



**hospizbewegung**  
Münster e.V.

# Verständigung



**NR.5 / Frühjahr 2024**

# hospizbewegung

## Münster e.V.

### Inhaltsangabe

Vorwort.....	<i>Gabriele Knuf</i> .....	Seite 04
... der Schlüssel zur Welt.....	<i>Gabriele Knuf</i> .....	Seite 06
Über das Verstehen.....	<i>Antonius Witte</i> .....	Seite 08
Das hörende Herz.....	<i>Nastasja Sieberg</i> .....	Seite 10
Buchtip: „Du wirst noch an mich denken“.....	<i>Gabriele Knuf</i> .....	Seite 11
Von der Sehnsucht, verstanden zu werden.....	<i>Eva Schmidtke</i> .....	Seite 12
Birne oder Apfel - ist das hier die Frage?.....	<i>Stefan-Matthias Richter</i> .....	Seite 14
Von der Kunst des aktiven Zuhörens.....	<i>Thomas Thissen</i> .....	Seite 16
Jenseits der Worte.....	<i>Cintia Scelza</i> .....	Seite 18
Gibt es ein Recht auf Lügen?.....	<i>Nastasja Sieberg</i> .....	Seite 20
Einem Menschen zu helfen.....	<i>Irmgard Bröker</i> .....	Seite 22
Mein Trauma - fehlende Verständigung.....	<i>Klaus-Dieter Walther</i> .....	Seite 24
Im Gespräch bleiben - bis zum Lebensende.....	<i>Gerhard Tangen</i> .....	Seite 26
Filmtipp: „Und dann steht einer auf“ .....	<i>Gabriele Knuf</i> .....	Seite 28
The Living Years.....	<i>Klaus-Dieter Walther</i> .....	Seite 29
Versprechen.....	<i>Erna Baumgart</i> .....	Seite 30
Sangeslust in jedem Alter.....	<i>Stefan-Matthias Richter</i> .....	Seite 33
Ärger in der Familie.....	<i>Christa Farwick</i> .....	Seite 34
Warum Beziehung Arbeit ist.....	<i>Marlis Lamers</i> .....	Seite 36
Drei Gesichter des Trauerns.....	<i>Jonathan Sieberg</i> .....	Seite 38
Gelingende Bindung bis zum Lebensende.....	<i>Jutta Schulzki</i> .....	Seite 40
Neues aus der Hospizbewegung		
Vortrag: „Gendersensible Trauerbegleitung“ .....	<i>Gabriele Knuf</i> .....	Seite 43
Herzlich Willkommen.....	<i>Marlena Wasserbauer</i> .....	Seite 45
Vortrag: „Über die Endlichkeit des Lebens“ .....	<i>Cintia Scelza</i> .....	Seite 46
Workshop: Assistierter Suizid.....	<i>Gabriele Knuf</i> .....	Seite 47
8. Nacht der spirituellen Lieder.....	<i>Thomas Thissen</i> .....	Seite 48
Kunstaussstellung „(Un)Vollendet“ .....	<i>Jens Terbrack</i> .....	Seite 50
Impressum.....	.....	Seite 52







## Liebe Freundinnen und Freunde der Hospizbewegung, liebe Leserin und lieber Leser!

Kennen Sie das auch? Das Gefühl, falsch verstanden worden zu sein, trotz mehrerer, auch unterschiedlicher Versuche, das eigene Anliegen zu erklären? So entsteht ein bunter Strauß an Missverständnissen, und oft liegt das nicht daran, dass man sich im „babylonischen Sprachgewirr“ verloren hat oder unterschiedliche Sprachen spricht, es geschieht auch innerhalb derselben Kultur.

Hier geht es nicht um das Verständigungsproblem beim Telefonieren, wenn die Verbindungen gestört sind, hier geht es eher um gestörte Verbindungen im Miteinander, deren verschiedene Ursachen auf Erlebnisse, Erfahrungen, Prägungen hinweisen können, die mit dem eigentlichen Gesprächsinhalt nichts oder nur wenig zu tun haben.

Vielleicht geht man von unterschiedlichen Voraussetzungen, von falschen Erwartungen aus, die nicht gleichsam bei allen Gesprächspartner\*innen vorhanden sind.

Vielleicht liegt es daran, dass die Bereitschaft zuzuhören oder sich auf einen gemeinsamen Standpunkt verständigen zu wollen, fehlt oder durch anderes dominiert wird.

Vielleicht liegt es daran, dass wir getrieben von Ungeduld sind und die eigene Antwort nicht zügeln können.

All das geschieht im innerfamiliären wie auch beruflichen Kontext und kann zu der Einschätzung, nicht genug gehört und gesehen zu werden, nicht wichtig oder wertgeschätzt zu sein, zu langanhaltenden Verstimmungen, schlimmstenfalls zu einer Art innerer Emigration führen.

Lassen Sie es nicht so weit kommen, suchen Sie das Gespräch! Denn wir können nicht NICHT-kommunizieren, unsere Körperhaltung und unser Gesichtsausdruck, unsere Gesten und unsere Stimme, unser Gang und selbst unsere Kleidung sind Formen der Kommunikation. Lassen Sie keine (Fehl-) Interpretationen zu, sondern lassen Sie andere teilhaben an Ihrer Haltung und Ihren Gedanken. Reden hilft! Immer!

In diesem Sinne: Lassen Sie uns im Austausch miteinander bleiben, der Anfang kann dieses MITTENDRIN sein.

*Text und Foto: Gabriele Knuf*

## Miteinander reden

Ich war überzeugt,  
dass du mich falsch verstanden hast,  
dass du falsch gehandelt hast,  
dass du im Unrecht warst.

Ich habe geschwiegen,  
auf dein versöhnliches Wort gewartet  
und Schweigen erhalten,  
und viel Zeit zum Nachdenken.

Da habe ich entdeckt,  
dass auch ich dich falsch verstanden habe,  
dass auch ich falsch gehandelt habe,  
dass auch ich im Unrecht war.

Ich spüre,  
auch du hast nachgedacht.  
Lass uns nun miteinander reden.

*Giesela Baltes*  
*[www.impulstexte.de](http://www.impulstexte.de)*

## ... der Schlüssel zur Welt ...

**Ohne offene Kommunikation und wertschätzenden Austausch, ohne die Bereitschaft genau hin- und zuzuhören, sind weder Verständigung noch Verständnis möglich, denn gegenseitiges Verstehen-Wollen ist die Grundlage guten Miteinanders.**

### Was wären wir Menschen ohne Kommunikation?

Kommunikation ist das wohl wichtigste Verständigungsmittel zwischen uns Menschen. Wir tauschen Informationen aus, fordern andere zu bestimmtem Handeln auf oder zeigen und sprechen über unsere Gefühle. Persönliches Temperament, Interesse, Motivation, Sprachkompetenz, aber auch Ängste und Einstellungen, seelische, geistige und körperliche Befindlichkeiten tragen zu einem wechselseitigen Austausch bei.

Leider ist Kommunikation nicht immer eindeutig, aber trotz der Unschärfen ist sie der einzige Zugang zu Menschen, zu ihrem Denken, Fühlen und Verhalten, insofern ist Kommunikation als Voraussetzung für die Weiterentwicklung der Menschen zu bewerten.

Voraussetzung für eine echte Verständigung ist eine gemeinsame, verständliche, adressat\*innengerechte Sprache und Verständigungsbereitschaft. Ignoranz, Arroganz oder stures Festhalten an der jeweils eigenen Meinung, eine aggressive Wortwahl oder Drohgebärden tragen kaum zu gegenseitigem Verstehen und einer erfolgreichen Verständigung bei. Das bezieht auch zielgerichtetes Auslassen von Fakten ein, damit eine objektive Meinungsbildung erschwert wird. Diese Verhaltensweisen verhindern auch, dass sich soziale Kontakte und faire Teilhabe für alle bilden können.

Schwierig in der Kommunikation wird es auch, wenn einer der Gesprächspartner\*innen das Gegenüber - vorausseilend in der Annahme, die nachfolgenden Aussagen schon zu kennen - „im Eifer des Gefechts“ unterbricht. Diese Art der Kommunikation ist genauso wenig hilfreich für einen Dialog wie der Versuch, Verständigung zu erzwingen, denn einseitige Interessens- und Motivlagen stehen einer Verständigung im Wege.

Insofern ist gerade bei der Vermittlung komplexer Themen die Bereitschaft, sich aktiv um Verständnis und Erkenntnisgewinn zu bemühen, unverzichtbare Voraussetzung.

Sowohl in vielen beruflichen Bereichen als auch im Privaten erleben wir, dass zu wenig ernsthaft zugehört wird, dass Diskussionen oder Dialoge eher „Makulatur“ sind, wenn sie ohne die Offenheit geführt werden, andere Meinungen zuzulassen und die eigene Einstellung zumindest zu hinterfragen. Wenn es nur darum geht, sich nicht nachsagen lassen zu müssen, es nicht versucht zu haben. Ist dies das alleinige Motiv für einen Austausch, verwundert es nicht, wenn am Ende alle enttäuscht oder frustriert sind.

Aber es geht auch anders: Mediator\*innen und/oder Supervisor\*innen können festgefahrene Gesprächssituationen durch den frischen „Blick von außen“ beleben oder durch eine besondere Fragestellung neues Denken ermöglichen. Sie geben sachliche Hinweise, die von den Teilnehmenden oft leichter angenommen werden, denn der Mediator ist nicht persönlich involviert und fühlt sich nicht angegriffen, gekränkt oder verletzt. Er trägt dazu bei, dass sich die Beteiligten mutiger äußern, sie fühlen sich quasi in einem „geschützten Raum“.

Außerdem wird die Bedeutung von Zuhören, Erklären, Abwägen in den Blick genommen. Ob eine Verständigung tatsächlich langfristig erfolgreich gewesen ist und zu einem „Verstehen“ geführt hat, hängt auch von der inneren Bereitschaft der Gesprächspartner\*innen ab. Rückmeldungen tragen dazu bei, Verhaltensweisen, die wir selbst gar nicht sehen, zu reflektieren und damit uns selbst besser zu verstehen.

Der Mensch verfügt über eine große Palette diverser Möglichkeiten sich mitzuteilen: Er kann sich schriftlich, verbal oder nonverbal äußern. Stimme und Sprache (Tonfall, Lautstärke, Sprechtempo), Mimik und Gestik vermitteln dem „Adressaten“ auch etwas über die Stimmung des „Senders“.

Unmittelbar zu hören ist die Stimme, die abwechslungsreich intoniert und jeweils der aktuellen Situation angepasst werden kann: laut oder leise, sanft oder fordernd, zärtlich-sanft oder kalt, energisch oder fragend, oft unterstützt durch einen entsprechenden Gesichtsausdruck. Verbale Äußerungen werden häufig auch durch Gesten wie den erhobenen Zeigefinger, kräftiges Aufstampfen mit den Füßen oder unmissverständliches Kopfschütteln unterstrichen. Manchmal genügen auch kleine Gesichtsregungen wie hochgezogene Augenbrauen, Stirnrunzeln, heruntergezogene Mundwinkel oder ein „Lächeln bis in die Augen“. Blicke können abschätzend, musternd, durchdringend, wertschätzend, angstvoll, ehrlich, neugierig, offen, abweisend, Ekel ausdrückend oder einladend sein, das alles sind deutliche Signale und Indizien für die Befindlichkeit derer, die miteinander im Austausch sind.

Immer da, wo Sprache versagt, die kognitive Leistungsfähigkeit stark eingeschränkt ist, zum Beispiel bei komatösen Patient\*innen oder während der finalen Sterbephase, ist es besonders bedeutsam, andere Wege der Kommunikation zu nutzen. Hier geht es darum, dem leidenden Menschen deutlich zu machen, dass er nicht allein ist, dass jemand anderes seine Bedürfnisse zu erspüren versucht. Zuwendung, Aufmerksamkeit, eine sanfte Stimme, leises Vorlesen, Summen oder Singen, Berührung - soweit sie als angenehm und nicht als grenzüberschreitend empfunden wird - können dazu beitragen, eine vertraute Atmosphäre zu schaffen, in der Sterbende ruhig werden oder es bleiben.

Schriftlicher Austausch hat sich in Zeiten digitaler Medien stark verändert. Während heute Emails und Whatsapps mit Kürzeln und/oder Emojis ein Teil der Kommunikation sind, war Briefe zu schreiben früher selbstverständlich. Schon die Auswahl von Papier und „Schreibgerät“, Füllfederhalter oder Bleistift war eine Art Vorbereitung auf das Folgende. Da die Korrektur nur durch Neuschreiben möglich war, konzentrierte man sich vor dem Schreiben, schrieb sogar manchmal vor. Man beschwor seine Gefühle, philosophierte über das Leben im Allgemeinen und Speziellen, berichtete von Reiseerlebnissen, tauschte sich über Bücher aus, verschickte Rezepte, Tipps für den Garten und vieles mehr. Dieser Austausch war eine Bereicherung für viele.

Im Nachlass meiner Mutter fand ich - klassisch mit Schleifenband zusammen gehalten - viele Briefe meiner Eltern aus der ersten Zeit ihres Kennenlernens. Einen las ich, danach entschied ich, dass mich das nichts angeht. Da ich keine Nachkommen habe, verbrannte ich diese Schriftstücke, auch um die Intimsphäre meiner Eltern zu schützen. Gleichzeitig mute ich niemandem zu, dieses nach meinem Ableben zu tun.

Aber vielleicht ist es sogar sinnvoll, den Hinterbliebenen einen Hinweis zu geben, welche Erinnerungsstücke für nachkommende Generationen vielleicht von Bedeutung sein und bewahrt werden könnten. Übrigens kann man digitale Notizen heute einfach in einer Cloud ablegen.

Sorgen wir alle miteinander dafür - egal welche Formen der Verständigung wir nutzen - im Dialog zu bleiben - respektvoll, tolerant und einfühlsam.



*Gabriele Knuf lebt in Köln und ist seit 2009 Mitglied der Hospizbewegung Münster, seit 2021 im Vorstand. Sie leitet die Redaktion MITTENDRIN.*

**„Ein Vakuum, geschaffen durch fehlende Kommunikation, füllt sich in kürzester Zeit mit falscher Darstellung, Gerüchten, Geschwätz und Gift.“**

Cyril Northcote Parkinson (1909 - 1993), britischer Soziologe

## Über das Verstehen

**„Großmutter, warum hast du so große Ohren?“ Wir wissen aus dem Märchen, dass sie dem Wolf gehören und erfahren, dass die Geschichte für die Großmutter und Rotkäppchen, die zuvor keinem Wolf begegnet war, gut ausgeht.**

Große Ohren allein sind kein Garant für gutes Hören im akustischen Sinn, jedoch kann man bemerken, dass die Ohren im Alter größer werden und die Natur - so eine Theorie - mit den größeren Ohrmuscheln die nachlassende Hörfähigkeit kompensieren möchte. Hören ist einerseits die Voraussetzung dafür, akustisch etwas wahrzunehmen, andererseits bedeutet das nicht, dass das Gesagte auch inhaltlich erfasst und verstanden worden ist. Auch gehörlose Menschen, die sich mangels Akustik in Gebärdensprache verständlich machen, haben dieses Verständigungsproblem. Für alle wäre es vielleicht ein schönes „Teekesselchen-Spiel“, die Bedeutungen des Begriffs „Verstehen“ gestisch und mimisch darzustellen.

Der unbedarfte Jüngling in der Geschichte „Kannitverstan“ war ausgesprochen kommunikativ in der Fremde, er wollte Unverständliches erfahren und verstehen. Seine vielen Fragen nach dem „Warum, Wer, Was und Wozu“ usw. erhielten immer die gleiche Antwort: „Kannitverstan“. So kam bei ihm die Vorstellung auf, dass von einer bedeutenden Persönlichkeit die Rede sei. An den Ohren hatte es bei dem Jüngling nicht gelegen ...

Bei der ratsuchenden Frage: „Verstehst du mich?“ ist jedem klar, dass es nicht um ein Hörproblem, sondern nur um Verständigung und Verständnis geht. „Ich verstehe dein Problem“, zeigt das inhaltliche Begreifen einer Botschaft. Dieses Verstehen beruht auf Empathie und der Fähigkeit, sich einzufühlen in die Persönlichkeit des Gegenübers. Dazu gehört auch, ähnliche Werte und Interessen zu teilen und/oder sich durch Zuneigung verbunden zu fühlen. Befreundete oder partnerschaftlich verbundene Menschen verstehen sich manchmal auch ohne Worte.

Andauerndes Nichtverstehen, häufige Missverständnisse in einer Beziehung machen das Zusammenleben zur Qual oder zu einem Quell ständiger Überraschungen.

Wir werden in einen familiären und gesellschaftlichen Beziehungskontext hinein geboren. Wachsen auf mit ungeschriebenen Verhaltensmustern, die von uns zunächst ungeprüft angenommen und problemlos verstanden werden. Wir erkennen die „Messages“, die verbalen und nonverbalen Botschaften innerhalb unseres sozialen Milieus. Wir lernen ihre Bedeutung, wir bewegen uns mit ihnen. Sie geben uns Sicherheit. Unsere Sprache gehört dazu, aber auch Verhalten, Gestik und Mimik. Aus der Kognitionsforschung wissen wir, dass darüber hinaus die Mimik, der Ausdrucks eines Gesichts kulturübergreifend verstanden wird. Freude, Trauer, Schmerz, Wut und Ekel lassen sich bei den meisten Menschen erkennen, egal wie sie sozialisiert sind, wo sie wohnen, welcher Gemeinschaft sie angehören.

Unsere archetypischen Erkennungsmuster bedürfen keiner besonderen Interpretation und brauchen keine gemeinsame Sprache, sie sind universell verständlich und unmittelbarer Auslöser von Gefühlen. Hier ist die „Mimik die Message, der einführende Blick das Medium“, um mit dem Vokabular des kanadischen Geistes- und Kommunikationsforschers Marshall McLuhan (1911-1980) zu sprechen. Niemand kann sich damit herausreden, den Schmerz eines anderen Menschen nicht wahrgenommen zu haben, „Kannitverstan“ ist nicht glaubwürdig. Gesellschaftliche Entwicklungen wie das Herausbilden von Hierarchien, die Zuschreibung von Werten bei Menschen, Kulturen, Religionen, die sich als besonders auserwählt und als etwas „Besseres“ betrachten, bilden keine Grundlagen für Verständnis.





Foto: Sabine Faber

Im Neuen Testament (Apostelgeschichte 2ff) wird das sogenannte Pfingstwunder beschrieben, das darin besteht, dass sich alle Anwesenden unabhängig ihrer Herkunft und Sprache verständigen können. Für mich manifestiert sich hier ein überkulturelles Verständnis und ein Verstehen der geradezu unglaublichen Vorgänge. Dieses kollektive Verstehen ist für mich Ausdruck des „Verstehen-Wollens“. Hier sind alle Menschen gleichermaßen berührt und bilden in diesem Sinn eine homogene Gruppe. Sie verstehen und akzeptieren einander, weil sie offen und empfänglich für das Geschehen sind, es annehmen und glauben.

Wenn wir die Komplexität des „Verstehen-Könnens“ und des „Verstehen-Wollens“ auf unsere Gegenwart beziehen, berühren wir ein Kernproblem unserer Gesellschaft. Wir haben es nicht mehr mit einem fest stehenden Kodex zu tun, die Mechanismen der ungeschriebenen Gesetze funktionieren im Allgemeinen nicht mehr. In vielen Bereichen ist nicht mehr selbstverständlich, was man als „Common Sense“ bezeichnen kann. Der Begriff des „gesunden Menschenverstands“ ist in Deutschland bekanntlich missbraucht worden, darum hier der Gebrauch des Begriffs des „Common Sense“. Unsere Gesellschaft ist eine individualistische geworden, aufgespalten in unterschiedliche Milieus - und das weltweit. Bei der Kommunikation benutzt man zielgruppenspezifische Ausdrucksweisen.

