



Begleitung auf der letzten Wegstrecke

Orientierung für Sterbe- und Trauerbegleitung

Helfen ist wichtig, aber nicht einfach

Der schlimmste Fehler wäre, den Kontakt zu dem Betroffenen und dessen Angehörigen abubrechen aus lauter Angst etwas falsch zu machen.

Zuhören - Nachfragen

- Besuch bei einem Schwerkranken vorbereiten (Infos über Krankheit sammeln, hat das Auswirkungen auf meinen Besuch, ...)
- Aktiv zuhören (lässt die Konzentration nach ...).
- Sensibel sein (Fragen stellen/ nur zuhören /oder still dasitzen)
 - Ob/ Wie der Kranke mit seiner (unheilbaren) Krankheit klarkommt, herausfinden
 - Gib es „Langeweile“? Wenn ja, ihn nicht mit „belanglosen Alltagsinfos“ vollstopfen, sondern der Sache auf den Grund gehen.
 - Vielleicht hat der, den du besuchst, sich noch nie mit dem Glauben beschäftigt - oft ist es aber so, dass Menschen gerade in solchen Zeiten sehr offen sind für geistliche Fragen.

Dem Tod kann man nicht ausweichen

Versuche zu verstehen, was in dem Menschen vorgeht, der erfahren hat, dass er bald sterben muss. Einige häufig vorkommende Beispiele:

- Kontrolle über das Leben verloren ...
- Was passiert mit meiner Familie, wenn ich gehe?
- Schuldgefühle, wie man nur noch Last ist

Helfende Hände

Kranke, Angehörige und betreuende Freunde brauchen Unterstützung. Einige Beispiele:

- Warten auf OP-Ergebnisse, für Angehörige da sein
- (andere) Kinder der Familie betreuen
- alltägliche Erledigungen (einkaufen, kochen ...) übernehmen

Fünf „Gesichter“ eines Schwerkranken

Der Kranke durchlebt verschiedene Phasen, die auch sehr unterschiedliche Reaktionen fordern. Es ist wichtig, dass sowohl positive als auch negative Gedanken geäußert werden können, ohne sich schuldig fühlen zu müssen. Völlig unangebracht wäre z. B. der Satz: „Ich mache mir Sorgen um dich! Du musst deine Einstellung ändern und ganz auf Gott vertrauen!“

Die psychischen Phasen des Sterbendkranken in Anlehnung an die Sterbeforscherin Elisabeth Kübler-Ross und das entsprechend nötige Verhalten der begleitenden Personen:

	Verhalten/ Reaktionen / Äußerungen des Kranken	Verhalten des Begleitenden
1. Phase Verneinung	„Unmöglich! - Ich doch nicht!“	Abwarten
2. Phase Zorn	„Warum ich?“	Aktiv zuhören
3. Phase Verhandeln	„Vielleicht ist alles ein Irrtum - wenn ich dafür ...“	Verstehen
4. Phase Depression	„Es hat alles keinen Sinn..“	nicht „Gegensteuern“
5. Phase Annahme des Schicksals	„Wenn es nicht anders geht ...“	Da sein, Zeit haben

Die Phasen verlaufen nicht unbedingt chronologisch, können sich wiederholen oder auch ausgelassen werden. Die ausführliche Tabelle mit Erklärungen kann auf der Internetseite der Api-Jugend heruntergeladen werden.

Patientenverfügung

Diese dient dazu, vor allem bei unheilbaren Erkrankungen, den Zeitpunkt selbst zu bestimmen, an dem von der kurativen (= heilenden) Medizin auf die palliative (= schmerzlindernde) Medizin umgestiegen werden soll. Vor allem für das Krankenhaus ist dies sehr hilfreich, denn der Arzt ist eigentlich laut Gesetz verpflichtet zu helfen bzw. zu heilen. Hierfür gibt es schon fertig ausformulierte Vordrucke (Zwei Beispiele gibt es auf der Internetseite der Api-Jugend zum Download).

