

Was angehende Sterbebegleiterinnen antreibt

Ein anspruchsvoller Kurs bildet Menschen darin aus, Sterbende auf ihrem letzten Weg zu begleiten.

Kristina Neddermeier

Wendessen. Es ist schon dunkel draußen, als ich den Seminarraum im Dachgeschoss des Hospizentrums betrete. Als ich die Tür öffne, schauen mich ein Dutzend Augenpaare an – ihr Blick ist offen, freundlich und zugewandt. Es sind Eigenschaften, die für ihre spätere Aufgabe hilfreich sein können. Denn alle, die hier sitzen, wollen Sterbebegleiter werden. Auf dem Boden liegen bunte Arbeitsmaterialien, die Mitte ist liebevoll gestaltet. Im Stuhlkreis ist ein Platz für mich freigelassen, denn die Seminarteilnehmenden haben sich nicht nur für eine intensive Ausbildung entschieden, sondern auch darauf eingelassen, mit mir darüber zu sprechen. Es geht um persönliche Erlebnisse mit den Themen Sterben und Tod, um Sinnhaftigkeit und Verbundenheit und um die ganze Bandbreite von Emotionen, die das Leben bereithält, wenn man sich dafür öffnet.

Zehn Frauen und ein „Quotenmann“ sind es, die sich für den Vorbereitungskurs angemeldet haben. Sie sind zwischen 52 und 76. In ihrem beruflichen Leben haben sie als Erzieherin, Pflegerin oder Naturpädagogin gearbeitet oder arbeiten noch, waren Lehrkraft, Kosmetikerin oder Buchhalterin. Ihre Lebenswege sind vielfältig, ihr Fokus in diesem Seminar ist derselbe: Wenn sie im November den Kurs mit einem deutschlandweit anerkannten Zertifikat abschließen, werden sie schwerstkranken und sterbende Menschen sowie deren Angehörige begleiten.

Was sie zu diesem Entschluss bewegt hat, ist sehr unterschiedlich. Einige von ihnen haben den Ruhestand zum Anlass genommen, dem Beruf „eine Berufung“ folgen zu lassen. Die neu gewonnene Zeit mit etwas Sinnvollem füllen zu wollen, ist ein starker Wunsch. Auch Sterbefälle in der Familie und im Freundeskreis sind Schlüsselereignisse. Irene hat für sich festgestellt: „Das Thema Sterben wird in unserer Gesellschaft meist ausgeklammert. Auch mit Trauernden tun sich viele schwer.“



Der Vorbereitungskurs zur Sterbebegleitung des Hospiz Wolfenbüttel.

KRISTINA NEDDERMEIER/FMN



Beate Röver, Leitende Koordinatorin des Hospizvereins Wolfenbüttel, und Mechthild Ludwig-Mayer, Theologin, Trauerrednerin und Trauerbegleiterin, bereiten die Kursteilnehmenden darauf vor, wie sie schwerstkranken und sterbende Menschen sowie deren Angehörige begleiten.

KRISTINA NEDDERMEIER/FMN

hört zu unserer gesellschaftlichen Pflicht.“

Wer an dem Kurs teilnimmt, durchlebt auch eine Phase der Selbstreflexion. Welchen Weg bin ich bereits gegangen? Welche Verlesterfahrungen, Krisen oder gar Traumata habe ich erlebt? Was stärkt mich und gibt mir Kraft? Wie blicke ich auf mein eigenes Lebensende und welche Ängste oder Wünsche habe ich dazu? Solche und andere essenzielle Fragen kommen wie von selbst aufs Tapet, während sich die Kursteilnehmenden auf ihre Aufgabe vorbereiten. „Die

Grundvoraussetzung für den Kurs ist, dass man bereit ist, sich mit der eigenen Endlichkeit auseinanderzusetzen“, sagt Mechthild Ludwig-Mayer. Seit 26 Jahren leitet die Theologin Vorbereitungskurse zur Sterbebegleitung. An ihrer Seite ist Beate Röver, Leitende Koordinatorin des Hospizvereins Wolfenbüttel.

Neun Monate dauert die Ausbildung – mehrere Seminarblöcke in 140 Stunden, dazu 40 Stunden Hospitation bei einem ambulanten Pflegedienst, auf einer Palliativstation oder im Hospiz. Zu den Inhalten zählt Biographiearbeit, aber auch

Das Thema Sterben wird in unserer Gesellschaft meist ausgeklammert. Auch mit Trauernden tun sich viele schwer.

Irene, Kursteilnehmerin, über ihre Beweggründe, Sterbebegleiterin werden zu wollen

die Auseinandersetzung mit Krankheitsbildern oder den verschiedenen Phasen des Sterbens. Kommunikation spielt eine wesentliche Rolle, ebenso wie das Einnehmen verschiedener Perspektiven. Wenn die Seminarteilnehmenden in wenigen Wochen starten, werden sie umfassend geschult und auf vielfältige Situationen vorbereitet sein. Zuhören, Menschen zum Sprechen bringen, Stille aushalten können – das sind wichtige Kompetenzen, die in der Sterbebegleitung gefragt sind. „Wie komme ich in eine emotionale Nähe zu einem Menschen, nah dran an seine Seele – das ist die Kunst, die wir hier versuchen“, erklärt Mechthild Ludwig-Mayer. Sie wollen ein Gegenüber auf Augenhöhe sein.

Trotz aller Vorbereitung ist allen klar: Herausforderungen werden kommen. Der Respekt vor dem

Leid und dem Schmerz anderer, das Bedenken, einmal nicht die richtigen Worte zu finden oder die Möglichkeit der Überforderung. Peter sagt: „Man trifft auf einen völlig fremden Menschen – das ist immer ein Abenteuer.“

Angst vor der Aufgabe hat in der Gruppe niemand. Conny sagt: „Das ist eine hochprofessionelle Ausbildung. Ich fühle mich sehr gut aufgehoben und traue mir am Ende das Ehrenamt zu.“ Durch regelmäßige Supervision, Gruppentreffen und engmaschige Begleitung durch den Hospizverein werden die Sterbebegleiterinnen in ihrer Aufgabe gestärkt und entlastet. Es ist vieles, was sie jetzt schon mitnehmen. In kurzer Zeit sind sie eine Gemeinschaft geworden, in der Offenheit, Verbundenheit und gegenseitige Wertschätzung die Säulen sind. Dieses Netzwerk wird sie tragen. Gemeinsam haben sie schwere Themen durchlebt, aber auch viel gelacht und vor allem Dankbarkeit gespürt. Denn, so sagt Diana: „Die Beschäftigung mit dem Tod ist auch immer die Beschäftigung mit dem Leben.“

Der nächste Kurs startet im März 2026. Interessierte können sich bis November anmelden. Kontakt per E-Mail an koordinatorenteam@hospizzentrum-wf.de oder Telefon (05331) 7106710.