Der Verlust eines „Common Sense“ hat zu Krisen und Kriegen geführt, in denen sich die Gesellschaften rund um den Globus befinden. Dieser „Sprach- und Werteverwirrung“ zu begegnen, sollte 1948 mit der „Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte“ durch die Vereinten Nationen begegnet werden. Die dort formulierten Bekenntnisse sollten zum ersten Mal überkulturelle Gemeinsamkeiten zum Ausdruck bringen, und zeigen, dass sich politisches Handeln an humanitären Grundsätzen orientieren soll.

Dieser Ansatz ist bis heute richtig, nur wird immer deutlicher, dass das persönliche Handeln aller gefragt ist, und dass das Erkennen dieser Notwendigkeit eine individuelle Verantwortung ist. Wenn wir zum Schluss unser eigenes gesellschaftliches Engagement in diesen Zusammenhang stellen und reflektieren, dann zeigen wir mit unserem Tun diese Verantwortung, die wir spüren.

Man muss nicht immer alles, was geschieht, verstehen. Doch habe ich etwas verstanden, bedeutet es für mich Stellungnahme, Haltung und Handlung, indem wir Verständnis aufbringen und uns mit unserem Können und Tun dem Gegenüber zuwenden - ohne Ansehen der Person.



*Antonius Witte ist seit 2009 ehrenamtlich in der Hospizbewegung Münster in verschiedenen Bereichen tätig. Er ist derzeit Sprecher des Vorstands.*

## Das hörende Herz - warum Verstehen manchmal Schweigen bedeutet

**Gesellschaftliche und politische Umbrüche fordern uns heraus, uns zu allen möglichen Themen zu positionieren und Antworten zu finden. Doch: Liegt nicht vor der Antwort immer erst die Frage? Warum Zuhören zentral für jedes Verstehen ist.**

Es ist schon eine besondere Situation, in der wir den jungen Salomo im 1. Buch der Könige vorfinden: Große Fußstapfen liegen vor ihm, jetzt, da er seinen Vater David als König beerben soll, und zwar in „*einem Volk, so groß, dass es wegen seiner Menge niemand zählen noch berechnen kann*“.

Nun geschieht angesichts dieser für uns *Normalos* unvorstellbaren Aufgabe auch noch etwas, das sich wohl jede\*r zu irgendeinem Zeitpunkt des Lebens einmal gewünscht hat: Salomo bekommt von Gott einen Wunsch zugesprochen! In seiner Weisheit wünscht er sich, mit einem „*hörenden*“ Herzen ausgestattet zu werden (1. Könige 3,5-9).

Es geht mir beim Hinweis auf diese biblische Geschichte nicht darum, sie theologisch auszudeuten; es ist für mich auch kein Text nur für gläubige Menschen. Vielmehr drückt sich hier eine Erfahrung aus, die so alt ist wie die Menschheit selbst: Nur wer zuhört und sich „*offen macht*“ für das, was seinem Herzen zugetragen wird, kann ein weiser, d.h. verständiger Mensch sein.

Zwar gehe ich davon aus, dass niemand von uns vor der Aufgabe steht, in absehbarer Zeit ein Volk zu regieren, doch erleben auch wir immer wieder große Herausforderungen:

Da ist zum Beispiel die gesamtgesellschaftliche Erfahrung der Corona-Pandemie, die uns erheblich gefordert hat, weil innerhalb kürzester Zeit weitreichende Entscheidungen getroffen werden mussten. Die Konsequenzen dieser Entscheidungen bekommen wir stark zu spüren, etwa in Form einer politisch ziemlich aufgeheizten Stimmung im Land. Da sind aber auch Kriege, die - teils vor unserer Haustür - Antworten oder zumindest eine klare Haltung von uns erfordern.

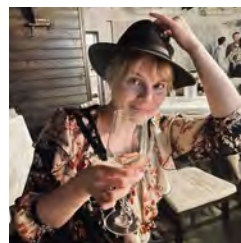
Auch in unserem hospizlichen Alltag gibt es Themen von Tragweite:

Wie positioniere ich mich innerhalb der Debatte zur (aktiven) Sterbehilfe? Oder, praktischer: Was muss ich als Trauer-/Sterbebegleiter\*in eigentlich genau leisten? Muss ich Antworten auf die sich aufdrängenden Fragen im Sterbe- oder Trauerprozess geben? Was denke ich denn selbst über Sterben und Tod?

Salomo ist als Mensch in seiner Gesamtheit und nicht nur in seiner Rolle als König gefordert. Um ein verständiger Mensch zu sein, muss er sich bemühen, ganzheitlich hinzuhören. Deswegen wird im Text das hörende *Herz* und nicht etwa das hörende *Ohr* benannt. Es geht um das „*innerliche*“ Offenmachen für die Erfahrungen und Nöte des\*r anderen in seinem/ihrem Anderssein.

Die Bereitschaft, anderen zuzuhören und offen zu sein für deren Haltungen, nimmt in unserer Gesellschaft tendenziell ab. Der Münsteraner Islamwissenschaftler Thomas Bauer nennt das „*Ambiguitätsintoleranz*“, ein ziemlich kompliziertes Wort für eine einfache Sache: Aufzeigen soll es, dass wir uns schwertun, Vieldeutigkeit auszuhalten. Klarheit ist das Gebot der Stunde!

Die meisten Situationen unseres Lebens sind aber nicht klar und einfach. Auch in der Kommunikation schwingt immer etwas Uneindeutiges mit, so sehr ich mich auch um Verständnis bemühe. Umso wichtiger ist es, mit ganzem Herzen still zu werden, genau hinzuhören. Raum für das Anderssein des Gegenübers zu lassen und manchmal besser zu fragen und zu schweigen statt zu antworten.



*Nastasja Sieberg, lebt in Dortmund und engagiert sich seit 2021 als Trauerbegleiterin in der Hospizbewegung Münster. Sie ist seit 2023 Mitglied im Redaktionsteam.*



### Buchtip: „Du wirst noch an mich denken“

**In diesem Buch geht es um die generationsübergreifenden Auswirkungen traumatischer Erfahrungen, die ambivalenten Gefühle einer Tochter gegenüber einer durch das außergewöhnlich tragische Familienerbe schwer belasteten Mutter und den Versuch zu verstehen.**

Anlass für dieses Buch ist ein altes Foto, das der Autorin zufällig in die Hände fällt. Zu sehen sind Barbara von Dohnanyi, die Mutter der Autorin Dorothee Röhrig und sie selbst als Zweijährige. Schnell tauchen bei ihr Fragen auf, die sie in den nächsten Jahren intensiv beschäftigen.

Was weiß sie über diese Frau? Als deren Vater Hans von Dohnanyi und Bruder Dietrich Bonhoeffer als Widerstandskämpfer hingerichtet wurden, war Barbara 18 Jahre alt. Welche Prägungen, welche Auswirkungen haben diese Schicksalsschläge auf den einzelnen Menschen und das Familiengefüge? Welche Folgen hat die Kränkung, lange um Wertschätzung gerungen haben zu müssen, während Nazi-Täter nach 1945 rehabilitiert und unbehelligt leben konnten.

Diese Vernachlässigung sieht die Autorin als *„Familientreibstoff, der sich in besonderer Leistungsbereitschaft sowie in gelegentlichem Hochmut bis heute zeigt.“*

Fragen darüber, wer ihre Mutter tatsächlich war, welche Beweggründe sie leiteten, warum sie ihr Leben lang distanziert geblieben war und emotionale Nähe kaum zulassen konnte, tauchen auf und beschäftigen Röhrig viele Jahre.

Sie versucht herauszufinden, warum sie, die erfolgreiche Autorin, sich von der Mutter gängeln und bevormunden ließ und den Grenzüberschreitungen kaum etwas entgegenzusetzen hatte.

Wie schwer erträglich das für sie oft war, macht Röhrig deutlich.

Ihre Auseinandersetzung mit der Familiengeschichte soll vor allem dazu dienen, Verständnis entstehen zu lassen für die mütterliche Strenge, die Anforderungen, Ansprüche und die emotionale Distanz. Die Tochter versucht, die schwierige Mutter zu erklären und zu verstehen, um so zu Versöhnung und eigenem Frieden zu kommen; eine offene Verständigung auf Augenhöhe zu Lebzeiten von Barbara gelang nicht. Erst die Auseinandersetzung mit der Familiengeschichte verhalf der Autorin zum liebevollen Verstehen.

Ein Buch, das aufgrund der Widersprüchlichkeit im Kontext der realen Lebenssituation - erfolgreiche Schriftstellerin, selbstbewusste Chefredakteurin einer Zeitschrift versus angepasste und um Lieberingende Tochter - zu intensiven Diskussionen in meinem Umfeld geführt hat und mich veranlasste, meine eigene Geschichte mit meiner Mutter großzügiger und etwas milder zu betrachten.

*Text und Foto: Gabriele Knuf*



## Von der Sehnsucht, verstanden zu werden - die Plauderbank, ein Sehnsuchtsort?

**Sprache ist ein Menschheitsthema! Obendrein hochspannend, was mit ihr selbst alles geschehen kann und was mit denen geschehen kann, die sie benutzen.**

Das Thema Sprache hat mich seit jeher fasziniert, das Wesen der Sprache, die Möglichkeiten des kommunikativen Umgangs mit ihr. Der eigentliche Tiefgang stellte sich aber erst ein, als ich die Aussage des Philosophen Wittgenstein las: „Die Grenzen meiner Sprache sind die Grenzen meiner Welt“ und erkannte, dass unsere Kommunikation von dieser Wahrheit bestimmt wird. Sich Verständigen ist ein grundlegendes Bedürfnis der Menschen. Wie wichtig ist es also, um Verständigung zu ermöglichen, sich der Grenzen der Welt des Sprechers ebenso bewusst zu sein wie der des Empfängers einer Nachricht!

In einer Zeitung stand kürzlich ein Artikel, fast wie bestellt, mit der Schlagzeile „Probleme entstehen aus gegenseitigem Nicht-Verstehen“. Die größte Sehnsucht des Menschen ist es nun mal, nicht nur sich mitzuteilen, sondern vor allem verstanden zu werden. Missverständnisse sind aber im Alltag, in der Berufswelt, überall, wo Menschen versuchen sich zu verständigen, weitverbreitet.

„Du verstehst mich nicht!“ ist in vielen Beziehungen ein häufig wiederkehrender und manchmal verzweifelter Satz. Der Schriftsteller Wolfgang Herrndorf treibt es sogar auf die Spitze, wenn er sagt: „Ich stelle fest, dass ich das Missverständnis für das Wesen der Kommunikation halte.“

So übel sollte es mit unserer Verständigung aber nicht aussehen! Wenn man dem Kommunikationspsychologen Schulz von Thun Glauben schenkt, wären Missverständnisse bzw. Kommunikationsstörungen durchaus zu vermeiden, wenn man sich darüber im Klaren wäre, dass jede sprachliche Botschaft aus verschiedenen Elementen besteht: Es geht selten nur um die Information an sich, vielmehr auch um die eigene gedankliche und psychische Welt und um die des Empfängers. Selbst die Beziehung zwischen Beiden spielt eine Rolle. All' das zu ignorieren, bedeutet eine Störung in der Verständigung.

Nicht einmal so eine unverfängliche Aussage wie „Es regnet“ ist als reine Information zu sehen. Es schwingt meist ein „schade“ oder „gut“ mit. Solche Implikationen nicht zu beachten, ist die Basis für ein Missverständnis. Eine sinnvolle Form der Kommunikation bedarf offensichtlich einer genauen Wahrnehmung des Gegenübers. Könnte man vielleicht sogar von Empathie reden?

Ob die Gefahr, sich misszuverstehen, wohl auch für harmloses Plaudern gilt? Oder geht es da nur darum, sich einfach mal zwanglos mitteilen zu können. Bei diesen Fragen musste man einfach auf die Münsteraner Plauderbank stoßen. Es geht um eine mobile Bank, die an Orte, an denen sich möglichst viele Menschen aufhalten, gebracht wird. Auf ihr finden dann Begegnungen und Gespräche statt.





Ein erstaunliches Projekt, über das ich unbedingt mit Lars Büscher, einem der Väter der Plauderbank, sprechen möchte.

Lars Büscher ist 1976 in Rheine geboren, und er arbeitet für das Projekt *Kultur:inklusive*. Er ist Dichter, und Themen wie Tod und Einsamkeit haben ihn als Hypersensiblen, der jahrelang mit Depressionen belastet war, immer interessiert. Seine Gedichte liest er gerne auf der Plauderbank für die vor, die zuhören mögen und darüber hinaus auch über sich selbst reden mögen. Auf meine Frage, was er unter Verständigung versteht, findet er, dass nicht nur sprachliche Kommunikation dafür nötig ist, sondern auch Körpersprache. Leider gebe es das Wort „*Missverständigung*“ nicht, meint er schmunzelnd. Aber Missverständnisse kämen auf der Plauderbank sowieso eher nicht vor. Gerade in diesem Zusammenhang möchte ich gerne wissen, ob Poesie für ihn als Dichter eine Möglichkeit der Verständigung sei. So sei sein Gedicht „*In meiner Welt*“ schon mit der ersten Verszeile „*In meiner Welt ist morgens Herbst*“ nicht einfach für einen Hörer zu verstehen.

Lars Büscher erklärt, es gehe dabei um Depressionen. Aber es mache ihn nicht traurig, wenn jemand etwas anderes in diesen Zeilen sieht. Der Hörer brauche seinen ganz eigenen Raum, und das habe nichts mit Missverständnissen zu tun. Auf der Plauderbank habe er bisher immer wieder seine Gedichte vorgelesen. Die Menschen, die vorbeigingen, würden aber von Lars Büscher zunächst gefragt, welches Gedicht sie hören wollten. Meist werde gesagt, sie wollten etwas „*über das Leben*“ hören. Daraus ergebe sich dann fast immer ein Gespräch, zunächst über das Gedicht und dann über die Welt des jeweiligen Gesprächspartners. Einsamkeit sei ein häufiges Thema. Dabei heiße Plaudern einfach da sein, da, wo die Leute in ihrem Alltag sind.

Gedichte seien eine gute Basis, um über das Leben überhaupt zu reden. Immer wieder kämen biografische Details der unterschiedlichsten Leute zur

Sprache. Nach dem Vortrag seines Trauergedichts habe eine Frau über den kürzlich verstorbenen Ehemann gesprochen. Sie fühlte sich durch das Gedicht in ihrem Leid verstanden. Viele der Vorübergehenden sehnten sich danach einfach zu reden und verstanden zu werden.

Oft höre er den Satz „*Sie haben recht mit dem, was Sie in Ihren Gedichten beschreiben.*“

Trauer oder Einsamkeit spielen immer wieder eine Rolle. Die Reaktion einer Frau auf sein Müttergedicht war: „*Mein Sohn ist das Einzige, was mir Halt gibt.*“ Auf der Straße würde man solch intime Details niemals besprechen.

Dazu ist die Plauderbank da! Die Leute öffnen sich in kürzester Zeit. Das komme von der außergewöhnlichen Situation, nebeneinander auf der Bank zu sitzen, so Lars Büscher. Die Bank könne zusätzlich auch dem Dichter Selbstbewusstsein geben. Kommen die Texte an oder nicht? Reagieren die Leute darauf? Fühlen sie sich zum Gespräch eingeladen? Das ist immer eine neue Herausforderung.

Von „*Verstehensproblemen*“ ist während unseres Gesprächs nicht die Rede. Es geht wohl für die Menschen mehr darum zu reden, zu erzählen und nicht alleine mit sich selbst reden zu müssen.

Ich freue mich Lars Büscher, den Dichter und empathischen Gesprächspartner, kennengelernt zu haben und außerdem endlich zu wissen, was eine Plauderbank ist, nämlich der Sehnsuchtsort der Verständigung.



Foto und Text: Eva Schmidtke  
Studiendirektorin für die  
Bereiche Sprache, Literatur und  
kreatives Schreiben.  
Sie leitet Schreibwerkstätten,  
Literaturkurse und führt Buch-  
projekte und Lesungen durch.

**„Es genügt nicht, zur Sache zu reden, man muss zu den Menschen reden.“**

Stanislaw Jerzy Lec (1909 - 1966), polnischer Satiriker

## Birne oder Apfel - ist das hier die Frage?

Am 12. November 2023 wäre Vicco von Bülow alias Loriot 100 Jahre alt geworden. Dem Ausnahmekünstler, der gern auch „Vater des gepflegten Humors“ genannt wird, gelang es immer wieder, die Schwierigkeiten in der zwischenmenschlichen Verständigung humorvoll darzustellen.

Es ist nicht immer so leicht, sich im Gespräch klar auszudrücken, sich zu verständigen beziehungsweise sich verständlich zu machen. Auch wenn man dieselbe Sprache spricht, kommen Mitteilungen von einem zum andern oft anders an, als sie gedacht waren.

Eine Botschaft, die auf der einen Seite sachlich gemeint ist, wird auf der anderen Seite mitunter persönlich genommen. Je nachdem, wie zwei Menschen zueinander stehen und wie es um ihre Beziehung bestellt ist, folgen darauf unterschiedliche Interpretationen und Reaktionen. „Wie ist es gemeint? Ist das etwa eine Aufforderung, wie ich mich verhalten soll? Oder zeigt der andere mir eher, wie er sich gerade selbst fühlt?“



Foto: Sabine Faber

In der legendären Filmkomödie „Pappa ante portas“ von und mit Loriot und Evelyn Hamann kommt es zwischen dem Ehepaar Lohse beim gemeinsamen Mittagessen zu folgendem Dialog:

Er: „Was ist denn das?“

Sie: „Birne Helene“

Er: „Das ist aber ein Apfel!“

Sie: „Mit Schokoladensoße!“

Er: „Dann ist es aber keine Birne Helene, sondern ein Apfel Helene!“

Sie: „Das gibt's überhaupt nicht!“

Er: „Ein Apfel ist ein Apfel, und eine Birne ist eine Birne!“

Sie: „Lass es stehen, wenn's Dir nicht schmeckt!“

Er: „Es schmeckt mir ja!“

Sie: „Dann iss es doch!“

Er: „Ich esse es ja - aber nicht unter falschem Namen!“

Ja, in dieser Szene kommen zwei Menschen, die sich eigentlich zusammengehörig fühlen, zu keiner Übereinkunft. Einer redet von Äpfeln, die andere von Birnen. Er belehrt, sie ist genervt und reagiert beleidigt. Dahinter aber steht, wie so häufig, ein anderes Thema. Denn beide sehen sich durch seinen spontanen Wechsel in den Ruhestand mit einer neuen Lebenssituation konfrontiert und sind überfordert, schaffen es aber nicht, dies dem anderen mitzuteilen. Eine Situation, die viele Menschen kennen dürften.

Der bekannte Kommunikationspsychologe Friedemann Schulz von Thun hat in den 1980er Jahren in seinem Buch „*Miteinander reden - Störungen und Klärungen*“ Modelle vorgestellt, die zwischenmenschliche Kommunikation vereinfachen sollen. Jeder Mensch hört nach seiner Theorie eine Botschaft mit „*vier Ohren*“: Mit dem „*Sach-Ohr*“ die sachlichen Informationen; mit dem „*Selbstoffenbarungs-Ohr*“ vernimmt er die Gefühle seines Gegenübers. Wie beide Gesprächsparteien zueinanderstehen, empfängt das „*Beziehungsohr*“, und was die sendende Seite möchte, hört das „*Appell-Ohr*“.

Im Fall der Eheleute Lohse bemüht sich der Ehemann vermeintlich um Sachbotschaften: „*Das ist aber ein Apfel*“ und „*ein Apfel ist ein Apfel und eine Birne ist eine Birne*“, die Gattin versteht darunter eine Selbstoffenbarung, meint zu hören, dass es ihm nicht schmeckt und wittert Kritik an ihren Kochkünsten (Beziehung).

Dabei geht es aber eher um ein anderes, übergeordnetes Thema: nämlich die versteckte Sorge: „*Wie sollen wir mit der neuen Situation umgehen?*“

In seinem Buch stellt Friedemann Schulz von Thun noch einige Möglichkeiten vor, wie man die Kommunikation untereinander verbessern kann. An dieser Stelle möchte ich bemerken, dass ich hier einige interessante Ansätze dazu kennengelernt habe, genauso wie beim Ehepaar Lohse zwei Fragen zur Lösung führen: „*Worum geht es hier eigentlich? Und: sollten wir nicht mal wieder ehrlich miteinander reden?*“

Beide haben es zum Ende des Films tatsächlich geschafft, die Dinge ehrlich anzusprechen und ihren ganz eigenen Lösungsansatz zu finden, aber ... sehen Sie selbst ... ich wünsche gute Unterhaltung!



