
Vorwort

Jede Begegnung mit einem Menschen ist eine einzigartige Begegnung. Jeder Dialog zwischen zwei Menschen ist ein einzigartiger Dialog. So kann es auch kein allgemeingültiges Modell für einen zwischenmenschlichen Dialog geben, das Begleitern als Vorbild dienen könnte. Aber dieses Buch möchte Ihnen Wege aufzeigen, die Sie leicht in Ihrer dialogorientierten Begleitung von Behinderten, Alten, Kranken und Sterbenden als Anregung übernehmen können. Neben dem inhaltlichen Teil dieses Buches finden Sie im Anhang auch eine ausführliche Literaturliste sowie eine Reihe von hilfreichen Adressen. Gönnen Sie sich für dieses Buch Zeit und Muße, damit Sie in Ruhe den Text lesen und das Übungsangebot genießen können.

Dieses Buch möchte all jene ansprechen, die Behinderte, Schwerkranke, Schlaganfall-, Komapatienten, Demenz-Betroffene und Sterbende sowie ihr soziales Umfeld (Familie, Freunde, Kollegen, u.a.) begleiten. Ärzte, Physio-, Ergo- und Psychotherapeuten, Logopäden, Pfleger, sowie Sozialarbeiter und -pädagogen, Seelsorger und ehrenamtliche Kranken- und Sterbebegleiter (z.B. Hospizhelfer, (Tier-)Besuchsdienstler), vor allem aber auch die Familienmitglieder werden die im Buch beschriebenen Alltagssituationen wiedererkennen und Anregungen der kreativen Gestaltung gerne in der Praxis ausprobieren.

Gerade wenn der Betroffene daheim gepflegt wird, verändert die ambulante Versorgung des Patienten auch den Alltag der Familie. Im 1. Kapitel dieses Buches kommen sowohl professionelle, als auch familiäre Begleiter zu Wort und zeigen auf, wie in einem ständig wechselnden Alltag der ambulanten Pflege ein Dialog zwischen Betroffenen, Angehörigen und Begleitern realisiert werden kann.

Nur wenn der Patient schmerzreduziert, schmerzfrei leben kann, ist es für ihn und seine Begleiter möglich, Dialoge und letztendlich das Leben zu genießen. Was bedeutet Schmerztherapie und Palliativmedizin? Ist *Hospiz* eine Schmerzklinik? Wann macht Morphin süchtig? Auf diese Fragen bekommen Sie Antworten und Hinweise, mit wem Sie das Thema vertiefen können.

Unabhängig davon, wie lange der Betroffene leben wird, ist eine einfühlsame, sensible Begleitung, die auch nach den Bedürfnissen des Betroffenen fragt, besonders wichtig. Welche Erwartungen, Bedürfnisse und Wünsche entwickelt der Patient? Wie begegne ich als Begleiter den ohnmächtigen Gefühlen des Betroffenen? Was mache ich, wenn der Betroffene mir von seinem Leben erzählt und plötzlich zu weinen beginnt? Kann Atmen und Lachen dabei helfen, *loszulassen*? Die Bedeutung von Hoff-

nung in kritischen Lebensphasen fordert auch den Begleiter besonders stark. Klare Informationen zum Betreuungsrecht und zur Patientenverfügung helfen dabei, ein Gespräch mit der gesamten Familie anzustreben.

Mit allen Sinnen erspüren wir unseren Alltag. Raum und Zeit sind wichtige Faktoren einer sensiblen Begleitung. Der Körperkontakt, so vielfältig er sich in der Pflege und in der Begleitung darstellt, so vielschichtig kann er vom Betroffenen wahrgenommen werden (z.B. als Grenzübertritt). Wie bereite ich einen Handkontakt mit einem Bettlägerigen vor, wie nähern sich unsere Hände und welche Form der Berührung ist weniger einschränkend, als vielmehr spürbar tragend? Die verschiedenen nonverbalen Funktionen der Handgeste werden in dem Buch *Der nonverbale Dialog* im Einzelnen beschrieben, hier aber bildet die einfühlsame körpersprachliche Begegnung die professionelle Basis eines gelungenen verbalen Dialogs zwischen Betroffenen und seinem Begleiter.

