

„Sterben wollen. Sterben sollen?“

Die Hospizbewegung und die Sterbehilfedebatte

Weiterbildungstag für ehrenamtliche HospizbegleiterInnen der THG



„Ich möchte sterben“, sagen manchmal schwer kranke Menschen. „Das ist doch kein Leben mehr“, hört man oft hinter vorgehaltener Hand, wenn über Menschen gesprochen wird, die durch Demenz und andere Erkrankungen sehr in ihrer Lebensqualität beeinträchtigt erscheinen. Die Hospizbewegung hat es sich zum Ziel gesetzt, Leiden auf allen Ebenen möglichst zu lindern. Sie will Menschen ermöglichen, bis zuletzt in Würde zu leben und sie tritt dafür ein, das Leben nicht zu verkürzen, aber auch nicht das Sterben zu verlängern. Zentral ist das Bestreben, die Wünsche der Betroffenen zu respektieren.

Wie sollen wir also dazu stehen, wenn ein Mensch selbstbestimmt seinem Leben ein Ende setzen möchte? Wie können wir auf den Sterbewunsch angemessene Antworten geben? Gemeinsam wollen wir dieses große, manchmal unüberschaubare Thema fassbar machen. Die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft vertritt in der Sterbehilfedebatte eine klare Position und will dazu beitragen, dass Menschen in Österreich auch in Zukunft nicht in die Situation kommen, „sich selbst abschaffen“ zu müssen, weil sie sich vielleicht als Last für andere empfinden.

In den vielfältigen Workshops am Nachmittag laden wir dann dazu ein, sich selbst etwas Gutes zu tun oder die eigenen Kompetenzen für die Hospizbegleitung weiterzuentwickeln.

Samstag, 6. Mai 2017, 9–17 Uhr
Haus der Begegnung, Rennweg 12, Innsbruck

Anmeldung bis Freitag, 21. April 2017
mit beiliegendem Anmeldeformular, telefonisch unter 05 7677 412
oder per E-Mail: claudia.mich@hospiz-tirol.at

Achtung: Die Teilnahme ist kostenlos. Solltest Du kurzfristig verhindert sein, hast Du die Möglichkeit, Dich bis spätestens Donnerstag, 4. Mai abzumelden.

**Bei Fernbleiben ohne rechtzeitige Abmeldung
müssen wir einen Kostenersatz von 40 Euro verrechnen.**

Programm

- 8:00–9:00 Uhr Ankommen, Kaffee/Tee
- 9:00–9:15 Uhr **Begrüßung:**
Elisabeth Zanon, Vorsitzende der THG
Werner Mühlböck, Geschäftsführer der THG
- 9:15–12:30 Uhr **Elisabeth Medicus:**
Leben und leben lassen. Sterben und sterben lassen. Ein Überblick über Begriffe und ethische Fragen in der Sterbehilfedebatte.
Elisabeth Draxl:
„Ich mag nicht mehr.“ Wie wir dem Sterbewunsch begegnen können
- ca.10:30–11 Uhr Kaffee-/Teepause mit Gebäck
Bernhard Mündle:
Die Schweiz als letzter Ausweg? Fakten und Mythen zur rechtlichen Situation in Österreich
Plenumsdiskussion mit Werner Mühlböck, Elisabeth Medicus, Bernhard Mündle und Elisabeth Draxl:
Die Position der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft zur Sterbehilfedebatte. Orientierung, Argumente, Ermutigung
- 12:30–13:45 Uhr Gemeinsames Mittagessen
- 13:45–16:00 Uhr **Workshops**
- 16:00–16:30 Uhr Kaffee-/Teepause
- 16:30–17:00 Uhr **Gemeinsamer Abschluss**

Wähle bitte Deinen Workshop:

Ingrid Ambros: Hospizbegleitung mit Leichtigkeit

A Wenn uns eine Sache besonders am Herzen liegt, nehmen wir sie besonders ernst. Wir wollen es richtig gut machen, vielleicht sogar perfekt. Doch was passiert, wenn wir uns bewusst dafür entscheiden, es leicht zu nehmen? Wie wirkt es sich aus, wenn wir nicht perfekt sein müssen und sogar über unsere Unzulänglichkeiten lachen können? In diesem Workshop wollen wir uns selbst beobachten und spielerisch üben, einmal nicht alles ganz so ernst zu nehmen. Das ist auch im Zusammenhang mit Hospizbegleitung erlaubt und wohltuend!
Der Spaß steht im Vordergrund, die Strenge bleibt draußen. Wir probieren Neues aus und werden vielleicht auch einmal über den eigenen Schatten springen.

Elisabeth Draxl: Wider die Sprachlosigkeit

B Was macht uns in der Betreuung von schwer kranken Menschen und deren Angehörigen sprachlos? Gibt es in den jeweils erzählten, konkreten Situationen Gemeinsamkeiten, die wir teilen können? Und kann vielleicht in diesem „Wortwinter“ mit Hilfe unserer Sinne eine andere Art des Ausdrucks gefunden werden?
Im Workshop wollen wir zum einen versuchen, unsere eigene Ohnmacht angesichts tiefen existenziellen Leidens zu vergemeinschaften. Andererseits werden wir kreative Methoden finden, die helfen können, Sprachlosigkeit zu überbrücken.

Uschi Hölbling: Die heilsame Kraft des Singens entdecken

C Singen und Musik sind bedeutsame Elemente rund um Sterben, Tod, Abschied und Trauer in allen Kulturen und spirituellen Traditionen. Dem Gesang wohnt eine heilsame Kraft inne, der das Loslassen fördert und zugleich die Freude am Wunder des Lebens weckt. Der Workshop ist eine Einladung, singend das Leben zu feiern, unserer Stimme und Seele Zeit zu schenken und dabei Kraft zu tanken für unseren Alltag und die Aufgaben der ehrenamtlichen Hospizbegleitung. Wir singen gemeinsam ganz ohne Leistungsdruck und ohne Zwang, „schön“ singen zu müssen, traditionelle und moderne Kraftlieder, Mantras & Heilgesänge aus aller Welt, auch Schlaf- und Wiegenlieder, Morgen- und Abendlieder und/oder Kanons. Es sind keinerlei Singkenntnisse notwendig!