*Stefan-Matthias Richter ist seit 2011 Mitglied der Hospizbewegung Münster, engagiert sich als Sterbebegleiter und ist seit 2014 Mitglied im Redaktionsteam.*

Quelle: Friedemann Schulz von Thun: *Miteinander reden - Störungen und Klärungen*, Hamburg 1981  
Loriot: *Pappa ante portas*, Rialto Film, Bavaria Film, 1991

Noch Worte suchen, die etwas sagen  
wo man Menschen sucht, die nichts mehr sagen.  
Und wirklich noch Worte finden,  
die etwas sagen können,  
wo man Menschen findet,  
die nichts mehr sagen können?

*Erich Fried*

**„Für ein gutes Gespräch sind die Pausen genauso wichtig wie die Worte.“**

Heimito von Doderer (1896 - 1966), österreichischer Schriftsteller

## Von der Kunst des aktiven Zuhörens

**„Die meisten Menschen hören nicht zu, um zu verstehen, sondern um zu antworten“, meint der amerikanische Autor Stephen R. Covey. Umso wichtiger ist es, ein aufmerksamerer und verständnisvollerer Zuhörer zu werden.**

Mit großem Interesse, Neugier und Herzblut besuche ich seit Juni 2023 die „Leadership-Masterclass-Fortbildung“ in Köln. Diese Art der Fortbildung hilft mir, meine kommunikativen Fähigkeiten und meinen Umgang mit anderen Menschen zu hinterfragen und zu verbessern. Zuhören und Verständigung sind wichtige Aspekte, offen, wertschätzend und effektiv zu kommunizieren und erfolgreich zu sein.

Gutes Zuhören ist mehr als nichts zu sagen. Es ist die Kunst, echtes Interesse an seinem Gegenüber zu zeigen. Ein offenes Ohr ist der schnellste Weg zum Herzen anderer Menschen, es schafft eine Verbindung. Zuhören ist DIE geheime Superkraft und leider eine aussterbende Tugend.

Vielen Menschen ist eher daran gelegen zu beeindrucken und dabei ihr Wissen unter Beweis zu stellen. Sie neigen zum „Predigen“ und sind dabei überwiegend auf sich selbst konzentriert. Und dabei die Wünsche und Bedürfnisse der Menschen - eine Schulter zum Anlehnen, jemanden, der Mitgefühl zeigt, sich Zeit nimmt - nicht wahrnehmen. Es gibt Studien, die belegen, dass Ärzt\*innen ihre Patient\*innen bereits innerhalb von 15 Sekunden unterbrechen - obwohl diese im Schnitt eine halbe Minute brauchen, um überhaupt ihre Symptome zu beschreiben. Und es gibt außerdem Studien, die belegen, dass das Gespräch ohne ärztliche Unterbrechung schneller vorbei wäre!

Hier zeigt sich, dass viele Menschen „Aktives Zuhören“ nicht gelernt haben und sich auch die Zeit dafür nicht nehmen. Sie beobachten nicht genau, halten weder den Blickkontakt noch drücken sie Verständnis durch Nicken aus und/oder wollen Pausen nicht zulassen. Verständnissvolle Rückfragen,

das Erfassen von Wünschen oder das Zusammenfassen des Gehörten unterbleiben meist.

Empathische Antworten, die das Verstehen zeigen, aber nicht belehren, sind nicht nur in der Arzt-Patientensituation eher Ausnahmen.

Je umfassender die Kunst des Zuhörens trainiert ist, umso eher gelingt ein angemessener Umgang im zwischenmenschlichen Bereich. Auf diese Weise erfahren wir mehr vom Gegenüber und können dessen Beweggründe für sein Reden und Handeln besser einschätzen. Dieses Wissen hilft, Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden. Die Fokussierung trägt dazu bei, gerechtere Entscheidungen zu treffen. Gleichzeitig können wir den Anderen das Gefühl geben, respektiert und wertgeschätzt zu werden. Dieses Verhalten hat meist positive Auswirkungen: Es bringt Achtung, Respekt und Wertschätzung.

Der Autor Michael Ende hat mit „Momo“ eine Figur geschaffen, die viele zentrale Eigenschaften eines empathischen Menschen in sich vereint. Momo nimmt ihre Mitmenschen ernst. Sie gibt ihnen das Gefühl, bedeutsam zu sein. Sie stellt Fragen - statt Antworten zu geben. Sie lässt ihre Gesprächspartner\*innen reden und bringt sie so dazu, ihr Herz zu öffnen. Dem eifere ich nach, die Fortbildung bringt mir wertvolle Impulse für meine persönliche Weiterentwicklung.



*Thomas Thissen ist seit 2019 Geschäftsstellenleiter der Hospizbewegung Münster und seit 2020 Mitglied im Redaktionsteam.*



## Aufeinanderzu

### Vom Verstehen - und vom Verständnis zur Verständigung

*Ich kann dich kaum verstehen. Sprich doch bitte etwas lauter. Ja, so geht es.*

- Ach, das habe ich gar nicht gewusst.

*Du hörst mir ja gar nicht richtig zu, redest oft dazwischen, lässt mich nicht ausreden.*

*Halt doch einfach mal, für einen Augenblick zumindest, deinen Mund,  
und hör mir endlich einmal zu.*

- Sei nicht gleich beleidigt. So war das nicht gemeint.

Ja, ich weiß, du hast es immer nur gut gemeint mit mir.

*Aber jetzt verstehst du mich! Das hätten wir schon viel eher haben können,  
wenn du mir nur aufmerksam zugehört hättest.*

- Ja, genau so habe ich mich gefühlt damals. Ich konnte gar nicht anders.

Danke, dass du jetzt so viel Verständnis für mich hast.

Klar, aus heutiger Sicht war manches nicht so ganz in Ordnung.

Verzeih mir bitte!

*Es hat gedauert, das stimmt, aber jetzt haben sich ja tatsächlich alle, wirklich alle, dazu geäußert.*

*Mir ist klar geworden, warum bisher so manches nicht geklappt hat.*

*Danke für die vielen, konkreten Vorschläge.*

*Wir haben sie zusammengefasst und schlagen euch in zwei wichtigen, kontroversen Punkten  
Kompromisse vor.*

*Was meint ihr denn dazu?*

- Dass noch Verbesserungen möglich sind, habe ich, ehrlich gesagt, gar nicht so bedacht.

Aber es stimmt schon. Dann machen wir das so! Also: Angenommen!

Ich bin sicher, dass diesmal diese Vereinbarung länger als vier Wochen hält.

Transparenz und Fairness zahlen sich doch aus. Verlässlichkeit bringt Sicherheit, meinst du?

Recht hast du.

Außerdem: Echte Verständigung macht auch zufriedener!

*Raimund Heidrich*

## Jenseits der Worte

**Verständigung in allen Formen ist ein zentrales Thema im Zusammensein mit Menschen.**

**Sich zu überlegen, welche Bedeutung Wörter und Sprache haben, kann neue und interessante Perspektiven eröffnen. Die Erfahrung, in einem anderen Land gelebt zu haben, kann dabei sehr hilfreich sein.**

Wenn wir als Sterbe- und Trauerbegleiter\*innen Menschen zur Seite stehen, sei es in den letzten Momenten des Lebens oder aufgrund der Erfahrung, einen geliebten Menschen verloren zu haben, bedarf es einer ganz besonderen Art der Verständigung. Um die besondere Bedeutung des Verstehens in unserer praktischen Arbeit darzustellen, schildere ich hier meine persönlichen Erfahrungen. Durch sie habe ich Erkenntnisse gewonnen, die mir helfen, auf fremde Menschen leichter zuzugehen und sie zu verstehen. Und wie sich im Laufe der Jahre meine Art, mit ihnen umzugehen, allmählich verändert hat.

Ich komme ursprünglich aus Brasilien und spreche portugiesisch, englisch, spanisch und italienisch. Ich trage verschiedene Wurzeln in mir und bin es gewöhnt, mich in verschiedenen Kulturen zu bewegen. Als ich 2006 in Deutschland ankam, war mir schnell klar, dass ich lernen musste, wie ich mich hier verhalten sollte und welche Regeln hier im Umgang miteinander gelten.

Es war mir bewusst, dass dieses Verständnis viel mehr bedeutet als die Kenntnis des Wortschatzes und der Grammatik der deutschen Sprache. Ich musste lernen, was ich sagen sollte, wenn ich jemanden traf. Und wie ich sagen konnte, was ich dachte und wollte. Und gleichermaßen musste ich die Antworten einzuschätzen und zu verstehen lernen und wie ich angemessen darauf reagiere.

Jeder, der die Erfahrung gemacht hat, in einem anderen Land zu leben, weiß, dass es eine gewisse Zeit braucht, um sich diese Fähigkeiten anzueignen. Meine Erfahrungen zeigten, dass das Wichtigste beim Erlernen dieses Verständnisses nicht allein die Sprache ist, sondern etwas viel Grundsätzlicheres. Es hat damit zu tun, was tief in uns allen steckt.

Es ist etwas, dessen Gegenwart und Ausmaß uns die meiste Zeit nicht bewusst ist.

Auch in der Beziehung zu sterbenden Menschen können Worte oft nicht ausreichen. Verständigung ist hier ein umfangreicher und vielfältiger Prozess, der auch abhängig davon ist, ob die „Chemie“ zwischen den beteiligten Menschen stimmt. Aber wie kann so eine vertrauensvolle Atmosphäre entstehen?

Beim Deutschlernen habe ich sehr früh erfahren, dass die Kommunikation mit einigen Menschen reibungslos verlief, auch wenn die gesprochenen Wörter grammatikalisch nicht korrekt und geordnet waren. Stimmt die Chemie, so ist es „wie ein Fluss“, der sich einfach entfaltet, eben sanft fließt, und das, ohne dass es uns bewusst ist.

Das sind dann Begegnungen, bei denen die Worte fast automatisch und richtig aus der Kehle zu springen scheinen - geordnet, gut ausgesprochen, fast mathematisch, präzise, schnell und beharrlich. Ein beiderseitiges Verstehen geschieht ohne Anstrengung.

Aber es gibt auch Begegnungen, bei denen dieses nicht passiert. Der Austausch gerät ins Stocken. Und egal, wie viel wir darüber nachdenken und versuchen, die Wörter richtig einzusetzen, kommen sie doch zögerlich, manchmal verwirrend und falsch heraus, ein beiderseitiges Verstehen ist nur schwer zu erreichen.

Weil diese auffälligen Gegensätze mich schon immer faszinierten, begann ich, sie aufmerksam zu beobachten. Mir schien klar, dass die gesprochene Sprache nicht der entscheidende Faktor ist. Mir wurde bewusst: das Verstehen ist unabhängiger vom



Foto: Gabriele Knuf

Verbalen als wir denken. Hier kommt es zu einem Prozess, der in großen Teilen unterbewusst abläuft - etwas Subtiles, das nur schwer zu erklären ist. Weil es einfach da ist! Das kann der spürbare, intensive Blick sein, das kann in der Bewegung des Kopfes oder der Augen zu sehen sein, im Lachen, durch den Druck der Hand. So einigen wir uns schnell - manchmal unbewusst - auf eine gemeinsame Botschaft: „*Ich bin anwesend, und ich zeige mich dir. Ich bin bei dir, und ich sehe dich.*“

Diese Erfahrung spiegelt sich sehr ähnlich in unserer Sterbe- und Trauerbegleitung wider und hat mich viel über Verständigung gelehrt. Denn um unser Gegenüber zu verstehen, müssen wir uns öffnen - was allerdings sehr schwierig sein kann, weil es oft bedeutet, den bekannten und sicheren Ort zu verlassen. Den Ort, von dem wir glauben, die Reaktionen der Anderen schon zu kennen und die Bedeutung für uns einordnen zu können.

Sich anderen gegenüber zu öffnen, bedeutet auch, zuzugeben, dass es Denkweisen gibt, die sich stark von unserer eigenen unterscheiden. Es bedeutet auch, zuzugeben, dass ich nicht alles weiß, dass ich nicht alles kontrollieren kann. Ein durchaus beängstigendes Gefühl, denn es konfrontiert mich mit neuem Erleben und Erfahrungen und kann mich an meine Grenzen bringen. Eine Grenzerfahrung ist sicher das Erleben einer schweren Erkrankung, unabhängig davon, ob es die eigene oder die eines nahestehenden Menschen ist. Ebenso einschneidend ist der Verlust eines nahen Menschen, die Erkenntnis des „NIE wieder“.

Allerdings ermöglicht mir eine solche Erfahrung auch, tiefen, echten menschlichen Kontakt mit der\*em Anderen zu erleben. Diese Form der Verständigung bedeutet, ein wenig in die Welt der\*s Anderen einzutauchen und dem Gegenüber zu erlauben, sich mir auf die Art und Weise zu präsentieren, wie er oder sie es möchte - glücklich oder traurig, schmerzfrei oder müde, zweifelnd oder überzeugt, hoffend oder skeptisch, laut oder still. Es ist an mir, all diesen Verhaltensweisen aufmerksam und verständnisvoll zu begegnen. Ich nenne das „Verständigungs-Manifest“. Das Grundgerüst der Brücke, die uns hier zueinander bringt, ist die Sprache. Grammatik, Wortschatz oder Aussprache sind hierbei zweifellos hilfreich - aber nicht die bestimmenden Elemente der Kommunikation. Vielmehr greifen wir unterbewusst auf Erfahrungen zu, die viel grundlegender als die Sprache sind und die die Art und Weise des Austausches letztendlich bestimmen.

Im Dialog sind in dem hierbei entstehenden Raum nur zwei. Wenn sie sich beiderseits erlauben, die Masken abzulegen und sich auf eine ganz besondere Art auszutauschen, werden sie reich beschenkt.

Durch einen verständnisvollen Austausch, den viele von uns bei Begleitungen bereits erleben durften.



*Cíntia Scelza, Psychologin und Historikerin, ist seit 2021 als Sterbe- und Trauerbegleiterin in der Hospizbewegung Münster aktiv.*

## Gibt es ein Recht auf Lügen?

**Lügen - biblische Sünde, soziales Gift und Todesstoß der Kommunikation? Lügen ist verpönt. Und gehört doch zu unserem Alltag. Es drängen sich mir zwei Fragen auf: Kann es vielleicht so etwas wie ein Recht auf Lügen geben? Und warum schöpfen wir alle hin und wieder aus dem Topf der Unwahrheiten?**

Welche Gedanken kommen einem beim Lesen des Begriffs „lügen“ in den Sinn? Vielleicht Erinnerungen an kleine Halbwahrheiten oder Notlügen, die wir selbst oder andere zur Vermeidung von vermeintlich Schlimmerem gewählt haben. Vielleicht aber auch Gedanken an Vertrauensbrüche im eigenen Leben, die größere Verletztheit hervorgerufen haben.

Mit gutem Recht kann man die Frage danach stellen, wem die Lüge und wem die Wahrheit überhaupt dienen. Beichte ich meinem Partner meinen Betrug, weil Wahrheit ein Wert für mich ist oder weil ich mich doch selbst von der Lüge befreien möchte? Schließlich können Lügen schwer auf unseren Schultern lasten.

In der Philosophiegeschichte hat sich besonders Immanuel Kant dabei hervorgetan, die Lüge als Verletzung, gar Zerstörung des menschlichen Miteinanders zu entlarven. Und auch jahrhundertalte, teils biblisch überlieferte Volksweisheiten scheinen ein einhelliges Bild von ihr zu zeichnen: Die Lüge als Verfehlung am Guten. Genauso alt wie ihre ethische Verwerfung ist jedoch auch die Lüge selbst, und so folgt die Frage nach einer Möglichkeit, das Lügen doch irgendwie moralisch zu begründen, nahezu auf dem Fuße.

Mit anderen Worten: *„Kann die Lüge gerechtfertigt sein?“*

Und, mit Blick auf diese Publikation: *„Bedeutet Lügen immer auch schon Kommunikationsabbruch?“*

Beide Fragen lassen sich im Zuge dieses Textes nicht hinreichend beantworten, so viel steht fest. Ich möchte im Kontext unseres hospizlichen Engagements daher auf Phänomene im Zwischenraum von Wahrheit und Unwahrheit eingrenzen: Das Recht auf (Selbst-)Täuschung und Geheimnisbewahrung.

Jede\*r von uns hat einen ganz eigenen Blick auf die Welt. Nicht nur passen wir uns der Welt an, wir fügen auch die Welt und die Erfahrungen, die wir in ihr machen, in das ein, was wir als roten Faden unseres Lebens sehen. Unsere Haltung prägt unsere Wahrnehmung von der Welt. Unsere Werte, unsere Erziehung, unsere Stimmung und vieles mehr geben gleichsam vor, was wir „wahr“-nehmen. Indem wir Sinneseindrücke und Erfahrungen in ein Gesamtbild einfügen, machen wir sie für uns „wahr“. Wie einzelne Puzzleteile, die am Ende ein buntes, aber doch zusammengehöriges Bild ergeben.

Das „Zusammenpuzzeln“ gibt uns Sicherheit in unserem sehr menschlichen Streben nach Kontinuität



Foto: Sabine Faber



und Identität, denn: Als Person von heute möchte ich mich wiedererkennen in der Person, die ich in der Vergangenheit war. Auch, wenn ich einen Bruch feststelle (ein Wechsel des Studiengangs oder des\*r Partner\*in, eine große Lebensentscheidung ...), so ist es doch mein Bruch, meine Entscheidung.

Das Puzzle zeigt aber auch, dass unsere Erfahrungen und Entwicklungen niemals nur von außen, also objektiv, erfasst werden können, sondern immer auch von innerem Erleben, also subjektiv, geprägt sind. Heißt das: „*Ich mach' mir die Welt, wie sie mir gefällt?*“ Nein! Denn Kommunikation stellt die Brücke zwischen unseren Welten, unseren Puzzles, dar. Sie macht eine gemeinsame Welt möglich. Dabei brauchen wir immer wieder Hilfe beim Zusammenfügen unseres Puzzles und sind angewiesen auf den Blick von außen. Auf eine Person, die uns zeigt, dass das Puzzleteil noch angepasst oder an anderer Stelle eingefügt werden muss. In der hospizlichen Begleitung wollen wir solche „Puzzle-Helfer\*innen“ sein und dazu beitragen, dass das Sterben friedlich verläuft, auch wenn schmerzhaftes Erinnerungen sich Bahn brechen.

Aber: Wir alle können nur in sehr begrenztem Maße selbst entscheiden, inwieweit wir Anteil am Puzzle des oder der anderen haben. Das kann sich zeigen, wenn jemand seine Geheimnisse im wahrsten Sinne der Redewendung mit ins Grab nimmt, zum Beispiel der Kriegsveteran, der auch in der Sterbebegleitung keine Worte für seine Schuld findet.

Es kann sich auch zeigen, wenn jemand seine eigene Auffassung von der „Wahrheit“ und den Vorfällen der Vergangenheit hat, zum Beispiel bei innerfamiliären Konflikten. Dass er oder sie hierbei sogar bewusst die Selbsttäuschung (und damit die Lüge) wählt, weil tief im Innersten der Wunsch nach einem guten, friedvollen Verlauf der Geschichte so groß ist. Was bleibt uns auch anderes übrig, als am Ende des Lebens Sinn in unseren Entscheidungen zu finden?

Für Täuschung und Geheimnis kann es verschiedene Gründe geben. Auf der einen Seite ist da der angesprochene Wunsch nach Stabilität und Identität:

Ich mag als Mensch meine Fehlerchen haben, vielleicht auch mal etwas von größerer Bedeutung in den Sand gesetzt haben. Im Großen und Ganzen aber meinte ich es doch immer gut mit der Welt und den mir Anvertrauten.

Auf der anderen Seite ist da vielleicht die tief gehende Angst, dass mein Geheimnis oder das Lüften des Geheimnisses zu einer unwiderruflichen Änderung meiner Lebenssituation führen könnte. Was könnten/würden andere über mich denken, wenn sie nur wüssten ...?