Form, Tempo und Ausdruck der nonverbalen Kommunikationselemente begleiten den verbalen Dialog v.a. als vorbereitende Gesten und als lautbegleitende Gebärden. Das äußerliche Bild ist Vorbereitung und Unterstützung des verbalen Dialogs, dessen Inhalte sich nicht allein auf pflegende, therapeutische und alltägliche Handlungen beziehen müssen. Das Buch will nicht nur Möglichkeiten der Verständigung aufzeigen, vielmehr Anregungen geben, um mit individueller Phantasie und Kreativität ein lustvolles, fröhliches, trauriges, erkennendes dialogisches Miteinander zu entwickeln.

Dieses Buch bietet Anregungen zur kreativen Gestaltungsmöglichkeit alltäglicher, wie auch außergewöhnlicher Handlungen, fordert und fördert Begleiter wie Betroffene, diese Handlungen in einem dialogischen Kontext zu leben. *Haben Sie schon mal ein Blatt der Zitronenmelisse gerochen, wissen Sie wie ihre Blattoberfläche, -unterfläche sich auf der Zunge anfühlt? Einen kranken und schmerzenden Körper noch sinnlich erleben wollen?* Dieses Buch möchte die Begleiter dazu einladen, immer wieder ihre Perspektive, ihren Standort zu wechseln und die Sichtweise des Behinderten, Demenz-Betroffenen, Schwerkranken einzunehmen. Es gilt, einfühlsam mit den Begleitern umzugehen, damit sie am eigenen Leib spüren, wie einfühlsam eine Hand sich bewegen kann. *Sinnvolle Dialoge* im Alltag können helfen, die Phantasie, Kreativität, Spielfreudigkeit und den individuellen Humor jedes Einzelnen für seine professionelle Aufgabe als Begleiter zu entdecken. Jene, die als professionelle Begleiter auch den kreativen und *sinnvollen* Dialog in höchster Profession realisieren, haben die achtenswerte Fähigkeit, dem Betroffenen mehr Lebensqualität schenken zu können, eine Begleitung jenseits von *Waschen, Windeln, Magensonde und Tschüss ...* Der Wandel zu einer einfühlsamen, kreativen und sensiblen Begleitung von Schwerkranken, Demenz-Betroffenen etc. vollzieht sich weniger durch die Bedürfnisse der Betroffenen, als viel-

mehr durch die (Arbeits-) Bedürfnisse der Begleiter. Aus diesem Grund haben wir Begleiter die Verantwortung uns entsprechend der Bedürfnisse der Betroffenen zu wandeln.

„Klar, können wir miteinander reden. Red’ mal etwas!“ „Was denn?“ „Na ja, irgendetwas ...“ „Na gut, also worüber wollen wir reden?“ – Gesprächsgestaltung meint Inhalt und Ausdruck. Das Gespräch gestalten heißt, Elemente des Gespräches kennen zu lernen, um so wieder sinngefüllt den Dialog bewusst gestalten zu können: Begegnung suchen, Geduld einüben, ein offenes Ohr und ehrliches Interesse finden, den ganzen Körper plaudern lassen, auch mal schweigen können, Fragen zur Gewissheit der Krankheitsentwicklung begegnen, aushalten und erweinen lassen können.

Dieses Buch kann leider nicht alle Dialogthemen der Kranken- und Sterbebegleitung vorstellen. Eines der Themen war mir jedoch besonders wichtig, so dass das Buch einen ersten Eindruck vermitteln kann, was Menschen mit außergewöhnlichen Wahrnehmungen wahrnehmen können und wie ihr Erleben sich auf ihre Kommunikationskompetenz und Gesprächskultur auswirkt. Wie können wir einen Menschen mit außergewöhnlichen Wahrnehmungen begleiten? Nicht die Solidarisierung bietet dem Betroffenen Hilfe: „Ich suche Menschen, die die Realität wahrnehmen. An ihnen kann ich mich orientieren und weiß dann meine Wahrnehmungen einzuschätzen ...“. Menschen mit außergewöhnlichen Wahrnehmungen brauchen Begleiter, die dem Betroffenen vor allem vorurteilsfrei zuhören, die den Betroffenen trotz seiner veränderten Wahrnehmungsfähigkeit annehmen können und ihn und seine Wahrnehmungen nicht notwendigerweise analysieren und bewerten wollen.

