



## **„Ein Kurs fürs Leben“ - Vorbereitungskurs für ehrenamtliche Hospizbegleiter\*innen 2024 abgeschlossen**

„Wenn Sie etwas über Ihr Leben erfahren möchten, dann machen Sie diesen Kurs!“, so eine Aussage von Teilnehmenden am Ende des Kurses.

15 Menschen haben sich seit Januar intensiv mit den Themen Sterben, Tod und Trauer auseinandergesetzt und sich auf ihr Engagement in den ambulanten Hospizdiensten Weingarten, Ravensburg, Wilhelmsdorf, Illmensee, Aulendorf und im stationären Hospiz Schussental vorbereitet.

An 5 Wochenenden und einigen Abenden trafen sich die Teilnehmer\*innen und setzten sich in vielfältiger Weise mit verschiedenen Aspekten von Sterben und Tod auseinander. Die Kurswochenenden sind geprägt von Selbstreflexion, Humor und Lachen kommen jedoch nicht zu kurz. Die Kursleitung hatten Mitarbeiterinnen des ambulanten Hospizdienstes Weingarten.

Die Tätigkeit als Hospizbegleiter\*in bringt mit der eigenen Endlichkeit in Kontakt. Zur Vorbereitung auf dieses Ehrenamt braucht es neben dem Erwerb von Wissen z.B. über die körperlichen Veränderungen und Beschwerden im Sterbeprozess, Kommunikation, Möglichkeiten der Schmerztherapie, Trauer, auch die Auseinandersetzung mit den eigenen Bildern, Hoffnungen und Ängsten in Bezug auf das Sterben und den Tod. Mit dem Einsatz kreativer Methoden in Einzel-, -Partner-, -und Gruppenübungen konnten die Ehrenamtlichen wertvolle Erfahrungen mit Nähe und Distanz machen. Sie lernten ebenso ihre persönlichen Belastungsgrenzen besser kennen.

Eine Erkenntnis ist, jeder Mensch geht auf ganz eigene Weise die letzte Etappe des Lebens, so individuell wie der Lebensweg. Das ‚Einfach – Dasein‘ ist etwas Grundlegendes in der Begegnung mit schwerkranken Menschen. Gerade in dieser Einfachheit kann es mitunter zur Herausforderung werden.

Gut gerüstet und mit großer Motivation, Aufmerksamkeit und Respekt werden die Ehrenamtlichen nun die Hospizeinrichtungen personell verstärken.



Teilnehmende und Kursleitung; Bild: Hospizbewegung