Eva Reheis: Im Gehen ankommen. Achtsames Gehen als Zentrierungsritual

D Wie können wir – in der Hospizbegleitung, aber auch in anderen Lebenssituationen – bewusster von einer Situation in die nächste kommen? Die Haltung der Achtsamkeit kann uns dabei sehr unterstützen. Sie hilft auch, präsenter im „Hier und Jetzt“ zu sein und anderen Menschen offen zu begegnen, ohne sich selbst zu verlieren. Der Workshop bietet eine Einführung in das Thema Achtsamkeit. Wir praktizieren das achtsame Gehen und finden Möglichkeiten, wie das Gehen im Alltag und in der Hospizbegleitung zu mehr innerer Ruhe und Zentrierung führen kann.

Maria Schmidt und Christian Sint: „Es ist genug“

E „Wie lange dauert es noch? Ich möchte endlich sterben“, sagt Frau S. Und Herr K sagt: „Wann holt er mich denn? Ich möchte heimgehen.“ Auf Fragen dieser Art stoßen wir in der Hospizbegleitung immer wieder. Wie mit ihnen umgehen? Die unlösbaren Fragen gemeinsam aushalten. Ihnen gemeinsam mit symbolischer Kommunikation begegnen. Im Workshop wollen wir – ausgehend von Erfahrungen der Teilnehmenden – die symbolische Kommunikation einüben. Sie kann helfen, die großen, oft als überfordernd empfundenen Fragen wie die Warum-Frage, die Frage nach Sinn, Wahrheit und Hoffnung ebenso wie die Themen Angst, Schuld und Tod zu berühren und in Worten auszudrücken.

Armin Staffler: Regenbogen der Wünsche. Von Begegnungen, die (h)offen lassen

F Im Workshop geht es um die Vielschichtigkeit von Begegnungen in der Hospizbegleitung. Was möchte ich, wonach sehne ich mich, was brauche ich und wovor fürchte ich mich, wovor habe ich Angst? Und was wünscht oder fürchtet mein Gegenüber? Auf theatral-spielerische Art und Weise erkunden wir unklare Momente, um etwas Einsicht zu gewinnen, über uns und in Bezug auf die Begegnungen, die (h)offen lassen. Der methodische Zugang des Workshopleiters ist wesentlich vom „Theater zum Leben“ nach David Diamond (theatreforliving.com) geprägt, ursprünglich stammt der „Regenbogen der Wünsche“ aus dem „Theater der Unterdrückten“ von Augusto Boal.

Maria Strel-Wolf: Einfach „nur“ zuhören. Wer zuhört, versteht

G Wann hören wir dem Menschen, mit dem wir gerade reden, wirklich zu? Wahrscheinlich oft nur wenige Sekunden lang. Wir hören einander nicht zu, zumindest nicht wirklich. Wir kommentieren das Gegenüber oder überlegen innerlich unseren Einsatz: „Genau!“ „Das kenne ich auch von mir ...!“ „Du, da muss ich dir erzählen...!“ Und schon erzählen wir unsere eigene Geschichte und hören dem anderen nicht zu. Man könnte sagen, da reden zwei aneinander vorbei. Warum fallen wir einander ins Wort? Warum ist es so schwer, einfach einmal „nur“ zuzuhören? An diesem Nachmittag können wir uns darin üben, einander wirklich zuzuhören, um damit mehr Raum für echte Begegnung zu schaffen.

ReferentInnen:

Ingrid Ambros

langjährige Mitarbeiterin der Hospiz- und Palliativstation, seit 2016 in Pension, Absolventin des Lehrgangs „Clownerie“

Elisabeth Draxl

Mag., DGKP, Psychotherapeutin i. A., Erziehungswissenschaftlerin, langjährige Pflegedienstleiterin der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft bis 2016

Uschi Hölbling

Ergotherapeutin, Arbeit mit Kindern und deren Eltern im EntdeckungsRaum Rum, Jin Shin Jyutsu-Praktikerin, (Einzel- und Gruppen-)Angebote für Heilsames Singen, Sängerin der Gruppen Findling und Einklang

Elisabeth Medicus

Dr. med. univ., MAS, ärztliche Leiterin der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft

Werner Mühlböck

Mag., MBA, Geschäftsführer der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft

Bernhard Mündle

MMag., Jurist, Theologe, Richter, Vorstandsmitglied der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft

Eva Reheis

Ergotherapeutin, Tanztherapeutin, praktiziert Achtsamkeitsmeditation und Yoga seit vielen Jahren

Maria Schmidt

DGKP, Mitarbeiterin im Mobilem Palliativteam

Christian Sint

Mag., katholischer Theologe, Seelsorger der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft, Ausbildung in Spiritual Care, Klinische Seelsorge Ausbildung (KSA)

Armin Staffler

Mag., Theaterpädagoge, Politologe

Maria Strel-Wolf

Mag., Erziehungswissenschaftlerin, in der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft für Öffentlichkeitsarbeit und Trauerbegleitung zuständig, vielfältige Tätigkeit als Referentin



Impressum: Tiroler Hospiz-Gemeinschaft/Januar 2017 • Heiliggeiststraße 16 • 6020 Innsbruck • Tel.: 05 7677 •
E-Mail: office@hospiz-tirol.at • www.hospiz-tirol.at