Ein Kapitel in diesem Buch wurde der wichtigen Thematik des Dialogs zwischen Arzt und Patient gewidmet. Ergebnisse einer kleinen Umfrage werden vorgestellt sowie viele Anregungen aufgezeigt, wie in kurzer Zeit das Kommunikationsklima in einer Arztpraxis – zwischen Arzt und Patient, aber auch zwischen Arzt und Praxisteam – verbessert werden kann. Zeichnungen und Fotos illustrieren, was im Text detailliert beschrieben wird: Welchen Vorteil hat der Arzt, wenn er den Patienten vom Wartezimmer persönlich abholt? Wie sitzen Arzt und Patient sich im Sprechzimmer gegenüber? Welche Auswirkungen kann die Praxiseinrichtung auf das Gesprächsklima haben? Mit welchen kleinen Tricks kann man die Wartezeit der Patienten erlebnisreicher gestalten? Wie könnte Teamwork zwischen Arzt, Praxisteam und Patient aussehen?

Frau Dr. Stefanie Böttger ist Neuropsychologin eines Münchner Krankenhauses und arbeitet überwiegend mit Patienten, die sich aus den verschiedensten physischen Ursachen nur eingeschränkt verbal ausdrücken können. In einem Gespräch mit der Autorin ergänzt die Neuropsychologin

die im Buch aufgezeigten Themen mit Beispielen aus der Praxis sowie leicht verständlichen Hintergrundinformationen. Einen Ausschnitt ihrer fortschrittlichen diagnostischen und therapeutischen Arbeit mit Tieren stellt Frau Dr. Böttger im Gespräch dar sowie mit Fotos über ihre Arbeit mit Patienten im Rahmen der Tiergestützten Therapie.

Singen Sie unter der Dusche, im Auto? Freuen Sie sich über eine kleine Biene, die versucht ihren ersten Blütenkelch anzusteuern? Riechen Sie manchmal an einer Rosenblüte am Wegesrand? Mit allen Sinnen leben ist nicht für jeden Menschen gleich wichtig, aber wir können *sinnvoll* erlebbares Leben den Menschen anbieten, die von uns begleitet werden. Wenn der Betroffene aber klar ablehnt, ist auch dies zu akzeptieren.

Das Kapitel *Kreative dialogische Gestaltungsmöglichkeiten* möchte sowohl den Betroffenen, als auch die professionellen, die familiären und befreundeten Begleiter ansprechen. Es gilt nicht, alle Vorschläge in diesem Kapitel hintereinander weg umzusetzen und sich und den Betroffenen zu überfordern. Die hier vorgestellten Gestaltungsmöglichkeiten sind eine sinnesunterstützende Bereicherung, die entsprechend der körperlichen, seelischen, mentalen und sozialen Befindlichkeit des Betroffenen und Begleiters auch abgewandelt realisiert werden kann. Mit Hilfe dieser kreativen Gestaltungsmöglichkeiten kann ein alltäglicher Tag zu einem besonderen Tag verwandelt werden, Sterbende erhalten wieder die Gelegenheit zur Vorfreude und andere Betroffene lernen womöglich zum ersten Mal Sinnesempfindungen kennen, die ihr bisheriges Leben nicht zuließ. Die Kraft der (Vor)Freude, des Staunens, des Lachens, des Erinnerns und der Nachdenklichkeit, des Erzählens von *Früher*, auch der Trauer und anderer Empfindungen wird lebendig und mit dem momentanen Lebensgefühl verglichen, manchmal auch bewertet.