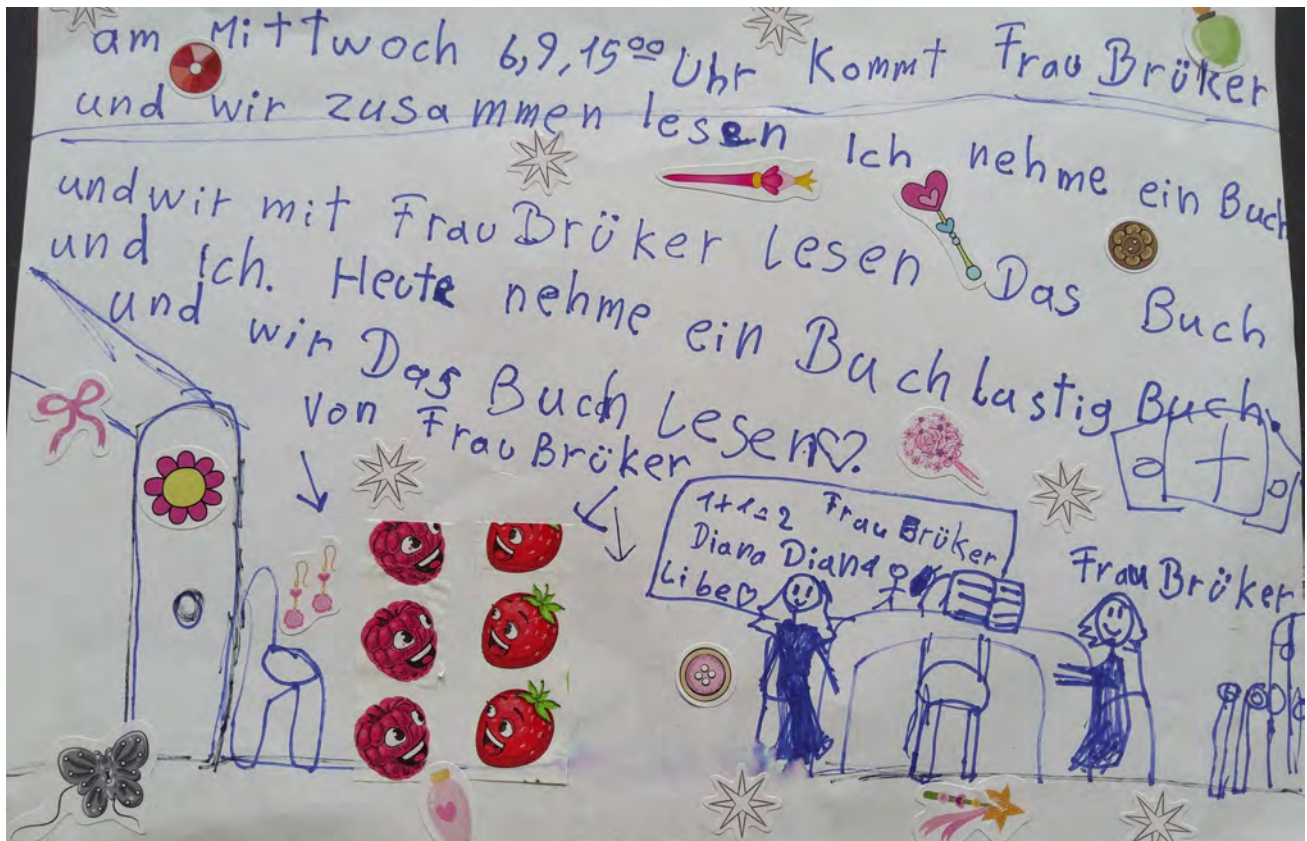
Wir wünschen uns - zumindest bezogen auf unsere Lieben - eine möglichst gemeinsam verstandene Welt und entscheiden uns daher immer wieder bewusst für Verständigung. Es liegen jedoch auch Respekt und eine Würde darin, der anderen Person ihre Lügen zu lassen, nämlich da, wo es gewissermaßen an den Kern ihrer Existenz geht. Selbsttäuschung und Geheimnisbewahrung können eine schützende Funktion haben, denn sie stabilisieren. Das Pochen auf Wahrheit würde demgegenüber einen mehr oder weniger brutalen Angriff auf das sichernde Puzzle der anderen Person darstellen. Ein solcher Angriff aber wäre doch das Gegenteil von guter Verständigung! In diesem hier umrissenen Sinne sage ich also: „*Ja, die Lüge kann gerechtfertigt sein.*“

Hierin liegt auch eine Chance auf Verständigung: Wenn ich verstehe, dass Selbsttäuschung meine eigene Identität, mein Sicherheitsgefühl schützt, kann ich auch Verständnis für die Unwahrheiten des\*r anderen aufbringen. Wir sind darin nämlich beide sehr menschlich.

Vielleicht kann ich die Lüge der anderen Person dann auch weniger als Angriff gegen mich und mehr als Entscheidung für den Schutz ihres eigenen Puzzles begreifen. So eröffnet sich ein ganz neuer Spielraum von und für Kommunikation, so dass ich - mit Bezug auf die zweite Frage - antworten würde:

„*Nein, Lügen bedeutet nicht immer schon Kommunikationsabbruch.*“

Nastasja Sieberg



**„Einem Menschen zu helfen, mag nicht die ganze Welt verändern, aber es kann die Welt für diesen einen Menschen verändern.“**

**Ein Hilfsgesuch erreichte mich über eine Mail des Vereins „Gemeinnützige Gesellschaft zur Unterstützung Asylsuchender“. Mein Mann, der schon seit vielen Jahren lernschwachen Kindern bei den Hausaufgaben hilft, hatte diese Anfrage kommentarlos an mich weitergeleitet.**

Darin wurde für ein siebenjähriges Mädchen - Diana - das mit seinen Eltern 2022 aus der Ukraine geflohen war, in unserem Stadtteil ein Lernpate/eine Lernpatin gesucht.

Spontan dachte ich: „Nein, ich nicht, kein neues Ehrenamt mehr!“

Gedanklich legte ich diese Mail zur Seite, weit weg. Offenbar aber nicht weit genug.

In den nächsten Tagen dachte ich immer mal wieder daran. Ob ich es wollte, oder nicht: Das Thema, diese Bitte, ging mir nicht aus dem Kopf.

Ich ließ es sacken, sah mir die Mail, die ich aus einem unerfindlichen Grund nicht gelöscht hatte, erneut an. Irgendwie hatte es mich doch „gepackt“.

Also dachte ich mir: „Okay, warum eigentlich nicht?“

Ich nahm telefonisch Kontakt mit Frau V. vom Verein auf, ließ mir erste Informationen geben und sagte meine grundsätzliche Bereitschaft zu.

Wir verabredeten einen ersten Termin zum Kennenlernen im Büro des Vereins. Entgegen meiner Befürchtungen bzgl. der Verständigungsmöglichkeiten gestaltete sich diese erste Begegnung

**„Zeichnen ist Sprache für die Augen, Sprache ist Malerei für das Ohr.“**

Joseph Joubert (1754 - 1824), französischer Schriftsteller

zwischen dem Vater des Mädchens und mir mit Hilfe einer Übersetzungs-App recht locker und unkompliziert, während Diana, gerade sieben Jahre alt geworden, doch sehr scheu wirkte.

Ich wollte sie nicht überfordern und hielt mich mit einer direkten Ansprache zurück.

Mit Dianas Vater vereinbarte ich einen ersten Besuchstermin und besprach mit ihm das weitere Vorgehen.

Seitdem fahre ich einmal wöchentlich nachmittags in die Unterkunft der Familie. Anfangs gestalteten sich diese Treffen bezüglich der Einhaltung von Terminen etwas holprig. Nachdem ich diesen Punkt mit den Eltern und mit Hilfe der Übersetzungs-App, deutlicher Mimik und Gestik geklärt hatte, läuft es rund.

Von der Sozialarbeiterin erhielt ich einen Schlüssel für einen kleinen Raum, in dem ich dann mit Diana „arbeite“.

Vorsichtig baute ich einen Kontakt mit ihr auf. Zuerst verhielt sie sich noch sehr zurückhaltend, taute jedoch bei jedem Besuch mehr und mehr auf. Nachdem sie langsam mit mir „warm“ geworden war und Vertrauen zu mir gefasst hatte, legte sie ihre anfängliche Scheu zunehmend ab. Bereits nach wenigen Treffen kam sie jedes Mal freudestrahlend auf mich zugelaufen und musste erst mal eine Runde kuscheln.

Diana benötigte Unterstützung vor allem beim Lesen und der Aussprache. Dazu hatten wir altersgemäß gestaltete, bebilderte Bücher zur Verfügung.

Ich stellte überrascht fest, dass sie schon recht gut Deutsch lesen konnte, auch wenn sie die Bedeutung der Wörter noch nicht so wirklich verstand. Immerhin war sie erst wenige Monate in Deutschland und besuchte zu diesem Zeitpunkt die 2. Klasse der örtlichen Grundschule.

Trotz der Übersetzungs-App gestaltete sich die Verständigung etwas schwierig. Wir kommunizierten oft mit Händen und Füßen, was uns oftmals in komische Situationen gebracht und viel Lachen und Lockerheit zur Folge hatte.

Ich ermuntere Diana immer wieder, mich zu fragen, wenn sie etwas nicht versteht, ein Wort nicht kennt. Ihr Wortschatz wächst von Woche zu Woche, sie liest flüssiger, wird sicherer in der Aussprache. Sie ist wissbegierig, saugt alles Neue, nicht nur im Bereich der deutschen Sprache, auf „wie ein Schwamm.“

Mit einem Kind zu arbeiten, das die deutsche Sprache erst noch lernen muss, ist eine vollkommen neue Erfahrung für mich. Auch wenn das Verstehen nicht immer auf Anhieb klappt, es auch das eine oder andere Missverständnis gab und noch immer gibt, so habe ich gelernt:

Eine Verständigung, ein Gespräch funktioniert nicht nur über das gesprochene oder geschriebene Wort. Oftmals sind Gestik, Mimik, ein Blick, eine vorsichtige Berührung und ein Lächeln mindestens genauso hilfreich und effektiv. Und wenn gar nichts mehr geht - zum Glück und als letzte Lösung gibt's ja das Internet, um spezielle deutsche Wörter zu „übersetzen“.

Es ist eine große Freude, Dianas Entwicklung zu erleben und sie dabei begleiten zu können.

Ich habe dieses neue Ehrenamt, das ich als große Bereicherung für mich erlebe, noch keinen Tag bereut. Jedes Mal steige ich voller Vorfriede ins Auto, und mit einem zufriedenen Lächeln fahre ich nach 90 Minuten wieder nach Hause.

Ich bin dankbar für diese Erfahrungen. Die unterschiedlichen Möglichkeiten, mit Menschen, die eine neue Sprache erst erlernen müssen, in Kontakt zu kommen, erweitern auch meinen Horizont. Sie machen mich reicher und zeigen die Vielfalt der Verständigungsmöglichkeiten.



*Text und Foto: Irmgard Bröker, seit 1990 Mitglied der Hospizbewegung Münster und seit mehr als einem Jahrzehnt im Redaktionsteam.*

## Mein Trauma - fehlende Verständigung im Angesicht des Todes

**Die Verständigung zwischen Menschen ist an sich schon kein ganz einfaches Thema. Erst recht schwierig wird es, wenn man es mit einem Sterbenden zu tun hat. Für mich ist das Sterben meines Vaters ein bis heute einschneidendes Erlebnis.**

Es ist der 4. Mai, gegen Mittag. Mein Vater bricht im Flur unseres Hauses zusammen.

Wir haben keine Ahnung warum.

Wir rufen den Notarzt. Dieser sagt, mein Vater müsse sofort ins Krankenhaus. Sie bringen ihn auf einer Trage in den Notarztwagen und fahren mit Blaulicht los.

Meine Mutter und ich fahren in unserem Wagen so schnell es geht hinterher. Ich überlege, ob ich auch bei „Rot“ über eine Ampel fahren soll, um dem Notarztwagen so dicht auf den Fersen zu bleiben wie möglich.

Im Krankenhaus angekommen, müssen wir warten. Schließlich heißt es, mein Vater habe einen Schlaganfall gehabt. Untersuchungen folgen. Wir warten.

Während der Untersuchungen hat mein Vater einen weiteren Anfall.

Schließlich dürfen wir auf der Intensivstation zu ihm. Er liegt in einem Bett, umgeben von vielen Schläuchen und Geräten. Dauernd piepst es.

Es war ein schwerer Schlaganfall: Mein Vater ist fast komplett gelähmt. Das Einzige, was er noch bewegen kann, sind seine Augen.

Ich besuche meinen Vater fast jeden Tag, meist zusammen mit meiner Mutter, auch mit meinem Bruder oder meiner Schwester.

Mein Vater kann nicht sprechen. So ist eine Unterhaltung mit ihm nicht möglich. Wir brauchen nicht zu fragen, wie es ihm geht, wie er sich fühlt, denn wir bekommen keine Antwort.

Es ist Frühjahr. Also erzählen wir ihm jeden Tag, was sich im Garten tut. Wir haben einen relativ kleinen Garten, in dem sich mein Vater gerne aufhält und auch hier und da Hand anlegt.

Wir sprechen häufiger mit einem Arzt. Uns wird eigentlich keine Hoffnung gemacht. Aber stirbt die Hoffnung nicht zuletzt?

Ich fühle mich bei jedem Besuch unwohl. Mir ist das Berichten über das Erblühen einer neuen Blume im Garten zu wenig. Ich möchte mich mit meinem Vater unterhalten.

Ich registriere, dass es mit ihm „bergab geht“, dass seine Reaktionen immer weniger werden. Aber ich will das nicht wahrhaben. Ich will daran glauben, dass er wieder gesund wird.

In unserer Familie war Körperlichkeit kein Thema; es wurde nicht gekuschelt, zumindest nicht mit uns Jungs. Nach einem Besuch verabschiede ich mich von meinem Vater mit einem Kuss auf seine Stirn. Hat er Tränen in den Augen?

Am 20. Juni stirbt mein Vater.

Dies alles ist jetzt über 40 Jahre her. Aber immer noch ziemlich präsent. Dass mein Vater sterben würde, habe ich damals eher negiert. Für mich war viel belastender, dass ich mich nicht mit ihm austauschen konnte, dass ich keinen Weg gefunden habe, mit ihm zu kommunizieren.

So habe ich es jedenfalls empfunden.

An dieser Stelle fühlte ich mich auch von den Ärzten allein gelassen. Von ihnen kam kein Tipp, wie eine Kommunikation möglich sein könnte. Gab es damals noch keine entsprechenden technischen Möglichkeiten, wie sie z.B. Stephen Hawking für sich nutzen konnte? Werden/Sind Ärzt\*innen heutzutage umfangreich darin ausgebildet, mit trauernden Angehörigen umzugehen, sie auf das Sterben eines geliebten Menschen vorzubereiten, ihnen Möglichkeiten zu benennen, auf welche Art in einer solchen Situation eine Verständigung doch machbar ist?



**„Alles beginnt und vieles endet mit dem Verstehen.“**

Erhard Blanck (\*1942), deutscher Heilpraktiker, Schriftsteller und Maler

Ich kann mich noch gut daran erinnern, dass mich das damals sehr belastet hat. Bei unseren Besuchen plauderten wir über Belanglosigkeiten. Und mit keinem Wort gingen wir auf die Realität, die Tatsache des nahenden Todes ein: „*Mein Vater wird sterben.*“ Was mag da in seinem Kopf vorgegangen sein? Wie hat er diese Situation wohl empfunden? Was hätte er uns gern noch gesagt?

Wahrscheinlich war ich mit meinen damals 23 Jahren völlig überfordert. In meiner Ausbildung zum Sterbebegleiter für die Hospizbewegung vor fünf Jahren ist mir noch einmal vor Augen geführt worden (auch wenn mir dies inzwischen bewusst war), dass Kommunikation nicht nur über Worte stattfindet, sondern dass es viele Kommunikationswege gibt, die in einer solchen Situation vielleicht sogar viel wichtiger sein können: menschliche Nähe (in doppeltem Wortsinn), körperliche Zuneigung, zuhören, Zeit schenken ...

Doch so habe ich das damals nicht gesehen, konnte es vielleicht auch (noch) nicht. Ich fühlte mich einfach nur hilflos. Unsere einseitige Kommunikation ging für mich an den vermuteten Bedürfnissen meines Vaters vorbei. Dies führte bei mir zu einem schlechten Gewissen: „*Habe ich meinen Vater allein gelassen?*“

Vor Kurzem habe ich noch einmal mit meiner Schwester darüber gesprochen. Sie konnte sich noch gut an die Albträume erinnern, von denen ich ihr damals berichtet hatte. Das dabei immer wiederkehrende Bild konnte ich nur so interpretieren, dass ich mich am Tod meines Vaters schuldig gefühlt habe. Das ist natürlich Unsinn. Aber dieser Traum belastete mich über Jahre.

Bis er eines Tages aufhörte. Mich haben lange die Fragen gequält: „*Wie hätte ich mich von meinem Vater verabschieden können? Habe ich ihn wirklich allein gelassen?*“

Heute ist für mich klar: Der Kuss, den ich meinem Vater auf die Stirn gedrückt habe, war der Abschiedskuss. Er war das Zeichen, was mein Vater mir bedeutete. Mit diesem Kuss habe ich ihm gezeigt, dass er gehen darf.

Für viele der von mir für die Hospizbewegung begleiteten Menschen war ihr eigenes, bevorstehendes Sterben kein Thema, teils haben sie es mir gegenüber mit Worten so ausgedrückt, dass ich dies als „*natürlich sterbe ich noch nicht*“ interpretiert habe. Dies ist für mich in Ordnung, da jeder Mensch seinen eigenen Weg finden und beschreiten muss, mit dem nahenden Tod umzugehen.

In den letzten Stunden des Lebens der von mir begleiteten Menschen fühle ich mich ihnen gegenüber aber zur Ehrlichkeit verpflichtet und spreche es auch aus, dass das Leben meines Gegenübers in Kürze vollendet sein wird. Für mich ist das ein wichtiges Zeichen, das ich aussende: „*Ich sehe, wie es dir geht, ich sehe, dass du sterben wirst, ich akzeptiere es. Und ich bin bei dir!*“

Vielleicht ist meine jetzige Tätigkeit als Sterbebegleiter auch ein wenig Wiedergutmachung an meinem Vater.



Klaus-Dieter Walther ist seit 2018 als Sterbebegleiter in der Hospizbewegung Münster aktiv. Seit 2023 ist er auch im Redaktionsteam.

**„Findet immer den Mut zu sprechen und den Willen, Dinge zu klären. Denn Stille wiegt schwer wie ein Stein. Und Steine werden zu Mauern. Und Mauern trennen Menschen.“**

Unbekannt

## Im Gespräch bleiben - bis zum Lebensende

**Mit der Diagnose eines nicht heilbaren Magenkarzinoms entscheidet sich meine Frau Vera gegen weitere Chemotherapien und für die palliative Versorgung. Hier möchte ich erzählen, wie wichtig es für uns war, angesichts einer schweren Krankheit nicht zu verstummen.**

Wer kennt es nicht, das gute Gefühl, das sich einstellt, wenn wir auf freundliche, wohlwollende Menschen treffen? Diese oft schönen Momente entstehen nicht nur durch unsere Worte. Auch durch Mimik und Körpersprache teilen wir Gedanken, Gefühle und unsere Erfahrungen mit, so kann der Austausch gelingen. Wir vermitteln so nicht nur Informationen, sondern bauen ebenso Empathie und Verbundenheit auf, ohne die ein harmonisches Zusammenleben unmöglich ist.

Den „Gesprächsfaden“ nicht abreißen zu lassen, ist für schwer erkrankte und sterbende Menschen besonders wichtig. Jedes Gespräch kann dazu beitragen, dass sich kranke, sterbende Menschen angenommen fühlen. Es bietet die gute Möglichkeit, Wichtiges und bislang Unausgesprochenes zu äußern.

