperausdruck“ im Odenwald-Institut.

Vielfältiges Seminarangebot für ehrenamtliche Sterbe- und Trauerbegleiter auf der Tromm

Der Kurs „Körperausdruck – Die Sprache der Bewegung“ wird in den Jahren 2012 und 2013 im Rahmen der Aktion „Starke Weggefährten“ wiederholt. Darüber hinaus bietet das Odenwald-Institut ein vielfältiges Kursangebot, das Ehrenamtlichen in der Hospizarbeit eine Auswahl ermöglicht zwischen Kompetenzen der Gesprächsführung, gemeinsamer Interaktion mit Schwerstkranken bis hin zu kreativen, lebendigen Angeboten wie Steinbildhauen und Seminaren zu Achtsamkeit im Umgang mit sich selbst und anderen. Die bildungsverantwortliche Leiterin des Odenwald-Instituts Dr. Sigrid Goder-Fahlbusch freut sich über die Zusammenarbeit mit der Dietmar Hopp Stiftung: „Ehrenamtliches Engagement ist ein wertvoller Pfeiler unserer Gesellschaft und Ausdruck gelebter Mitmenschlichkeit. Als werteorientierter Anbieter von sinnstiftenden Seminaren und Weiterbildungen ist es uns Anliegen und Ehre zugleich, uns dafür zu engagieren.“ Die ehrenamtlichen Hospizmitarbeitenden finden auf der 577 m hoch gelegenen Tromm im südhessischen Odenwald einen Ort, an dem sie Kontakt, Vielfalt, gemeinsames Lernen und Erleben in grüner Natur erfahren, eine Auszeit genießen und sich persönlich begegnen können. Das besondere Hauskonzept und die hauseigene Buchhandlung im Institut ermöglichen Einblicke und Austausch in entspannter Atmosphäre fernab vom Alltag.

Vom 15. bis 17. Juli 2011 findet aufgrund der großen Nachfrage ein zusätzliches Seminar „Clownerie – Lächelnd den Schwierigkeiten begegnen“ statt. Dieses kann noch kurzfristig gebucht werden. Ebenfalls noch anmelden können sich Interessierte zum Seminar „Gewaltfreie Kommunikation – Kooperation durch Aufrichtigkeit und Verständnis“ vom 5. bis 7. September 2011.



Dietmar Hopp Stiftung ermöglicht Weiterbildung für ehrenamtliche Hospizbegleiter

Ermöglicht wird die Kursteilnahme der ehrenamtlichen Hospizbegleitenden aus der Metropolregion Rhein-Neckar durch die Dietmar Hopp Stiftung. Um deren Tätigkeit zu würdigen und durch Weiterbildungsangebote zu fördern, hat die Dietmar Hopp Stiftung die Aktion „Starke Weggefährten“ ins Leben gerufen. Sie wendet sich an 41 Hospizeinrichtungen und über 1.000 ehrenamtliche Hospizbegleiter in der Metropolregion Rhein-Neckar und stellt den ambulanten und stationären Hospizen Weiterbildungsgutscheine im Gesamtwert von 500.000 Euro für ihre Ehrenamtlichen zur Verfügung. In Zusammenarbeit mit dem Odenwald-Institut in Wald-Michelbach, der Akademie für Gesundheitsberufe Heidelberg und dem Heinrich Pesch Haus in Ludwigshafen hat die Dietmar Hopp Stiftung ein umfangreiches Angebot konzipiert, das vielfältige Weiterbildungsthemen für Hospizbegleiter abbildet. Die Gutscheine können von Januar 2011 bis Dezember 2013 bei den drei Instituten eingelöst werden. Meike Leupold, Referentin für Soziales und Bildung der Dietmar Hopp Stiftung: „Durch die Weiterbildungsangebote will die Dietmar Hopp Stiftung die Ehrenamtlichen in ihrem Tun bestärken und ihnen Kraft für ihr intensives Ehrenamt geben. Unser Ziel ist es, nachhaltig Nutzen für die Ehrenamtlichen und die Hospizarbeit in der Metropolregion Rhein-Neckar zu stiften.“

Mehr Informationen über die Aktion „Starke Weggefährten“ gibt es im Internet unter www.starke-weggefaherten.de. Informationen und Anmeldungen zu den Seminaren im Odenwald-Institut gibt es unter Telefon 06207 605-0 und unter www.odenwaldinstitut.de.

Die Dietmar Hopp Stiftung

Die Dietmar Hopp Stiftung wurde 1995 gegründet, um die Umsetzung gemeinnütziger Projekte zu ermöglichen. Das Stiftungsvermögen besteht aus SAP-Aktien, die Dietmar Hopp aus seinem privaten Besitz eingebracht hat. Seit ihrer Gründung hat die Stiftung, die zu den größten Privatstiftungen Europas zählt, über 275 Millionen Euro ausgeschüttet (Stand: 1. Mai 2011). Gefördert werden gemeinnützige Projekte aus den Bereichen Sport, Medizin, Soziales und Bildung. Um kraftvoll und nachhaltig Nutzen in den vier Förderbereichen zu stiften, verwirklicht die Dietmar Hopp Stiftung ihre satzungsgemäßen Zwecke ferner durch gezielte Förderaktionen. Der Schwerpunkt der Förderaktivitäten liegt in der Metropolregion Rhein-Neckar, mit der sich der Stifter

besonders verbunden fühlt. Die Dietmar Hopp Stiftung ist Mitglied im Bundesverband Deutscher Stiftungen, im Verein Zukunft Metropolregion Rhein-Neckar und in der Sportregion Rhein-Neckar e.V.

Das Odenwald-Institut (OI)

Das 1978 von Mary Anne und Karl Kübel gegründete Odenwald-Institut der Karl Kübel Stiftung für Kind und Familie führt wertorientierte Seminare, Aus- und Weiterbildungen sowie Fachtagungen mit international anerkannten Fachleuten und Konzepten durch. Schwerpunkte sind Beruf, Kommunikation, persönliche Entwicklung für Fach- und Führungskräfte, Paare, Familien, Kinder und Jugendliche. Es zählt mit 450 Seminaren und rund 6.000 Teilnehmenden im Jahr, mit etwa 250 Kursleitenden, fünf Tagungshäusern und Buchhandlung zu den größeren Bildungseinrichtungen in Deutschland. Das als gemeinnützig anerkannte Institut ist Kooperationspartner des Landes Hessen beim Bildungs- und Erziehungsplan (BEP), in der Fortbildung von Lehrern und Schulleitern sowie Kooperationspartner des Kreises Bergstraße in der Jugendbildung. Seit 2010 ist das Odenwald-Institut Kooperationspartner der Aktion „Starke Weggefährten“ der Dietmar Hopp Stiftung und bietet Kurse für ehrenamtliche Sterbebegleiter an.



Foto 1: Ehrenamtliche Hospizbegleitende bei einem Seminar des Odenwald-Instituts für „Starke Weggefährten“

22. Juni 2011
Seite 6/6



Foto 2:
Durch das Verstehen und Einsetzen von Körpersprache können Sterbe- und Trauerbegleitende auch ohne Worte Nähe schaffen.