Kreative Gestaltungsmöglichkeiten helfen im Alltag, bei Geburts- und Feiertagen, in der Beschäftigungs-, Ergo- oder Physiotherapie spielerische Elemente lust- und lebensfroh zu integrieren. Entsprechend der Befindlichkeit kann der Betroffene einen aktiven gestalterischen Teil übernehmen, seinen Fähigkeiten entsprechend in das Spiel einbezogen werden oder auf Wunsch auch nur als Zuschauer teilnehmen. Als Begleiter sollte man die kreativen Gestaltungsmöglichkeiten vor dem Einsatz im Kollegen- bzw. Freundeskreis ausprobieren, um so auch den materiellen und zeitlichen Umfang abschätzen und die Vorbedingungen hinsichtlich der Befindlichkeit des Betroffenen abstimmen zu können.

In der Begleitung von körperlich, seelisch, mental oder sozial eingeschränkten Menschen erleben wir Abschiede: psychosozialen Rückzug, Umzug ins Alters-, Pflegeheim, Sterben und Tod. Das letzte Kapitel dieses Buches beginnt mit einem kurzen Einblick in eine Studie zum Thema *Abschied im Alltag* (Otterstedt, 1995). Eine Auswahl von authentischen Zeich-

nungen (Otterstedt, 1995), die die Probanden im Rahmen einer umfangreichen Interviewstudie erstellten, zeigt die Zuversicht in den alltäglichen Abschied, zeigt aber auch die Symbolik der herausragenden Abschiede bis hin zum Sterben und der Vorstellung vom *Leben danach*. Die Zeichnungen und Kommentare der Probanden laden jeden Leser auf eine überraschend schöne Weise ein, sich mit Abschiedsthemen des alltäglichen und herausragenden Lebens zu beschäftigen.

Das Kapitel *Miteinander Abschiednehmen* möchte demjenigen Leser Informationen an die Hand geben, der ein Gespräch mit einem Betroffenen, z.B. einem Sterbenden und auch seinen Angehörigen sucht. Nicht selten sind Menschen so von Schuldgefühlen gefangen, dass dies bereits ein gemeinsames Gespräch über alltägliche Themen hinaus verhindert. Die nicht seltene Folge: soziale Isolation und Einsamkeit. Was kann der Begleiter dem Betroffenen, der sich schuldig fühlt, anbieten? Nicht jedes Angebot wird angenommen, nicht jedes Angebot kann der Begleiter praktisch realisieren. Aber oft kann er den Betroffenen in Aktionen unterstützen, die dieser ohne beratende, helfende Hand nicht verwirklicht hätte: z.B. Ordnen von persönlichen Dingen, einen für den Betroffenen wichtigen Menschen treffen ...

In der Begleitung von Schwerkranken, Demenz-Betroffenen und Sterbenden ist die Einbeziehung der Angehörigen ein wichtiger Bereich der Kranken- und Sterbebegleitung. Nur so kann der Begleiter frühzeitig erkennen, ob die Angehörigen selber Begleitung wünschen, Kinder dringend Unterstützung benötigen und Missverständnisse, Schuldgefühle u.a. aufgefangen werden müssen. Entsprechend dem Alter, der körperlichen und seelischen Befindlichkeit, der familiären Aufgabenverteilung kann der Begleiter die Familienangehörigen, aber auch Pateneltern und Freunde in die Begleitung des Betroffenen einbeziehen, v.a. dann, wenn konkrete Anweisungen dem ungeübten Begleiter zeigen, wie er sich in welcher Situation verhalten soll. Förderlich ist es, wenn man jeden Menschen zunächst da einsetzt, wo seine Stärken, Fähigkeiten und Erfahrungen ihn befähigen, Gutes zu tun.

Aus der gemeinschaftlichen Kranken- und Sterbebegleitung kann eine gemeinschaftliche Meditation mit Fürbitten, traditionell oder auch individuell gestalteten Ritualen wachsen, die es dem aus dem Leben Gehenden und den Zurückbleibenden auf unterschiedlichsten Dialogebenen erlauben, den bevorstehenden Abschied und das Loslassen einzuüben.