Die Diagnose „Magenkrebs im fortgeschrittenen Stadium“ war für Vera niederschmetternd. Und doch konnte sie nach dem ersten Schock schnell wieder agieren und hat mit der Unterstützung von Freunden in einer Pflege- und Patientenvollmacht ihre Wünsche für den Fall festgelegt, dass die anstehenden Operationen und Therapien scheitern und sie nicht mehr selbst für sich sprechen kann.

In dieser Zeit habe ich versucht, Zuversicht zu verbreiten. Ich war überzeugt, dass es gute Gründe gab, die Therapie mit viel Optimismus anzugehen und dass es noch viel zu früh war, über ein Scheitern der Behandlung nachzudenken. Vielleicht war dieser Optimismus hilfreich; aber heute denke ich, dass ich auch den Wunsch hatte, mich nicht mit Veras Tod konfrontieren zu müssen.

Und wer würde nicht gerne unangenehme Themen und schmerzhaftes Gespräche vermeiden? Sollte die Hoffnung, eine Krankheit erfolgreich zu therapieren, immer im Vordergrund stehen und erspart uns das, an den Tod zu denken? Aber wann ist der richtige Zeitpunkt, an das Ende des Lebens zu denken? Mit dem Erhalt der Diagnose, an einer schweren, vielleicht tödlichen Krankheit erkrankt zu sein, oder wenn die Therapie ohne Aussicht auf Heilung bleibt und die ausschließlich palliative Versorgung beginnt?

Zurückblickend denke ich, es ist besser, auch die schwierigen Gespräche nicht aufzuschieben. Man weiß nie, wieviel Zeit bleibt und unausgesprochene Gedanken verschwinden ja nicht durch Schweigen. Sicher können Gespräche nicht die Angst vor der Krankheit, die Angst vor dem Tod nehmen, aber ich bin davon überzeugt, dass sie Trost spenden und Gemeinsamkeit schenken können.

Die nächsten Monate des Jahres waren durch die Chemotherapie und die Operation bestimmt, und Vera musste sich an ein Leben nach der Gastrektomie (komplette Magenentfernung) gewöhnen.

Alles sah zunächst gut aus, wir konnten zusammen in den Urlaub fahren, und Vera hatte auch schon erste Pläne, ihre Arbeit als Lehrerin wieder aufzunehmen. Aber im Herbst traten wieder starke Schmerzen auf. Eine erneute Operation wurde notwendig und ergab, dass sich ein Rezidiv mit negativer Prognose gebildet hatte. Hinzu kam eine Sepsis und deren Behandlung auf der Intensivstation.

In diesen Tagen wurde klar, dass Veras Krankheit nicht geheilt werden konnte.

In dieser Situation war es für Vera gut, auf eine Ärztin zu treffen, die mit einer offenen und warmherzigen Grundhaltung zuhörte und verstand, dass Vera die ihr verbleibende Lebenszeit nicht unter den Bedingungen weiterer Chemotherapien leben wollte und ihren Wünschen und Bedürfnissen auf der Palliativstation viel mehr entsprochen werden konnte als auf der onkologischen Station.

Die Angst vor dem was kommen würde, die Trauer darüber, dass wir uns im Leben verlieren werden und Veras Traurigkeit und Enttäuschung, die vielen schönen Momente, die sie sich mit ihren Freund\*innen und ihrer Familie erhofft hatte, nun nicht mehr zu erleben, hatte viel Kraft verbraucht. Über Sterben und Tod haben wir in dieser Situation erst mal nicht sprechen können. In diesem Moment brauchte es aber auch keine Worte, um zu wissen, dass wir weiter gemeinsam unser Leben miteinander leben wollen, solange es eben geht.

Die Atmosphäre auf der Palliativstation beschrieb Vera als „sehr ruhig und angenehm“, da hier ihr Lebensrhythmus Maßstab war - und nicht die Therapie. Es gab Angebote zur Entspannung, zum Beispiel Massagen und Aromatherapie. All das trug dazu bei, die Übelkeit zu mindern, die ein größeres Problem darstellte als die Schmerzen.

Ohne die weitgehende Linderung von starken Krankheitssymptomen, die sowohl auf der Palliativstation als auch später im Johannes Hospiz gelang, wäre es wohl kaum möglich gewesen, viele Anliegen, die Vera wichtig waren, zu besprechen und zu regeln. Dennoch war diese Zeit nicht durch schwere Gespräche bestimmt. Viele Stunden waren nicht unmittelbar mit dem Gedanken an das Sterben verbunden, sondern es war Lebenszeit, die wir im Wissen um die sehr begrenzte Zeit mit viel Nähe, Wärme und Liebe gemeinsam gelebt haben.

Freund\*innen und ihre Familie waren an Veras Seite, sie kümmerten sich und schenkten ihr die Sicherheit, nicht allein zu sein, nicht allein gelassen zu werden. Sie alle sorgten für die Verbindung zum Leben außerhalb der Palliativstation und des Hospizes.

Mit der Entscheidung, auf weitere Therapien zu verzichten, war für Vera auch die Auseinandersetzung mit der eigenen Biografie wichtig. Eine große Erleichterung und ein Segen war es, dass es mit Hilfe eines moderierenden Paters gelang, einen für alle Beteiligten belastenden Konflikt zu klären und mit einer Versöhnung abzuschließen.

Wichtig und tröstend war auch, dass Kolleg\*innen und ihre Schüler\*innen Anteil genommen haben. Für Vera war es so leichter, einen positiveren Rückblick auf ihr Berufsleben zu gewinnen.

In den letzten Wochen und Tagen ihres Lebens ging es nicht mehr darum, Probleme zu lösen oder noch etwas abzuschließen. Und ich denke, wir müssen akzeptieren, das zum Lebensende nicht alle ungeklärten Situationen der Vergangenheit bereinigt werden können und mit dem Tod auch etwas Unfertiges zurückbleibt.

Für mich als Angehöriger war es das Wichtigste, einfach bei ihr sein zu dürfen. Traurig, aber ohne den Druck, noch etwas Besonders leisten zu müssen. Froh über Rituale und Gewohnheiten - vorlesen, reden, gemeinsam Orangenfilets essen - die hatten wir aus unserem häuslichen Alltag mit ins Hospiz genommen oder dort begonnen. Wir hielten sie aufrecht, so lange es möglich war.

Ich wünsche mir sehr, dass Vera sich auch, als sie nicht mehr sprechen konnte, nicht allein fühlte und gespürt und gehört hat, dass eine gute Freundin, die Mitarbeitenden des Johannes Hospiz und ich bis zu ihrem Tod bei ihr waren. Wenn es stimmt, dass Sterbende auch in ihrer letzten Lebensphase noch sehr lange hören können, ist es gut, bis zum Tod zu sprechen und nicht schon im Bewusstsein der Diagnose einer todbringenden Krankheit zu verstummen. Es ist zumindest den Versuch wert!



Gerhard Tangen ist seit 2019 Sterbegleiter in der Hospizbewegung Münster und unterstützt die aktuelle Digitalisierungsarbeit.

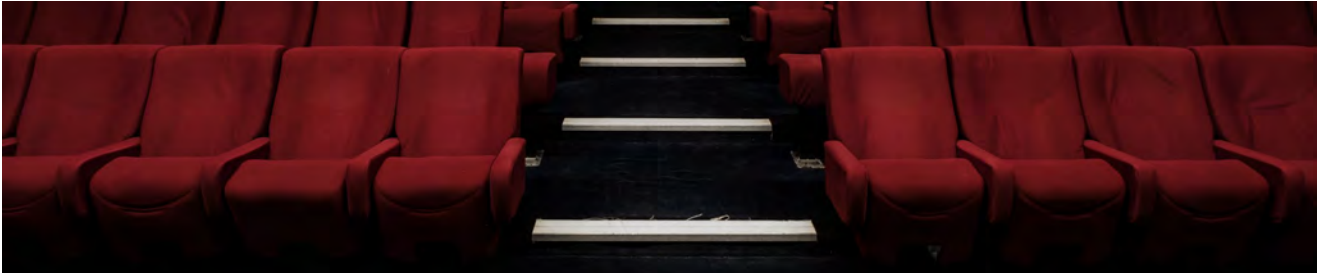


Foto: Felix Mooneeram/unsplash

### Filmtipp: „Und dann steht einer auf und öffnet das Fenster“

**Dies ist ein berührender Film über die Fähigkeit von Menschen, die - trotz sehr unterschiedlicher Lebenssituationen - miteinander in Kontakt kommen. Und dass es möglich ist, sich auch am Lebensende auf Unbekanntes einzulassen, um Neuem zu begegnen.**

Völlig unterschiedliche Menschen treffen aufeinander: Die unheilbar an Krebs erkrankte Fotografin Karla, die immer ein selbstbestimmtes und wildes Leben geführt hat und der verwitwete Fred, Verkehrsplaner, alleinerziehender Vater des Teenagers Phil, introvertiert und zurückhaltend - und ehrenamtlicher Sterbebegleiter.

Als Karla mit der Tatsache konfrontiert wird, dass ihr nur noch wenig Lebenszeit bleiben wird, liegt ihr sehr daran, ihren fotografischen Nachlass zu archivieren - sachlich-nüchtern, schnell und effektiv. Das ist aber nicht Freds Intention, und zur Erfüllung dieser Wünsche kann er nicht beitragen. Karla ist seine erste Klientin, der er als Sterbebegleiter zur Seite stehen möchte. Sich gegenüber der eher kompromisslosen und selbstbewussten Frau mit seinem Anliegen, seiner Intention, verständlich zu machen, gestaltet sich schwierig. Das erste Treffen ist für beide ernüchternd und enttäuschend, und Karla fragt sich, ob diese Art des Beistands für sie passt. Da kommt Freds Sohn Phil, der Karla durch seine schüchterne Art und lyrischen Gedichte beeindruckt, gerade richtig.

Um sein Taschengeld aufzubessern, übernimmt der Teenager die Aufgabe, Karlas Lebenswerk - tausende Filmnegative - zu digitalisieren. Die beiden nicht nur altersmäßig sehr unterschiedlichen Menschen verständigen sich bei ihren regelmäßigen Treffen offen und unkompliziert und kommen sich näher. Das wirkt sich auch positiv auf das eher komplizierte

Vater-Sohn-Verhältnis aus, unter dem beide seit dem Tod der Ehefrau und Mutter leiden.

Fred gelingt es, sich sowohl Karla als auch seinem Sohn gegenüber zu öffnen - langsam, geduldig und entschlossen sucht er eine gute Gesprächsebene. Und Karla gibt ihre innere Distanz auf und kann Hilfe und Unterstützung zulassen, so entwickelt sich gegenseitiges Vertrauen.

Die neu entstandene Nähe zwischen Vater und Sohn hilft letztendlich, Karla beim Sterben zu begleiten und ihren Tod zu verarbeiten. Gleichzeitig trägt sie dazu bei, einen neuen Blick auf das eigene Leben zu finden!

Iris Berben verkörpert glaubwürdig die verhärtete und zielstrebige Frau, die weit über ihr Werk hinaus auch ihre letzte Lebensphase selbst bestimmen will. Godehard Giese und Claude Heinrich spielen berührend und überzeugend zwei Menschen, die emphatisch freundschaftliche Nähe zu der einsamen und spröden Hauptperson aufbauen. Wir erleben eine Geschichte über das Sterben, die auf ungewöhnliche Weise das Leben zelebriert.

„Und dann steht einer auf und öffnet das Fenster“ ist ein deutscher Fernsehfilm von Till Endemann aus dem Jahr 2022, er ist in der ARD-Mediathek bis 30.09.2024 abrufbar. Das gleichnamige Buch von Susann Pásztor liegt in der Bibliothek der Hospizbewegung Münster vor.

*Gabriele Knuf*



**„Die Sprache ist die Kleidung der Gedanken.“**

Samuel Johnson (1709 - 1784), englischer Gelehrter, Schriftsteller und Kritiker

**The Living Years**

**Dieses Lied von Mike & The Mechanics thematisiert die Sprachlosigkeit, die häufig zwischen Kindern und ihren Eltern herrscht. Und die Emotionen, die dieser Song auch noch nach 30 Jahren bei mir auslöst, zeigt mir, wie sehr die Sprachlosigkeit, die ich beim Tod meines Vaters empfand, in mir bis heute nachhallt.**

Die Band Mike & The Mechanics wurde 1985 vor allem von Michael Rutherford, zu diesem Zeitpunkt auch Mitglied von Genesis, gegründet. The Living Years, erschienen im Jahr 1988, war ihr zweites Album.

In dem gleichnamigen Stück geht es um die Schwierigkeit, die vor allem die jüngere Generation in der Kommunikation mit ihren Eltern hat. Diese ist wohl darauf zurückzuführen, dass Eltern erst einmal „für alles verantwortlich“ sind/gemacht werden. Die Väter würden ihre Hoffnungen und Ziele auf die Kinder (sind hier insbesondere die Söhne gemeint?) übertragen und sie damit belasten. Daraus erwächst dann eine gewisse Sprachlosigkeit, die eventuell sogar darin gipfeln würde, dass beide nicht einmal mehr „die gleiche Sprache“ sprechen.

Rutherford sieht wohl das Bestreben und den Wunsch der jüngeren Generation, mit ihren Vätern in Kommunikation zu kommen, doch „*crumpled bits of paper*“ enthalten nur „*imperfect thoughts*“.

Da schießt es mir durch den Kopf: Spannend, dass man nicht einfach drauf los reden soll(te), sondern anscheinend vorher seine Gedanken zu Papier bringen muss, um anschließend die „richtigen“ Worte zu finden.

Die Gefahr, die der Sänger sieht, ist, dass man die künftige Beziehung durch die aktuelle Sprachlosigkeit in Gefahr bringt. Wer kennt das nicht von sich selbst? In einer bestimmten Situation verpasst

man den richtigen Moment, um ein entscheidendes Wort, einen klärenden Satz zu sagen - und diese Gelegenheit kommt dann nicht wieder, so dass man mit der verpassten Chance leben und die Konsequenzen tragen muss.

Rutherford geht auch darauf ein, wie schmerzlich es sein kann, beim Sterben des Vaters nicht dabei gewesen zu sein: der Tod des Vaters verhindert, ihm all die Worte zu sagen, die im Leben versäumt worden sind.

Eine solche Situation hat wahrscheinlich wohl jede\*r Sterbebegleiter\*in schon einmal erlebt. Wir sehen, dass bestimmte Dinge zwischen den (sterbenden) Eltern und den (weiterlebenden) Kindern nicht an- oder ausgesprochen wurden und befürchten weiteres zukünftiges Leid. Eine solche Situation müssen auch wir dennoch aushalten. Ich glaube nicht, dass wir das Recht haben (von einem „kleinen Stubser“ vielleicht abgesehen), in das Geschehen einzugreifen, auch wenn wir es bedauern (vgl. hierzu auch den Artikel über „Lügen“, S. 20f).

Daher ruft der Song in seinem Refrain vehement zu rechtzeitiger Kommunikation auf:

*„Say it loud, say it clear... It's to late when we die.“*

*Klaus-Dieter Walther*

Aus urheberrechtlichen Gründen ist an dieser Stelle die Wiedergabe des Originaltextes oder einer Übersetzung nicht möglich. Unter <http://www.songtexte.com> ist die Übersetzung zu finden.

**„Schweigen ist die unerträglichste Erwidern.“**

Gilbert Keith Chesterton (1874 - 1936), englischer Schriftsteller

## Versprechen

**Versprechen zu geben und zu empfangen ist für viele Menschen ganz selbstverständlicher Teil ihres Lebens. Sie übernehmen eine bestimmte Aufgabe, sagen zu, mit jemandem in Verbindung zu bleiben oder ihn in einer schwierigen Situation zu begleiten. Versprechen und ihre Erfüllung bekommen aber umso mehr Gewicht, je mehr man selbst auf Hilfe angewiesen ist.**

Kleine Versprechen üben uns und unsere Mitmenschen im Umgang mit diesem Geben und Nehmen. „*Ich ruf' Dich an!*“, „*Ich unterstütze Dich gern beim Umzug, melde Dich!*“, „*Ich bringe einen Salat mit für das Fest.*“ und viele andere kurzfristig einzulösende Zusagen gehören zum Alltag. Als Beschenkte nehmen wir die Versprechen auf unterschiedliche Weise an: „*Super!*“, „*Danke!*“, „*Abgemacht!*“ oder auch durch schweigendes Kopfnicken.

So lernen wir, andere Menschen einzuschätzen in ihrer Zuverlässigkeit und Verbindlichkeit, grundsätzlich und in bestimmten Zusammenhängen. Wir lernen uns selbst kennen, wenn wir Versprechen etwa im Nachhinein bereuen, weil sie uns zu nahe an einen Mitmenschen und sein Umfeld binden. Oder wir machen die Erfahrung, dass wir die Konsequenzen eines Versprechens unterschätzt haben und die Umsetzung sich für uns als praktische und/oder emotionale Herausforderung erweist.

Wenn ich ein Versprechen gebe, formuliere ich auch einen Vorsatz für mich selbst - dass ich mich in einer bestimmten Weise verhalten und dadurch mir wichtige Werte in die Praxis umsetzen möchte. Ein Versprechen darf ich nicht einfach aus eigener Entscheidung zurücknehmen, das sollte ich nur im Gespräch mit dem betroffenen Mitmenschen tun. Und dies erfordert Mut und Ehrlichkeit.

Versprechen erinnern uns daran, dass wir aufeinander angewiesen sind - als kommunikative Wesen und als Menschen, die viele Herausforderungen des Lebens nicht allein bewältigen können. Versprechen sind verbunden mit Werten wie Verantwortungsbewusstsein, Treue, Wahrhaftigkeit, Wertschätzung, Vertrauen.

Versprechen beziehen sich immer auf die Zukunft - eine Zukunft, die grundsätzlich offen ist. Sie binden die beteiligten Menschen in eine gemeinsame Wirklichkeit ein und ermöglichen Zuversicht und Beständigkeit inmitten aller Ungewissheit. Beide Seiten zeigen sich verletzlich, weil die Zukunft kaum einzuschätzen ist: wer verspricht, riskiert aufgrund von veränderten Umständen, die Zusage nicht einhalten zu können und seine Glaubwürdigkeit zu verspielen; wer ein Versprechen entgegennimmt, riskiert, mit leeren Händen allein dazustehen.

Wenn wir in Zeiten von Krankheit ärztliche und pflegerische Hilfe brauchen, hoffen wir, dass diese Menschen ihren Beruf professionell und mit ganzem Herzen ausüben und unsere Bedürfnisse, Wünsche und Werte ernst nehmen. Der Philosoph und Mediziner Prof. Giovanni Maio formuliert dies so: „*Die Heilberufe geben implizit ein kollektives Versprechen ab, nämlich das Versprechen, das Wohl des Patienten über alles andere zu stellen. Nur vor diesem Hintergrund vertrauen wir ‚wildfremden‘ Menschen persönlichste Dinge an, entblößen uns seelisch wie körperlich.*“

Alle Ärzt\*innen legen zu Beginn ihrer beruflichen Tätigkeit ein umfassendes Gelöbnis ab und leisten einen Eid darauf, ihr Leben in den Dienst der Menschlichkeit zu stellen. Die Pflege-Charta fasst grundlegende und selbstverständliche Rechte hilfe- und pflegebedürftiger Menschen in Deutschland zusammen. In Pflegeleitbildern beschreiben Kliniken, wie sie ihren Anspruch, die Patient\*innen in ihrer Einmaligkeit und Selbstbestimmtheit wertschätzend und professionell zu versorgen, praktisch umsetzen wollen.

Auch die Hospizbewegung verspricht, dass Sterbende und ihre An- und Zugehörigen sowie trauernde Menschen mit ihren jeweiligen Bedürfnissen für sie im Mittelpunkt stehen. Aus- und Fortbildungen qualifizieren Haupt- und Ehrenamtliche für ihre Tätigkeit als Teil eines umfassenden Betreuungsnetzes. So können sie Orientierung und Ermutigung geben und machen sich auch in belastenden und schwierigen Situationen nicht „aus dem Staub“. Als Begleitende respektieren sie die Würde der Betroffenen und sorgen dafür, dass individuelle Vorstellungen formuliert und erfüllt werden können.