Betreuung der Angehörigen nach dem Tod

- Es lässt sich kein Schema aufstellen, wie die Reaktionen der Angehörigen aussehen.
- Trauern bedeutet Arbeit - Arbeit mit einem schmerzlichen Verlust fertig zu werden = Begleitung durch Gesprächsangebote, Ermöglichung von Kontakten zu Menschen, die gleiche Erfahrungen gemacht haben.

- tiefes Trauer- und Schmerzempfinden = nicht versuchen den Schmerz wegzureden oder zu unterdrücken, auch nicht den eigenen Kummer noch mitverarbeiten
- Trauernde sind häufig sehr einsam, weil niemand sich traut, sie anzusprechen.
- Im Umgang mit dem Thema Leid / Sterben ist große Ehrlichkeit nötig. Wir brauchen nicht vorzugaukeln, dass wir auf alles eine Antwort hätten! Wir dürfen unsere eigene Sprachlosigkeit eingestehen.



Esther Knauf, Beutelsbach,
Landesmitarbeiterin der Api-Jugend

Die Api-Jugend setzt in Bewegung ...

IN WELCHER WOCHE BETET EUER ORT FÜR DIE API-JUGEND?

... und betet für ...

sonntags ... ein gutes **Miteinander der Apis aller Generationen**, bei dem Kinder und Jugendliche den nötigen Freiraum bekommen und die Älteren für sie zu guten, ehrbaren Vorbildern im Glauben und Leben werden.

montags ... die vielen **Kinder- und Jugendmitarbeiter**, die sich jede Woche für die Gruppen und Kreise einsetzen, dass sie sich von Jesu Liebe motiviert gerne von ihm einsetzen lassen.

dienstags ... die verschiedenen **landesweiten Veranstaltungen** (Api-Landesjugendtreffen, Freizeiten, Camps, Schulung "Wir machen dich fit", Api-Minibibelschule), dass sich immer genügend Mitarbeiter finden und von diesen Veranstaltungen entscheidende Impulse für die Teilnehmer und für die Api-Jugend vor Ort ausgehen.

mittwochs ... die **Landesreferenten** der Api-Jugend (Esther Knauf, Stefan Kuhn, Johannes Kuhn), dass sie persönlich nah bei Jesus bleiben und von ihm her sehen, was für die Api-Jugend dran ist.

donnerstags ... die Kinder, Teens und Jugendliche aus unseren Gruppen und Kreisen, dass sie gerne **Freunde einladen** und selbst Jesus immer mehr lieben und ihm von ganzem Herzen nachfolgen.

freitags ... die **finanzielle Situation** der Api-Jugend, dass sich viele bewegen lassen, diese Arbeit zu unterstützen und damit mehr Begleitung für die junge Generation ermöglichen.

samstags ... die Kinder, Teens und Jugendlichen aus unseren Gruppen und Kreisen, dass sie mit **"Herz und Hand"** Jesu Liebe sichtbar und spürbar in ihrem Ort weitergeben, Herausforderungen sehen und mutig Schritte auf andere zugehen.

Unser Ziel: Jede Woche von Januar bis zum Api-Landesjugendtreffen im Juli 2013 betet zumindest ein Ort für die Anliegen der Api-Jugend. Euer Ort übernimmt eine Woche und betet dann in Jugendkreis, Bibelstunde, Gebetskreis und Zuhause. Im Online-Kalender könnt Ihr Euch dazu für eine oder mehrere Wochen eintragen. Gebetsimpulse bietet das **Api-Jugend-Lesezeichen**.

Bitte bestellt gleich mehrere Expl. zum Weitergeben:
Tel 0711 9600 10
info@api-jugend.de

Api-Jugend
Furtbachstr. 16, 70178 Stuttgart
Tel 0711 9600 10
info@api-jugend.de
www.api-jugend.de

Kto 292 292 8
BW Bank Stuttgart
BLZ 600 501 01
Stichwort: Api-Jugend

Vielen Dank für Euer Mitbeten!
Weitere Infos und Online-Kalender: www.api-jugend.de