Das Buch ist methodisch-didaktisch so aufgebaut, dass Teile bereits direkt als Unterrichtsmaterialien in Aus- und Weiterbildungsprogrammen umsetzbar sind (z.B. (Notfall-, Palliativ-) Mediziner, ambulante (Fach-, Haus-) Arztpraxen, (Ergo-, Physio-, Psycho-) Therapeuten, Logopäden, (Alten-, Kranken-, ambulante) Pfleger, (stationäre, ambulante) Hospize,

etc.). In Kombination mit dem Buch *Der nonverbale Dialog* erhält der Leser Einblick in die Vielfalt des zwischenmenschlichen Dialogs. Speziell die Mediziner werden in dem entsprechenden Kapitel auf ihre Verantwortung einer guten Kommunikationskompetenz und ihre Leitungsfunktion in Klinik und Praxis angesprochen: Der Dienstleistungsbereich *Ärztliche Versorgung* wird zunehmend auch an der Kommunikationsfähigkeit des Arztes und seines Praxisteams gemessen werden.

Dieses Buch möchte *ein Begleiter für Begleiter* sein. Anregungen und praktische Tipps sollen professionellen, wie auch familiären Begleitern dienen. Gönnen Sie sich ein *Zeitfenster*, das Sie nur für sich nutzen werden: Spielen Sie die Übungen nach und probieren Sie die Anregungen aus. Lesen Sie dieses Buch in kleinen Portionen. Vielleicht fühlen Sie die Sympathie, die *Mitgemeinschaft* jener, die wie Sie einen Betroffenen begleiten. Vielleicht entdecken Sie in diesem Buch für sich auch die vielen kreativen Möglichkeiten zu malen, zu spielen oder zu meditieren. Probieren Sie, ihre Dialogbeiträge im Alltag sensibel, einfühlsam zu gestalten. Versuchen Sie die Reaktionen wahrzunehmen. Danken Sie mit einem Lächeln und trauen Sie sich auch, bei Betroffenen einfühlsam einen Dialog zu beginnen. Kreativ sein, schöpferisch sein, aber auch dem Schweigen und der Stille und Ruhe nachspüren sind wichtige Elemente einer mitfühlenden Begleitung. In diesem Buch stehen lebendige Aktivität und ruhende Anteilnahme für das Miteinander von Leben, Leiden und Sterben. Ich möchte Sie zu einem Dialog einladen, einem Dialog mit sich und Ihren eigenen Gefühlen, einem Dialog mit Ihren Lebens- und Leiderfahrungen, einem Dialog mit Ihren verbalen und kreativen Gestaltungsmöglichkeiten. Ich möchte Sie einladen, Ihre eigene schöpferische Kraft für sich und für die Begleitung eines Menschen zu entdecken.

Als Kranken- und Sterbebegleiter haben wir die Verantwortung, den Betroffenen nicht zu überfordern, stattdessen seinen Bedürfnissen folgend die Begleitung individuell und schöpferisch zu gestalten. Aus der Vielzahl der in diesem Buch dokumentierten Anregungen wird ein erfahrener Begleiter behutsam die Wahl treffen, nicht ohne dabei den Betroffenen genau zu beobachten, um so seine aktuelle emotionelle Beteiligung erkennen zu lernen. Nicht die Quantität von Aktivitäten bestimmt einen gelungenen Dialog, vielmehr die Qualität der Vorbereitung, der Begegnung und des Abschieds.

Alte und behinderte Menschen mit eingeschränkten Körperfunktionen, Kranke und Schwerstkranke, Demenz- und Koma-Betroffene sowie Sterbende werden aus lesetechnischen Gründen in diesem Buch vorzugsweise in der nicht-geschlechtlichen Form als *Klienten*, *Patienten* bzw. als *Betroffene* bezeichnet. Aus demselben Grund verzichtet die Autorin auf die Erwähnung der männlichen und weiblichen Form von *Ärzten*, *Begleitern*, *Patienten* etc.