Durch Öffentlichkeitsarbeit setzen sie sich kontinuierlich dafür ein, dass der Umgang mit Sterben, Tod und Trauer selbstverständlicher wird und vermitteln sowohl über den Grund- und Vorbereitungskurs

Hospizarbeit als auch „Letzte-Hilfe-Kurse“ grundlegendes Wissen an alle interessierten Menschen. Diese können dann wiederum den ihnen nahestehenden Menschen leichterem Herzens versprechen, in der letzten Lebensphase für sie da zu sein.



*Erna Baumgart ist seit 2007 Mitglied der Hospizbewegung Münster und seit mehr als einem Jahrzehnt im Redaktionsteam. Sie kümmert sich auch um die hospizeigene Bibliothek.*

Quelle: Maio, Giovanni; Werte für die Medizin, Kösel-Verlag 2018



Foto: Monika Steffens

## Elfchen

Kommunikation  
 Ganz Ohr  
 Eingestellt auf Empfang  
 Hören, hinhören, zuhören  
 Wertschätzender Abschied

Kommunikation  
 Verbal, nonverbal  
 Am Ende des Lebens  
 Begleiten  
 Leben bis zuletzt

Kommunikation  
 Sender, Empfänger  
 Am Ende des Lebens  
 Sender auf Zuhören  
 Hinhören

Kommunikation  
 Mit allen Sinnen  
 Sender an Empfänger  
 Ich höre zu  
 Kommunikation

Kommunikation  
 Einfühlsame Begleitung  
 Die letzten Stunden  
 Mit allen Sinnen erleben  
 Schweigen

Abschied  
 Leben in wachsenden Ringen  
 Beschützt und behütet  
 Bis zuletzt  
 Leben

*Hildegard Schulze-Zumhülsen*

„Elfchen“ sind kurze Gedichte in einer vorgegebenen Form. Ein Elfchen besteht dabei aus fünf Versen und elf Wörtern, daher leitet sich auch der Name „Elfchen“ ab.



## Sangeslust ist alterslos oder Bühne frei in jedem Alter

**Das Erlebnis, mit anderen in einem Chor zu singen, ein Projekt gemeinsam zu erarbeiten und dann erfolgreich aufzuführen, kann sehr beglückend sein. Wer Musikbegeisterung, Lebensfreude sowie ein „junggebliebenes“ Herz mitbringt, kann das in jedem Lebensalter erfahren.**

Schon seit vielen Jahren singe ich mit großer Freude im Chor und genieße die stimmliche Verständigung mit anderen sehr. Vor kurzem wurde ich auf einen Beitrag in der ZDF Mediathek aus März 2020 aufmerksam. Darin wird der Chor „*Heaven can wait*“ aus Hamburg vorgestellt. Menschen im Alter zwischen 70 und 93 Jahren singen u.a. zeitgenössische Popmusik und treten seit längerem regelmäßig öffentlich auf.

In jüngster Vergangenheit ergab sich ein gemeinsames Projekt mit der Rockband „*Lord of the Lost*“. Der Chor übernahm in dem Song „*We were young*“ den Part des „Background Chores“, der Sänger der Band interpretierte die Strophen und den Refrain; der Text beschäftigt sich mit der menschlichen Sicht auf das Leben während der (eigenen) Jugend. Die Erinnerung daran und die musikalische Leidenschaft verbindet die Band im Alter von Mitte 30 und die Chormitglieder im fortgeschrittenen Seniorenalter. Man versteht einander; alles ist stimmig!

Ein anderes spannendes Musikprojekt begleitete die Schauspielerin Annette Frier - ebenfalls im Jahr 2020. In einem bundesweiten Aufruf waren demenziell erkrankte Menschen gesucht worden, um in Köln einen Chor zu bilden. Es wurden besonders Volkslieder, die allen noch aus ihrer Jugend vertraut waren, gesungen. Durch die erlebte Textsicherheit sammelten alle Beteiligten Erfolgserlebnisse, Unmut darüber, mal wieder etwas vergessen zu haben, blieb aus. Das fröhliche Gemeinschaftsempfinden wurde von Wissenschaftler\*innen der Goethe Universität Frankfurt begleitet, die herausfinden wollten, wie sich gemeinsames Singen auf das Wohlbefinden von Demenzpatient\*innen auswirkt.

Es zeigte sich, dass dieses während der regelmäßigen Proben gesteigert und gleichzeitig der Stresslevel reduziert werden konnte, was der in

Speichelproben ermittelte Cortisolspiegel - wissenschaftlich fundiert - belegen konnte. Auch auf die begleitenden Angehörigen wirkte sich dieses Erlebnis positiv aus, wie sie in ergänzenden Beobachtungsbögen dokumentierten.

Das Projekt fand seinen Höhepunkt schließlich in einem Chorkonzert in der Kölner Philharmonie, allerdings konnte es wegen der Pandemie erst im Sommer 2021 stattfinden. Bereits Ende des Jahres 2020 wurde dieses großartige Projekt mit dem „*Health Media Award*“ für Gesundheitskommunikation ausgezeichnet. Für manche Teilnehmer\*innen wurden die Chorproben auch nach dem offiziellen Projektende fortgesetzt.

An diesen beiden Beispielen zeigt sich deutlich, wie die Begeisterung für gemeinsames Musizieren zur gelungenen Verständigung zwischen Menschen beitragen kann, unabhängig von Lebensalter, Herkunft und gesundheitlicher Verfassung. Sie fördert Wohlbefinden und Gemeinschaftssinn, Einsamkeitsempfinden und Frustration werden gemildert. Soziale Kontakte entwickeln sich - auch für Angehörige - und manchmal ergeben sich daraus Verbindungen, die lange währen.

Für mich sind das gute Gründe, um mit anderen die Freude am Chorgesang zu teilen. Es berührt mich zu sehen, dass Begeisterung für Musik, gemeinsame Bühnenauftritte sowie Offenheit für neue Erfahrungen Menschen altersunabhängig zusammenbringen können.

*Stefan-Matthias Richter*

*Quellen:*

[www.aktuelles.uni-frankfurt.de/forschung](http://www.aktuelles.uni-frankfurt.de/forschung)

ZDF Mediathek : Leidenschaft Alter: Ein Seniorenchor, eine Metal-Band, ein Song

ZDF Mediathek : Unvergesslich - Unser Chor für Menschen mit Demenz

## Ärger in der Familie - welche Wünsche stecken hinter dem Streit?

**Mediation ist ein sehr erfolgreiches Verfahren, das für Lösung von Konflikten eingesetzt wird. Ob in Unternehmen, unter Freund\*innen, in der Familie oder in Organisationen - wenn sich zwei oder mehrere Menschen streiten, ist das professionelle Vorgehen der Mediation sehr häufig gewinnbringend für die Beteiligten.**

Vor einiger Zeit haben wir auf unserem Social-Media-Account der Hospizbewegung Münster die Abbildung gepostet: „Familie! Hurra oder oje?“

Familie kann das Schönste, Vertrauteste, Liebevollste auf der Welt sein und in gleichem Maße Quelle für Streit, Verletzungen und Wunden. Selbst wenn im Alltag unter erwachsenen Geschwistern alles gut läuft und man sich harmonisch trifft, können alte Muster in besonderen Situationen, die die Zukunft aller betreffen, wieder aufbrechen.

In den vergangenen Jahren konnte ich dies auch beobachten, wenn Eltern alt und bedürftiger werden. Da sind auf der „Kinderseite“ Dankbarkeit, Verantwortung und der Wunsch nach Fürsorge. Wenn die Pflege aber zeitintensiver wird oder sogar mit den Eltern oder einem verbleibenden Elternteil entschieden werden muss, ob der nächste Schritt eine Pflegeeinrichtung sein sollte, kann das Familien in große Streitigkeiten bringen. Die Selbstbestimmung von Vater und Mutter steht zwar an erster Stelle, aber wie kann der Wunsch: „*Ich möchte zu Hause bleiben!*“ realisiert werden?

Für die erwachsenen Kinder gibt es viele Fragen: Wie können der Haushalt mit Putzen, Waschen, Einkaufen, der Zubereitung von Mahlzeiten und die fachgerechte Pflege geregelt werden? Wer kann (und will) was leisten?

Die Argumente der Elternseite haben nicht nur ihre Berechtigung. Mehr noch, es gilt zu klären, was es für die Menschen im Alter bedeutet, selbstbestimmt und in Würde das Leben zu gestalten, auch wenn Hilfe und Pflege notwendig geworden sind. Denn manchmal wollen Eltern nicht, dass fremde Personen mehr Aufgaben im eigenen Zuhause übernehmen. Gleichzeitig möchten sie die erwachsenen Kinder

nicht zusätzlich belasten - die vielleicht schon durch eine eigene Familie gefordert sind, dazu anstrengende Jobs, vielleicht an Orten, weit entfernt von den alten Eltern. Oder es sind Erwartungen da, die nicht erfüllt werden können.



Foto: NIK/unsplash

Leider hat das Wort „Konflikt“ in Deutschland einen negativen Klang, obwohl Konflikte alltäglich sind, ganz normal und zum Leben gehören. Jede\*r geht anders damit um, die einen sind offensiv in der Vertretung ihrer Interessen, andere introvertiert, die nächsten weichen der Diskussion über die unterschiedlichen Meinungen möglichst aus, wieder andere sind eher konfliktbereit. Auseinandersetzungen tragen immer auch das Potenzial in sich, Impulse zu

geben, sie verhindern Stagnation und öffnen den Weg für Veränderung und neue Einsichten.

Wie aber klappt die Verständigung in Ausnahmesituationen? Es ist sehr hilfreich, sich schon zu einem recht frühen Zeitpunkt für ein konstruktives, achtbares Gespräch, eine gemeinsame „Mediation“ zu entscheiden. Besonders beim Thema „Eltern werden alt und pflegebedürftig“ zeigt sich häufig: Es tut allen gut, wenn die Bedürfnisse und Wünsche zur Sprache kommen. Es offenbart sich oft erst dann, worum es wirklich geht: Der Älteste hat vor allem ein schlechtes Gewissen, weil er regelmäßige Elternbesuche nicht in sein Arbeits- und Familienleben integrieren kann. Seine jüngere Schwester musste feststellen, dass sie ganz andere Erwartungen und Wünsche für die Eltern als ihre beiden Brüder hat. Und der Zweite möchte sich nicht festlegen. Diese drei Geschwister zum Beispiel haben die Chance für eine Verständigung sehr frühzeitig genutzt und eine Mediation begonnen, um einen noch größeren Konflikt zu vermeiden. Auf diesem gemeinsamen Weg gab es auch schmerzhaft Verletzungen.

Als der Bruder zu seiner Schwester sagte: *„Jetzt weiß ich, wie es sich für dich anfühlt,“* wurden die Fenster für eine Lösung unter den drei Beteiligten geöffnet.

Die gemeinsame Lösung wurde in diesem Falle nach wenigen Treffen gefunden, eine Lösung, die sie selbst erarbeitet hatten, mit der sich die drei gut fühlten - und sie mit den Bedürfnissen ihrer Eltern in Einklang bringen konnten. Verständigung bleibt ein immerwährender Prozess mit Höhen und Tiefen - die Mediation hilft dabei, sowohl die eigenen Wünsche auszusprechen als auch die Wünsche der anderen wahrzunehmen, nachzufühlen und manchmal sogar zu verstehen - und vor allem den Blick in die Zukunft zu richten.

Diese Erfahrungen können wir in den Alltag übertragen. Der Perspektivwechsel, das Sich-Hineinfühlen

in den anderen, ist eine Fähigkeit, die ständig trainiert werden kann - im Job, privat, im Freundeskreis, also im ganz normalen täglichen Leben. Dazu gehört vor allem das Zuhören, was übrigens gar nicht so leicht ist, wie wir denken. Will ich wirklich hören, was mein Gegenüber sagt? Meine Gesprächspartner\*innen spüren und sehen, ob ich mich dafür interessiere, was sie empfinden, was ihnen wichtig ist oder was sie gerade beschäftigt.

Oft gehen wir zum Beispiel davon aus, dass wir der gleichen Meinung sind. Dann werden häufig Entscheidungen getroffen, die „nach hinten losgehen“. Es zeigt sich, wie wichtig es ist, von Beginn an genau hin- und zuzuhören, ob man wirklich gleicher Meinung ist.

Zuhören braucht Zeit. Man glaubt zu wissen, was das Gegenüber als Nächstes sagen möchte oder denkt nur daran, was man selbst antworten will. Es lohnt sich nachzufragen und zur Vermeidung von Missverständnissen das Wahrgenommene mit eigenen Worten zu wiederholen, Gefühle anzusprechen und die Signale der anderen wahrzunehmen.

Weil Gefühlen und Bedürfnissen Raum gegeben wird, richtet sich der Blick auf die Lösung und in die Zukunft. So können Zufriedenheit erlangt und Beziehungen erneuert werden. Mediation ermutigt auch dazu, eigene Interessen zu erkennen und zu verteidigen. Gleichzeitig gelingt es häufig, dass die Beteiligten die Perspektiven der anderen einnehmen und sich einfühlen. Auch präventiv kann Mediation eingesetzt werden, um einen Streit zu vermeiden oder nicht eskalieren zu lassen.



*Christa Farwick ist Mitglied der Hospizbewegung Münster seit 2020. Sie engagiert sich vor allem in den Bereichen Social Media und Webseite.*

***„Das Menschenleben ist eine ständige Schule.“***

Gottfried Keller (1819 - 1890), schweizerischer Dichter und Politiker



## Warum Beziehung Arbeit ist oder Konfliktpotential Betriebsübergabe

**Generationswechsel... ein einfaches Wort mit einer unermesslichen Tragweite. Ein Unternehmen, in meinem Fall ein landwirtschaftlicher Betrieb, geht in die nächste Generation über. Ein logischer, spannender und auch freudvoller Prozess. Es geht weiter! Ein Lebenswerk wird vertrauensvoll in jüngere Hände gelegt. Gleichzeitig geht es um einen Abschied, um Loslassen und Trauer.**

Es gab einen von mir seit Jahren anvisierten Termin, nämlich das Jahr, in dem unser Hofnachfolger seinen 30. Geburtstag feiern würde, 2023. Er hatte in den vorangegangenen Jahren sein unternehmerisches Geschick bewiesen, war erfolgreich mit seinen Innovationen und die Reibereien mit den Altvorderen hielten sich in Grenzen.

Die drei Geschwister waren mit ihm als Nachfolger des Familienbetriebs einverstanden, aber... plötzlich standen Auszahlungssummen und Ansprüche im Raum, die nicht unbegründet waren, aber in dieser Form nicht leistbar. Die sonstige Harmonie bekam Misstöne.

Die „weichenden Erben“, so der Fachbegriff, kämpften natürlich auch mit ihrer Trauer und der großen Veränderung. Nach der Übergabe würden andere Regeln gelten.

Die Ernte aus dem Garten würde nun nicht stillschweigend eingepackt, mal kurz der Schlepper geliehen oder ein Spanferkel aus dem Stall geholt. Jetzt wären die Besitzverhältnisse andere.

Wie konnte ich es den Kindern und auch mir selber leichter machen, loszulassen, einen erträglichen Abschied zu gestalten? Jedes der Nachkommen hatte eigene Vorstellungen und Ideen, eigene Bedürfnisse, die es nun unter einen Hut zu bringen galt.

Wieder einmal zeigte sich, dass eine Lösung nur dann möglich ist, wenn alle in Offenheit und Vertrauen miteinander reden. Es gab viele Gespräche, hitzige Diskussionen und auch schon mal beleidigte Stille. Dennoch war unser Aller Ziel, eine einvernehmliche Regelung zu schaffen.





**„Es gibt keine Freiheit ohne gegenseitiges Verständnis.“**

Albert Camus (1913 - 1960), französischer Schriftsteller, Philosoph und Religionskritiker

Jede\*r der Beteiligten drückte Ansprüche aus und machte auch deutlich, was für ihn oder sie untragbar sei. Die Kinder steckten in verschiedenen Lebenssituationen und hatten unterschiedliche Bedürfnisse. Also suchten wir den kleinsten gemeinsamen Nenner. Immer unter der Maßgabe, dass nicht eher ein Vertrag unterzeichnet würde, bis alle mit den Statuten einverstanden waren. Eine Herkulesaufgabe bei fünf Erwachsenen, die teilweise schon für eigene Familien verantwortlich sind.

Der Prozess dauerte über ein Jahr - mit wechselnder Intensität. Als Mutter war ich an der ein oder anderen Stelle geneigt, meine eigenen Bedürfnisse nach hinten zu schieben. Aber - die Hofübergabe ist auch eine Regelung für mein Alter, eine sogenannte „*Altenteilleistung*“ des Hofnachfolgers soll mir durch einen Vertragspassus Sicherheit geben. Also war es tatsächlich essentiell, meine Bedürfnisse nicht aus dem Auge zu verlieren, aus reinem Selbsterhaltungstrieb.

Der Tag der notariellen Beurkundung rückte näher und mein Herz wurde fast täglich schwerer. Nicht, dass ich unserem Sohn misstraute, aber ein sehr großer Teil meines Lebens fand durch die neuen Regularien und Festschreibungen einen Abschluss. Ich fühlte keine Erleichterung, sondern war sehr traurig. Schließlich muss ich nun eine neue Rolle im Familiengefüge für mich finden. Ich bin nun nicht mehr die „Chefin“, sondern die Altenteilerin. Es ist ein Abschied von Gewohnheiten, Verantwortlichkeiten und einem gesellschaftlichen Status.

Auch diese Gefühle haben wir untereinander kommuniziert. Einigen Kindern ging es ähnlich. Sie beschrieben es als Verlust ihres Zuhauses, als endgültige Abnabelung. Dennoch ein ganz normaler Prozess im Leben eines jungen Menschen.

Der Hofnachfolger hatte die ganze Familie eingeladen und versicherte, dass vieles weiterlaufen werde - wie gewohnt. In seiner kleinen Rede betonte

er den guten Prozess der Entscheidungsfindung und wünschte sich, dass man weiter gut im Kontakt bleiben und immer miteinander reden solle, mit und ohne Diskussionsbedarf.

Im Zuge der Betriebsübergabe machte ich mir Gedanken zu meinem Älter-Werden und auch hinsichtlich meines Todes. Ich weiß, dass die Pflege eines Angehörigen fordernd sein kann und das gesamte Familiensystem verändert. Ich habe beschlossen, die eventuelle Pflege durch meine Kinder nicht zu verlangen und mir eine Alternative überlegt. Sollte ich nicht mehr in der Lage sein, meinen eigenen Willen zu kommunizieren, habe ich mit einer Patientenverfügung und einer Betreuungs- und Vorsorgevollmacht meine Vorstellungen dokumentiert. Meinen letzten Ruheplatz habe ich bereits erworben und den Kindern meine Wünsche mitgeteilt. In meinem Notfallordner finden sie alle notwendigen Unterlagen und Adressen. Das ist in meinen Augen ein Liebesdienst an sie, der ihnen die Sorge und die Trauer erleichtern soll.

Wir brauchten den Austausch, die Worte und den Willen, miteinander ins Gespräch zu kommen und zu bleiben. Mag der Prozess auch noch so anstrengend und fordernd sein. Gleichzeitig bietet er die Chance, langfristig sich gut zu verständigen und ein wirkliches Miteinander zu leben. Offenheit, Klarheit und Ehrlichkeit unterstützen dieses Vorhaben.

Wir haben es geschafft, und es hat uns gezeigt, dass Familie auch in schwierigen Situationen Hürden überwinden kann, wenn alle im Gespräch bleiben. Ich bin dankbar, „mein Feld“ bestellt zu haben und schaue auf einen geglückten Generationswechsel.



*Text und Foto: Marlis Lamers, akademische Palliativexpertin, Trainerin für Mimikresonanz, Dozentin für Palliative Care und Hospiz, Schwerpunktthemen Kommunikation, Demenz und Sexualität, Autorin, freie Rednerin.*

## Drei Gesichter des Trauerns

**Meist sind es Momente der Stille, in denen sie über uns hereinbricht: Tiefe Traurigkeit, quälende Trauer, lähmende Ohnmacht. Wie können wir Menschen damit umgehen? Wie kann es für uns weitergehen? Ein Blick in die Kulturgeschichte der Trauer ermöglicht uns, drei essentielle Aspekte des Trauerns aufzufinden.**

Die oftmals dunklen Seiten gehören für uns als Stationen im Trauerprozess wie selbstverständlich dazu. Als gemeinmenschliche Reaktionen auf den radikalen Einschnitt des Verlusts waren sie seit jeher vielfältig auch Gegenstand kultureller Auseinandersetzung mit jeweils spezifischen Aneignungen. Bei allen Unterschieden weisen diese Reflexionen auch Gemeinsames auf; die Rückbesinnung auf die gemeinsamen Wurzeln erlaubt es uns, Trauer besser zu verstehen und uns über sie zu verständigen.

Ein sehr frühes Zeugnis für den Umgang mit Trauer nach einem Verlust bildet der altorientalische Gilgamesch-Mythos aus dem 2. Jt. BCE (= Before Common Era, religionsneutrale Bezeichnung für „vor dem Jahr 0“):



Relief aus dem Palast Sargon II., ca. 710 BCE (Louvre, Paris). Es wird entweder Gilgamesch oder Enkidu mit dieser Darstellung identifiziert.

Nachdem sein treuer Gefährte Enkidu, mit dem er viele mythische Abenteuer erlebte, aus dem Leben scheidet, durchläuft Gilgamesch typische Trauerphasen - erst ist er ungläubig und hält Enkidu nur für schlafend, dann brüllt er laut „*einem Löwen gleich*“ und rauft sich die Haare, ehe ihn die Ahnung beschleicht: „*Ich selbst werde sterben: Wird es mir nicht wie Enkidu gehen?*“

Schon hier tritt der Tod als Einbruch in das Leben auf, selbst übermenschliche Helden sind davon nicht verschont. Während Enkidus Seele in dem Mythos nachgerade friedlich von einem Vogel hinfort transportiert wird, bleiben für den hinterbliebenen Gilgamesch zunächst nur Unverständnis, Wut und tiefe Traurigkeit. Dies verweist auf die zutiefst soziale Dimension von Trauer, dass das Sterben nie ein einsames und isoliertes Geschehen ist, sondern immer in einer Gemeinschaft und aus einer Gemeinschaft heraus passiert. Und inmitten des erlebten Unglücks findet auch der reflexive Selbstbezug statt - bin auch ich nicht unsterblich?

Diese Einsicht ist im Mythos sodann Anlass für eine Heldenreise auf der Suche nach Unsterblichkeit, die tragischerweise erfolglos endet. Dennoch bleibt Gilgamesch bei aller Tragik der Held der Erzählung. So wird verdeutlicht, dass das Erleben und Bedenken von Sterblichkeit in eine lebensbejahende Aktivität mündet, die ihren Sinn nicht dadurch verliert, dass der Tod letztlich unvermeidlich bleibt. Vielmehr sind es gerade die Erinnerungen an die schönen Momente mit dem Freund, das Streben nach einem besseren Dasein und der unbändige Wille zum Leben, welche das Leben des Gilgamesch nach dem Tod seines Freundes prägen.

Diese Einsichten sind in der jüdischen Tradition aufgenommen und theologisch reflektiert worden:

Die sozialen Aspekte des „Herausgerissenwerdens“ aus der Gemeinschaft führten zu kollektiven Trauer-riten um das Fehlen der geliebten Person, aber mitunter auch der wichtigen sozialen Rolle (Familienvater, fürsorgliche Mutter, Staatsdiener) zu verdeutlichen. Öffentliche Begräbnis- und Trauerveranstaltungen, die einwöchige Selbstaussonderung der nahestehenden Verwandten ( שִׁבְעָה shiva „sieben“) sowie institutionalisierte Trauernde wie „Klageweiber“ haben hier ihren Ursprung. Das Vorbringen von Totenklagen wurde Spezialist\*innen-aufgabe, um die Bedeutung Verstorbener für die Gemeinschaft herauszustellen. Bis heute wird Trauer im vorderasiatischen Kulturkreis stärker öffentlich ausgelebt als in westlichen Kulturkreisen. Dort finden sich stattdessen in sozialen Konventionen wie Todesanzeigen in Zeitungen, Grabreden oder Trauerzügen Anklänge an das öffentliche Trauern.

Auch die beiden anderen Aspekte, Selbstreflexion und Aktivität, finden sich in der frühjüdischen Trauerkultur. Deren Verschränkung lässt sich gut an einem typischen Trauergestus ( תְּפִלָּה taphad) erkennen: Die Trauernden hüllten sich zumeist in ein sackartiges Trauergewand ( קִטְרוֹן kitron), um die Gleichförmigkeit und Leblosigkeit aller im Tod zu symbolisieren. In rituellen Zügen durch die Stadt wurde Wehgeschrei und Klage vorgebracht, begleitet durch regelmäßiges An-die-Brust-Schlagen. Die Brust galt damals als Zentrum der Vitalität des Menschen, das Herz (לֵב) als „innerer Mensch“, als Sitz von Verstand und Emotion. So wird metasprachlich zum Ausdruck gebracht, dass die Trauernden einerseits mit den Verstorbenen verbunden sind, andererseits aber als Lebendige aus den Fängen des Todes herausdrängen.

Die religiöse Auseinandersetzung verweist in theologischen Begriffen auf die Ambivalenz der Natur, die gleichermaßen Leben und Tod stiftet. Zwischen dem 6. und dem 8. Jh. BCE fand, wie der evangelische Theologe Bernd Janowski treffend bemerkte, eine „göttliche Kompetenzausweitung“ statt, der Gott der Lebenden ist auch der Gott der Toten, er ist nicht nur für das Diesseits, sondern auch das Jenseits

zuständig. Folgerichtig richten sich jüdisch entwickelte Riten mithin einerseits „gegen JHWH als Urheber der Todesnot und zugleich an JHWH als einzig mögliche Instanz ihrer Aufhebung.“ (Podella, Thomas: *Art. Trauerbräuche II. Altes Testament*) Tod und Leben, Klage und Bitte, Verdammnis und Erlösung stehen in dieser Tradition unmittelbar nebeneinander.

Diese Erfahrungen führten in frühchristlicher Zeit zur Reflexion über die ambivalente Natur der Trauer. So unterscheidet Euagrios Scholastikos im 6. Jh. CE zwischen zwei Arten von Trauer: Einer guten (πένθος penthos) und einer schlechten (λύπη lupé). Die schlechte Art sei demnach eine (auch körperlich) schmerzliche, hoffnungslose, niederschmetternde, in der man nicht verweilen sollte. Die gute Art sei dagegen eine vorübergehende, lehrreiche und letztlich inspirierende - sie sei nicht schmerzlos, aber hoffnungsvoll. Diese Trauernden sind es auch, denen Jesus in der Bergpredigt verheißt: „*Glücklich sind die Trauernden, denn sie sollen getröstet werden!*“

Die kulturelle-rituelle Aneignung verweist auf drei essenzielle Bestandteile der Trauererfahrung: Sie besitzt stets eine soziale Dimension, diesem Gedanken trägt auch die Hospizbewegung Rechnung. Sie veranlasst zum reflexiven Selbstbezug, zum Finden und Erspüren des eigenen Daseins. Angst vor der Endlichkeit, Bewusstwerdung des Hier-und-Jetzt und Unsicherheit mit Blick auf die Zukunft sind allesamt mögliche Ergebnisse dieses Prozesses. Und nicht zuletzt leitet sie zum bewussteren Leben, zur lebensbejahenden Aktivität an; dass der Tod nicht das letzte Wort hat, dass die Hinterbliebenen das Leben - im Gedenken und im Fortschreiten - feiern können, das ist die tröstliche Botschaft für die Trauernden und für uns.



*Text und Foto: Jonathan Sieberg  
Er ist der Sache der ambulanten Hospizbewegung - auch derjenigen in Münster - über seine Frau Nastasja verbunden.*

**„In der Wahl seiner Eltern kann man nicht vorsichtig genug sein.“**

Paul Watzlawick (1921 - 2007), österreichischer Philosoph und Psychotherapeut

## Gelungende Bindung bis zum Lebensende

**Die frühe Kindheit prägt zwar, doch durch einfühlsame Zuwendung können auch schwierige Bindungserfahrungen am Ende des Lebens noch gestaltet werden.**

Die Palliativmedizinerin Dr. med. Yvonne Petersen war über 20 Jahre lang Ärztin am Krankenhaus Barmherzige Brüder in München. Bei ihrer Arbeit mit Schwerstkranken ohne Heilungsaussicht und Sterbenden bemerkte sie, dass *„die Menschen nicht nur mit körperlichen Problemen kamen, sondern auch mit großen seelischen Konflikten. Damals hatte ich kein Werkzeug, um diese Konflikte in irgendeiner Form aufzulösen.“* Petersen machte eine Psychotherapieausbildung und kam so auf den Gedanken, die Erkenntnisse der Bindungstheorie auf ihre Arbeit in der Palliativstation anzuwenden.

Unsere Bindungsmuster werden mit zunehmendem Alter bedeutender. Unsere Hilfsbedürftigkeit und Abhängigkeiten nehmen zu. Mehr und mehr sind wir auf Hilfe und Unterstützung anderer angewiesen. Dabei stellt der Tod die ultimative Trennungssituation dar. In dieser extremen Stresssituation wird das eigene Bindungssystem und das unserer Bezugspersonen auf das Äußerste aktiviert.

In der Bindungstheorie werden vier sogenannte „Bindungsmuster“ unterschieden: *„sicher“*, *„unsicher-vermeidend“*, *„unsicher-ambivalent/verstrickt“* und *„desorientiert/desorganisiert“*.

Während ein sicherer Bindungsstil sich durch eine positive Sichtweise des Selbst und der Bezugsperson auszeichnet, haben unsicher-gebundene Menschen oft negative Beziehungserfahrungen gemacht. Untersuchungen gehen davon aus, dass ungefähr die Hälfte der Erwachsenen sicher gebunden ist und ein Viertel bis ein Drittel ein unsicheres Bindungsmuster hat, das zu klammerndem, Nähe suchendem Verhalten oder aber zur Vermeidung von Nähe führen kann.

Beispielweise verhalten sich unsicher-vermeidende Menschen eher kühl und rational, halten Partner\*innen auf Abstand und betonen ihre Eigenständigkeit auch in der Beziehung. Auf der Palliativstation beobachtete Petersen, dass die Atmosphäre zwischen Patient\*innen mit unsicher-vermeidendem Bindungsmuster und ihren Bezugspersonen oft nüchtern und wortkarg war und es kaum körperliche Berührungen gab. Gefühle wie Trauer, Wut und Angst wurden nicht geäußert. Es war schwierig, mit diesen Patient\*innen Vorstellungen über den Umgang mit der verbleibenden Lebenszeit zu entwickeln.

Petersen und ihr Team entwickelten einen Fragebogen, um das Bindungsmuster der Patient\*innen zu erkennen und bei der Behandlung gezielt darauf eingehen zu können. Die Behandelnden achteten außerdem darauf, wie Patient\*innen und deren Angehörige und Bezugspersonen miteinander umgingen und wie sie sich äußerten, z.B. wie Körperhaltung, Mimik und Stimmlage der Patient\*innen und Bezugspersonen waren.

Ziel war dabei, das Bindungsmuster der Sterbenden zu erfassen und ihnen die Erfahrung von sicherer Zuwendung zu geben, die sie in ihrer Kindheit und in ihrem Leben nicht gemacht hatten. Die Kenntnis der Bindungsmuster konnte in die Behandlungsstrategie integriert werden: *„... beispielsweise bei Vorliegen einer vermeidenden Bindung, die verleugneten Gefühle vorsichtig zur Sprache zu bringen und bestehende Hoffnungen auf Erfüllung von Schutz- und Anlehnungsbedürfnissen zu bestärken; im Falle sogenannter „ambivalent/verstrickter“ Bindung die überengenen Beziehungen zu entzerren; im Falle desorganisierter*





Foto: Sven Mieke/unsplash

*Bindung, die Emotionsregulation zu fördern und Klarheit in die Beziehungen zu bringen.“*

Oft wurde dadurch der Zugang zu lang verschütteten Erfahrungen möglich, und unverarbeitete Erlebnisse konnten noch einmal mit Unterstützung und Zuwendung durch das behandelnde Team angeschaut und bearbeitet werden. So gelang es beispielsweise bei einem 75-jährigen Patienten mit Lymphdrüsenkrebs, seine Autonomiewünsche zu unterstützen, die sehr enge Beziehung zur Ehefrau zu entzerren und durch Einsatz eines Pflegedienstes und Gesprächsinterventionen mehr Abstand und Freiräume in der Familie zu schaffen. Der Patient berichtete, dass es ihm gutgetan habe, als eigenständige Persönlichkeit wahrgenommen zu werden.

Lange Zeit galt es als gesichert, dass sich Bindungsverhalten im Erwachsenenalter nicht mehr verändern lässt. Neuere Erkenntnisse der Hirnforschung machen aber deutlich, dass es auch im Erwachsenenalter noch möglich ist, Bindungsverhalten zu verändern. Grund ist die sogenannte Neuroplastizität des Gehirns, die einen Austausch mit unserer Umwelt und Lernvorgänge aller Art ermöglicht, wie Sprachen und neue Bewegungsabläufe beim Sport. Das Gehirn hat die lebenslange Fähigkeit, auf äußere

Einflüsse zu reagieren und seinen Aufbau und seine Funktion so zu verändern, dass es sich den neuen Anforderungen anpasst, z.B. durch die Bildung neuer Verbindungen zwischen einzelnen Nervenzellen (Synapsen). Diese Veränderbarkeit zum Positiven trifft auch auf das Bindungsverhalten zu. So sagt die Entwicklungspsychologin Karin Grossmann, die sich jahrzehntelang mit Bindungsforschung beschäftigt hat: *„Jeder hofft, dass es einen stärkenden, fürsorglichen, schützenden Anderen gibt. Und wenn man ihn plötzlich bekommt, dann erlebt man, doch, ich bin es wert, und doch, da ist jemand, der mir beisteht.“*



Jutta Schulzki,  
Diplom Soziologin, Technische  
Redakteurin in Berlin, schreibt  
seit 2013 für das Hospiz-Forum  
und MITTENDRIN.

Quellen:

*Lieb mich fest*

*Süddeutsche Zeitung 10.4.2023*

Yvonne Petersen · Lotte Köhler · München

*Die Bindungstheorie als Basis psychotherapeutischer Interventionen in der Terminalphase*

**„Stelle Fragen. Unser Wissen besteht aus den Antworten auf gestellte Frage.“**

Aristoteles (384 v. Chr. - 322 v. Chr.), griechischer Universalgelehrter



Foto: Walburga Altefrohne

## Neues aus der Hospizbewegung...

...hat Ihnen, liebe Leser\*innen, offensichtlich gut gefallen. Zahlreiche positive Rückmeldungen dazu haben uns erreicht - dafür danken wir Ihnen. Wir nehmen Ihre Ausführungen als Bestätigung und Wertschätzung unserer Arbeit und werden in dieser Rubrik weiterhin über die vielfältigen Aktivitäten in der Hospizbewegung Münster berichten.

**Am Vorabend zum Welthospiztag 2023 lud die Hospizbewegung Münster zu einem öffentlichen Vortrag ein, dessen Thema „Gendersensible Trauerbegleitung - Trauern Männer anders?“ etliche Interessierte in die Räume der VHS Münster lockte.**

Dass es Unterschiede in gelebter Trauer zwischen Männern und Frauen gibt, davon ist der Referent, Professor Dr. Traugott Roser, überzeugt. Der Vortrag stellte Ansätze in Forschung und Praxis zu einer geschlechtsspezifischen Trauer vor und hatte dabei gezielt die Trauer von Männern im Blick.



Professor Traugott Roser

Dem Referenten gelang es, die Zuhörerinnen und Zuhörer durch interessante Fragen einzubeziehen.

So entwickelte sich ein abwechslungsreicher Austausch. Diskutiert wurde über die Frage, worin sich der männliche

Ausdruck von Trauer von der weiblichen Art zu trauern unterscheidet.

Dabei gelang es, auf klischeehafte Zuschreibungen aufmerksam zu machen. Anhand einzelner Beispiele zeigte Roser, dass nicht nur der Ausdruck der Trauer in den Blick zu nehmen ist, sondern auch unterschiedliche Anlässe des Trauerns - etwa der Verlust von Gesundheit, das Scheitern einer Beziehung oder der Tod eines nahestehenden Menschen.

Deutlich wurde, dass Männer auf sehr unterschiedliche - durch Sozialisation geprägte Weise („Männer weinen nicht“) - interagieren und dass es in der Gesellschaft verschiedene Rahmenbedingungen und wechselnde Akzeptanz für trauernde Männer gibt. Innere Leere, körperliche Symptome oder starker Aktionismus können u.a. männliche Reaktionen auf den Schmerz in Zeiten der Trauer sein. Frauen wird zugeschrieben, schneller und stärker zu weinen, eher Suchtverhalten zu entwickeln oder Schuldgefühle aufzubauen.

Die Ausführungen halfen, einen vorurteilsfreieren Blick auf trauernde, nach neuer Identität und neuem Alltagsgestaltung suchende Männer zu entwickeln und diesen zu weiten, um trauernde Männer zu unterstützen, damit sie die sein können, die sie sind.

Traugott Roser ist evangelischer Pfarrer und lehrt als Professor für Praktische Theologie an der Universität Münster. Zusammen mit Norbert Mucksch, u.a. Fachbereichsleiter „Sterbe- und Trauerbegleitung“ hat er das Buch: „Männer trauern als Männer“ herausgebracht, das in der Bibliothek der Hospizbewegung vorliegt.

*Texte und Foto: Gabriele Knuf*

**„Lernen ist wie Rudern gegen den Strom. Hört man damit auf, treibt man zurück.“**

Laozi/Laotse (\*571 v. Chr.), chinesischer Philosoph

## Wortspiele aus dem Kreis der neuen Ehrenamtlerinnen

**K**lären  
**O**hren  
**M**itgefühl  
**M**enschen  
**U**ngehört, unheimlich wichtig  
**N**on verbal, nicht zu unterschätzen  
**I**rrsinn  
**K**eine Chance ohne  
**A**tmen, absolut unverzichtbar  
**T**heorie, toll  
**I**mmmer wichtig  
**O**ft nicht ausgeübt  
**N**iemals ohne

*Kirsten Rehbaum*

**K**urz  
**O**ffen  
**M**und  
**M**iteinander  
**U**nsinn  
**N**ähe  
**I**ntuition  
**K**älte  
**A**llein  
**T**on  
**I**nnere  
**O**rt  
**N**amen

*Gisela Götte*

**K**ennenlernen meines Gegenübers  
**O**bhut  
**M**iteinander  
**M**itfühlen  
**U**nterton  
**N**atürlichkeit  
**I**ntegrität  
**K**ennenlernen meiner selbst  
**A**n Sein (Aktiv zuhören)  
**T**on (Schwingung, Gefühl)  
**I**ndividualität  
**O**ffenheit  
**N**ehmen (und/oder auch Geben)

*Marion Niemeyer*

**K**omm her  
**O**je (das ist dir passiert?)  
**M**iteinander  
**M**utig sein  
**U**ngeduldig sein  
**N**icht gut  
**I**nteressiert  
**K**ein Gleichgewicht  
**A**uch anstrengend  
**T**otal schön  
**I**n Ordnung  
**O**h Gott  
**N**icht an was anderes denken

*Elisabeth Wicker*



## Herzlich Willkommen

Wie schön, dass wir in 2023 zehn neue Ehrenamtliche für die Sterbebegleitung gewinnen konnten, die zukünftig unser bewährtes Team unterstützen werden.



v.l.n.r.: Kirsten Rehbaum, Gisela Götte, Pia Denninger, Marion Niemeyer, Waldburga Yasar, Thi Kim Tuyet Nguyen, Hildegard Schulze-Zumhülsen, Elisabeth Wicker vorne: Annette Mandelartz, Christina Eifler

Im Zeitraum von April bis Oktober 2023 haben sich die Ehrenamtlichen in 130 Unterrichtseinheiten mit verschiedenen fachlichen Inhalten, aber vor allem auch mit ihrer Motivation, ihrer Selbstwahrnehmung, ihrer Intuition und ihren Bedürfnissen auseinandergesetzt.

Nach einem spielerischen **Kennenlernabend** beschäftigten sie sich direkt am ersten Wochenende mit den im eigenen Leben erlebten **Abschieden** und dem, was der Abschied vom Leben bedeuten kann. Die Teilnehmenden setzten sich in Übungen damit auseinander, was beim **Begleiten** hilfreich sein kann und was besonders zu beachten ist.

Während des Wochenendes zum Thema **Berührung** setzten sie sich mit eigenen (Körper-)Grenzen auseinander. Jede war konfrontiert mit den Fragen: Welche Berührungen empfinde ich als angenehm, welche Berührung könnte ich mir vorstellen zu geben? Zusätzlich zum eigenen Wissen und den eigenen Erfahrungen wurden ihnen Hilfestellungen geboten, die unterschiedlichen Situationen zu bewältigen, um den Menschen, die sich ihnen anvertrauen, respektvoll, aufmerksam und sensibel zu begegnen.

Auch die für Begleitungen hoch relevanten Themen wie **Alter** und **Demenz** wurden bearbeitet.

Zudem standen auch einige **Exkursionen** auf dem Plan: In Osnabrück gab der Leiter des Krematoriums vor Ort mit viel Achtung für die Verstorbenen Einblicke in die ansonsten eher technischen Abläufe. Es wurde deutlich, dass auch inmitten aller Vorgaben ein würdiger Abschied gelingen kann. Dies zeigte auch der Besuch in den beiden Hospizen in Münster und in einem Bestattungshaus.

Am Ende des Kurses beschäftigten sich die Teilnehmenden mit den Themen **Trauer, Spiritualität, Ängste** hinsichtlich der bevorstehenden Begleitungen und den persönlichen Kraftquellen, die Stärkung in schwierigen Lebens- und Begleitungssituationen sein können.

Im Laufe der Sommermonate konnten die Ehrenamtlichen bereits erste praktische Erfahrungen im Rahmen der **Hospitation** in verschiedenen Einrichtungen (Altenpflegeeinrichtung, ambulanter Pflegedienst, Demenz-WG, ...) sammeln und ein Bild davon bekommen, was sie in ihrer eigenen ehrenamtlichen Tätigkeit erwarten könnte.

Am Ende blicken wir zurück auf sechs prall gefüllte Monate - die geprägt waren von individuellen und gemeinsamen Erfahrungen, von der Fähigkeit, Schweres zusammen ausgehalten zu haben, neuen Erkenntnissen und neuem Wissen - und auch Lachen.

Wir freuen uns auf die gemeinsame Arbeit!



*Text und Foto:  
Marlena Wasserbauer,  
seit 2022 Koordinatorin  
für den Bereich  
Sterbebegleitung.*

## Wie gestaltet man das Leben sinnvoll, obwohl es zeitlich begrenzt ist?

Mit seinem Vortrag über die Endlichkeit des Lebens gelang es Manfred Hillmann, Logotherapeut und Lehrbeauftragter für das Studium im Alter an der Uni Münster, die Zuhörer\*innen mit Wissen und Humor durch das schwere Thema zu führen.

Die Vergänglichkeit betrifft alle Menschen. Jeder wird in seiner eigenen Art davon berührt und eventuell auch irritiert. Der Tod stellt die Grenze der Endlichkeit dar, weil er in der Zukunft eines jeden Menschen liegt. Der Referent bezeichnet den Tod als ein *„Skandalon“*. Im Versuch, diese Erkenntnis zu verstehen und verarbeiten, ergeben sich für den reflektierten Menschen etliche Fragen:

*„Macht das Leben Sinn?“, „Wenn ja, welchen?“,  
„Wie finde ich einen Sinn für mein Leben?“,  
„Wie kann ich Gelassenheit angesichts der  
Endlichkeit finden?“*



Foto: Gabriele Knuf

Hillmann macht deutlich, wie Menschen psychologische Informationen über sich selbst und über die Welt einordnen und verarbeiten. Er zeigt auf, wie die Menschen sowohl als *„denkendes Ich“* als auch *„fühlendes Selbst“* Erfahrungen einordnen und beschreibt die Bedeutung der Durchleuchtung und Durchdringung der Vergangenheit. Sie tragen dazu bei, in das Denken und Fühlen der Zukunft integriert zu werden.

Hillmann verweist auf den Österreicher Viktor Frankl, der den Verlust seiner Familie in Konzentrationslagern überlebt hat und trotzdem sein Leben als lebenswert und sinnvoll betrachtet. Für Frankl, den Begründer der Logotherapie und Existenzanalyse, ist die Sinnsuche essenziell für die Gestaltung des Lebens.

Hilfreich dabei sei, Kontrolle über den Alltagsstress zu erlernen. Dabei gelte es, den Blick zu weiten für einen umfassenden Kontext: *„Welche Verbindungen zwischen Vergangenheit und Zukunft gibt es? Was braucht es für die Entwicklung bewusster Werte und wie bilden unsere Entscheidungen unsere Beziehungen miteinander?“* Durch vielfältige Entwicklungsschritte bildet sich so eine neue Haltung zur Lebenszeit und zu den Lebenskrisen.

Frankls Metapher zum *„Scheunengleichnis“* hat als Ziel, eine Integration des Geschaffenen, des Erlebten, des Erlittenen und des Gedachten zu ermöglichen, denn erst mit dem Tod schließen sich die Scheunentore und alles Gelebte bleibt in der Scheune geborgen. Diese Erkenntnis verhilft zu einem inneren Gleichgewicht, zu einer tieferen Erfahrung von Dankbarkeit und Zufriedenheit. Das heißt letztendlich, einen Sinn für das Leben zu finden - nach Frankl ist dieses Ziel größer als die Vergänglichkeit.

Ein Teilnehmer der Runde fasste es treffend zusammen: *„Wenn man eine gute Gegenwart hat, wird man in der Zukunft eine gute Vergangenheit gehabt haben.“*

Text und Foto: Cíntia Scelza

***„Die Lernfähigkeit ist eine Angelegenheit der geistigen Haltung und nicht des Alters.“***

Emil Oesch (1894 - 1974), schweizerischer Schriftsteller und Verleger

## Workshop: „Assistierter Suizid“

**Der Umgang mit Sterbewünschen hat zu kontroversen gesellschaftlichen Debatten geführt. Neben dem Wunsch, die ehrenamtlich Mitarbeitenden der Hospizbewegung Münster zu informieren, ging es bei unserem Workshop vor allem darum, allen die notwendige Sicherheit zu vermitteln, falls sie mit Anfragen zur suizidalen Begleitung konfrontiert werden sollten.**

Das lang erwartete Urteil des Bundesverfassungsgerichtes im Jahr 2020 mit der ersatzlosen Streichung des §217 StGB machte noch einmal deutlich, dass jeder Mensch - gemäß unseres Grundgesetzes - ein Recht auf selbstbestimmtes Sterben hat.

Unter der Voraussetzung, dass allen Beteiligten ausreichend Raum zur Entfaltung und Umsetzung gegeben wird - freiverantwortlich, wohlwogen und nachhaltig - genießt er die Freiheit, bedingungslos Angebote Dritter in Anspruch nehmen zu dürfen.

Mit seinem Impulsvortrag zu Beginn des Workshops (27.01.2024) verdeutlichte Andreas Lüdeke, Vorstand des Hospiz- und Palliativdienstes Lippe, zunächst den juristischen Zusammenhang. Zugleich eröffnete er tiefe Einblicke in die für alle Beteiligten schwierige Situation. In Gruppen- und Plenumsarbeit diskutierten die Teilnehmer\*innen anhand von Fallbeispielen. Das half, die eigene Einstellung/Haltung zu reflektieren. Durch das Verteilen farbiger Punkte unter einer Scala wurden die jeweiligen Positionen für alle transparent gemacht. Auf diese Weise entstand eine Visualisierung der gemeinsamen Einstellung/Haltung, die von der eigenen Überzeugung und der Verantwortung gegenüber denen, die sich uns anvertrauen, getragen ist.

Das Ergebnis macht Mut: Alle Anwesenden konnten sich vorstellen, dem Wunsch von Sterbenden zu entsprechen, sie bis zum Lebensende - auch bei einem „assistierten Suizid“ - zu begleiten. Selbstverständlich orientiert sich unser Handeln ausdrücklich und ausschließlich an den gesetzlichen Vorgaben - so wie es in unserer Satzung und unserem Leitbild geschrieben steht. Die offen geführte Debatte zeigte, dass sich die Mitglieder der Hospizbewegung weiterhin dafür einsetzen werden, dass jeder Mensch entsprechend seines individuellen Wunsches in seiner letz-

ten Lebensphase begleitet wird, verlässlich, kompetent, empathisch und wertschätzend. Gleichwohl wird niemand der in der Hospizbewegung tätigen Sterbegleiter\*innen dazu angehalten, dem Wunsch eines Sterbenden nach einem assistierten Suizid nachzukommen, alle Begleitenden haben das Recht, ausschließlich ihrem Gewissen zu folgen. Deutlich gemacht wurde, dass die Begleitenden der Hospizbewegung weder dabei helfen dürfen, Mittel zur Lebensbeendigung zu besorgen, noch Mittel in jeglicher Form zu verabreichen.

Primär geht es bei unseren Begleitungen darum, den Wünschen der Betroffenen zu entsprechen. Dabei wird der „assistierte Suizid als letztes Mittel“ akzeptiert und in oben beschriebener Weise behandelt. Die Rücksprache mit der Koordination oder die Aussprache bei der Supervision sollten in jedem Fall erfolgen.

Nichtsdestoweniger wird der Verein eine breite gesellschaftliche und politische Debatte unterstützen, um dazu beizutragen, die hospizlich-palliativen Rahmenbedingungen zu verbessern, damit der assistierte Suizid eine seltene Ausnahme bleibt.

Der Workshop zeigte durch Gespräche und Stellungnahmen in besonderer Weise, dass es einen offenen Geist und eine hohe Motivation bei unseren Ehrenamtlichen gibt. Zudem das Bewusstsein, eine besondere Verantwortung zu tragen und letztendlich frei entscheiden zu können. Zeitnah soll aufgrund der Ergebnisse des Workshops ein Papier entworfen werden, in dem u.a. der assistierte Suizid lediglich als eine unter verschiedenen Möglichkeiten der Sterbewünsche aufgezeigt wird.

*Gabriele Knuf*

*Quelle: Pressemitteilung des Ambulanten Hospiz- und Palliativ-Beratungsdienstes Lippe e.V.*





## 8. Nacht der spirituellen Lieder in der Erlöserkirche

**Vor 20 Jahren wurde dieses Mitsingformat in Aachen ins Leben gerufen und hat in vielen deutschen Städten seinen festen Platz, auch in Münster. Nach etlichen Jahren der Corona-bedingten Zwangspause folgten mehr als 300 Interessierte dem Motto „Wer gehen kann, kann tanzen - wer sprechen kann, kann singen!“. Die Erlöserkirche war bis in die letzten Reihen gefüllt.**

Die Organisator\*innen führten kurz ein und schon ging es los: Es wurden gemeinschaftlich Mantras mit verschiedenen Religionsbezügen, Heilungs- und Kraftlieder gesungen. Dabei ging es nicht um Perfektion, sondern einfach darum, die eigene Stimme zu erleben, Körper, Geist und Seele in Schwingung zu bringen und dabei Zugang zur persönlichen Spiritualität und „in die Stille“ zu finden. Die Liedzeilen waren auf eine Leinwand projiziert, so dass alle mitsingen konnten.

Singen weckt Freude und Wohlbefinden, befreit von Anspannungen, verbindet und stärkt den Zusammenhalt und die Verbundenheit zwischen Menschen. Gleichzeitig stärkt gemeinsames Tun

das Verständnis für einander und bringt die Menschen ein bisschen näher.





Hoffnungs- und Trostlieder sind auch in der Hospizarbeit von großer Bedeutung, sie können bei der Gestaltung von Abschieden und in der Begleitung von Sterbenden und trauernden Menschen wertvolle Brücken bauen.

Anja Gloddek-Voss, Koordinatorin für den Trauerbereich der Hospizbewegung Münster, stellte die Arbeit der ambulanten Hospizbewegung vor und verwies auch darauf, dass der gesamte Bereich der Trauerbegleitung durch Spenden finanziert wird.

Daher freuen wir uns sehr über das Geschenk von 1.640 Euro für unser Projekt Trauerbegleitung! Und danken den Organisator\*innen der diesjährigen Veranstaltung und allen Spender\*innen herzlich.

Der rege Austausch, die interessanten Gespräche und die Wertschätzung für unsere Vorhaben, die wir an unserem Infostand erfahren durften, bestärken uns in unserer Arbeit.



Foto der Spendenübergabe: Dieter Broekmann v.l.n.r.: Renate Siegert, Michael Holz, Anja Gloddek-Voß, Thomas Thissen, Ferdinand Vahling, Rajesh Mariadassou, Barbara Besser

Text und Fotos: Thomas Thissen

[www.nachtderspirituellenlieder.de](http://www.nachtderspirituellenlieder.de)



Foto: Rajesh Mariadassou

**„Das Beste in der Musik steht nicht in den Noten.“**

Gustav Mahler (1860 - 1911), österreichischer Komponist

## Kunsausstellung „(Un)Vollendet“

Mitte November 2023 fand in unserer Nachbarschaft die „Lokale Runde“ statt, eine Präsentation der Angebote in der Sonnenstraße.

Es war eine schöne Möglichkeit, innerhalb eines „ **kreativen Spaziergangs mit Kunst, Kultur und Leckereien**“ unterschiedliche Räume in unserem Viertel zu entdecken.



Aasee im Herbst, Aquarell Clemens Balke

Auch wir von der Hospizbewegung waren Teil dieser Runde und öffneten unseren „Raum“ in der Sonnenstraße 70 für die Öffentlichkeit. Unserer Einladung zu einer Kunsausstellung, die von Schüler\*innen des Kardinal-von-Galen-Gymnasiums in Hilstrup präsentiert wurde, folgten viele Interessierte. Inspiration zu dieser Ausstellung unter dem Titel „(Un)Vollendet“ waren Texte aus der Schreibwerkstatt, die im letzten Jahr in Zusammenarbeit mit deren Leiterin, Eva Schmidtke, entstanden sind.

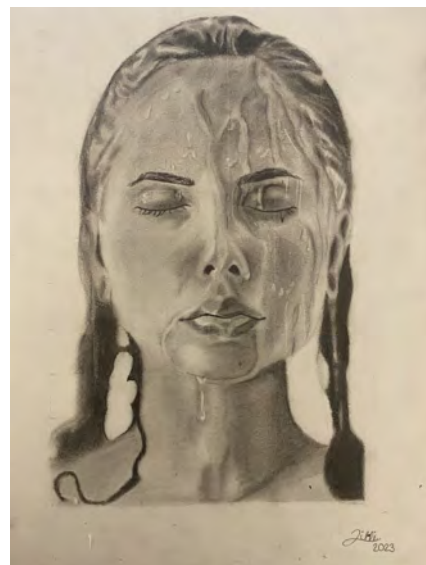
Die Kunstwerke, die die Schüler\*innen schufen, spiegeln die tiefe Inspiration und große Kreativität wider, die sie aus den entsprechenden Texten schöpften. Zahlreiche Besucher\*innen bekamen somit einen einzigartigen Einblick in die künstlerische Verarbeitung schwieriger Themen wie Trauer und Tod aus Sicht von jungen Menschen.

Die Atmosphäre bei der Veranstaltung war ebenso bemerkenswert wie es die Kunstwerke selbst sind. Der Raum in der Sonnenstraße 70 bot einen

passenden Rahmen für die Werke, der eine besinnlich-ruhige Stimmung schuf. Besucher\*innen wurden von der Tiefe und Vielschichtigkeit der Kunstwerke angezogen und zollten den jungen Künstler\*innen großen Respekt und Anerkennung.

„(Un)Vollendet“ präsentierte Kunst nicht nur als Ausdruck individueller Kreativität, sondern auch als Zugang zu schwierigen Themen. Die Schüler\*innen nutzten ihre Werke, um eine Brücke zwischen Kunst und zwischenmenschlicher Verständigung zu schlagen. Die Kunst fungierte dabei als Medium, um Gespräche über die Hospizbewegung und die damit verbundenen Themen zu erleichtern.

Die Verarbeitung der Inspiration bei den Schüler\*innen war unterschiedlich. Künstlerisch gestaltete Bilder und selbstgeschriebene Texte. Die Einbindung von Mitmachkunst ermutigte die Besucher\*innen dazu, sich aktiv an der Ausstellung zu beteiligen. Die Vielschichtigkeit verstärkte den Dialog zwischen den Besucher\*innen sowie dem Team der Hospizbewegung.



Gesicht, Bleistiftzeichnung Lilli Marie Schrör

Die Ausstellung „(Un)Vollendet“ zeigte eindrucksvoll, dass Kunst nicht nur ästhetisch ansprechend sein





Blauer Himmel mit schwarzen Vögeln, Digitale Malerei Antonia Kleykamp

kann, sondern zugleich auch eine kraftvolle Plattform für den Dialog über existenzielle Themen ist. Die gelungene Kooperation zwischen dem Kardinal-von-Galen-Gymnasium, der Hospizbewegung Münster und Eva Schmidtke trug dazu bei, dass diese Veranstaltung zu einem inspirierenden Teil der „Lokalen Runde“ wurde.

Eine Erweiterung der Ausstellung wurde vom 03. Februar bis 10. März im Gallitzin-Haus in Angelmodde gezeigt.

Die Hospizbewegung dankt den Schüler\*innen des Kardinal-von Galen-Gymnasiums und all denen, die zusätzlich unterstützend mitgewirkt und dazu beigetragen haben, dass eine Verständigung ganz besonderer Art möglich wurde!

Text und Fotos: Jens Terbrack



Spinnenlinie und Kranich,  
Tusche und Filz auf Papier Leonie Vaegs



Foto: Walburga Altefrohne

## Impressum

Ausgabe 05/Frühjahr 2024

### Herausgeber

Hospizbewegung Münster e.V.

Sonnenstraße 80

48143 Münster

Tel.: 0251 519874

Fax: 0251 4828246

[mittendrin@hospizbewegung-muenster.de](mailto:mittendrin@hospizbewegung-muenster.de)

[www.hospizbewegung-muenster.de](http://www.hospizbewegung-muenster.de)

[facebook/instagram](https://www.facebook.com/hospizbewegungmuenster)

### Redaktionsteam

Erna Baumgart

Irmgard Bröker

Gabriele Knuf

Stefan-Matthias Richter

Nastasja Sieberg

Thomas Thissen

Klaus-Dieter Walther

### Schlussredaktion & Gestaltung

Gabriele Knuf

### Layout & Gestaltung

Sabine Faber

### Textbeiträge

Erna Baumgart

Irmgard Bröker

Gabriele Knuf

Marlis Lamers

Stefan-Matthias Richter

Cíntia Scelza

Eva Schmidtke

Jutta Schulzki

Jonathan Sieberg

Nastasja Sieberg

Gerhard Tangen

Jens Terbrack

Thomas Thissen

Christa Farwick

Klaus-Dieter Walther

Marlena Wasserbauer

Antonius Witte

### Fotonachweise

Walburga Altefrohne

Irmgard Bröker

Dieter Broeckmann

Sabine Faber

Gabriele Knuf

Marlis Lamers

Rajesh Mariadassou

Jens Terbrack

Eva Schmidtke

Jonathan Sieberg

Monika Steffen

Thomas Thissen

[www.unsplash.com](http://www.unsplash.com)

Marlena Wasserbauer

### Druck

Copy Center CCC

Coerdestraße, Münster

### Bezugsquelle

Hospizbewegung Münster

Auflagenhöhe: 800

Versand an alle Mitglieder

(kostenlos erhältlich)

### Spendenkonto

Hospizbewegung-Förderkreis

DKM Darlehnskasse Münster

IBAN:

DE 57 4006 0265 0018 2211 00

BIC: GENODEM1DKM

### Nächster Erscheinungstermin

Herbst 2024

**Thema: Nähe**