## Mein BFD im Hospiz

Hi, ich bin Antonia und ich freue mich euch heute in meine Einsatzstelle mitzunehmen: ins Hospiz "Fanny de la Roche" in Offenbach.

"Was, Hospiz?! Also mein Respekt, das könnte ich nicht. Das ist ja schon eine harte Arbeit, wie schaffst du das nur? Nee, das mit dem Pflegen ist ja überhaupt nicht meins." Ein Auszug der ungefragten Meinungen, die man ständig zu hören bekommt, wenn man erzählt, dass man im Hospiz arbeitet. Ganz ehrlich, solche Vorstellungen hatte ich davor auch. Ich kann jedoch sagen, nach sechs Monaten Freiwilligendienst, dass sich mein Bild komplett verändert hat. Ich möchte euch nun erzählen, wie mein Alltag hier aussieht und warum die Arbeit im Hospiz wirklich nicht so schlimm ist, wie alle immer meinen.

Also, was ist denn jetzt ein Hospiz? Fangen wir doch damit an. Nach Definition ist es eine stationäre Pflegeeinrichtung der Sterbebegleitung, die meist nur über wenige Betten verfügt und ähnlich wie ein familiäres Pflegeheim organisiert ist. Menschen mit unheilbaren Krankheiten werden in ihrer letzten Lebensphase begleitet und palliativ-medizinisch versorgt. Ein ähnliches Konzept gibt es für Kinder, ich arbeite jedoch in einem Erwachsenen-Hospiz. Die Leute, um die wir uns kümmern, heißen Gäste, da sie hier nicht mit all ihren Sachen einziehen und ihren Wohnsitz erst einmal noch behalten (also keine Bewohner). Patienten heißen sie nicht, weil es nicht darum geht, eine Krankheit zu heilen und die Leute nicht nach kurzer Zeit wieder nach Hause gehen.

Wenn mich jemand fragt, wie ich denn meine Arbeit finde, dann sage ich immer: für mich besteht sie aus zwei Komponenten: auf der einen Seite traurig, das stimmt, aber auch eine Herzensangelegenheit. Diese Gegenüberstellung von dem unausweichlichen Tod, und gleichzeitig der Chance dieser letzten Zeit noch möglichst viel Leben zu geben, fasziniert mich irgendwie. Natürlich ist nicht immer alles schön - ich habe viel Zeit mit Trauernden und mit Begleitung bei den letzten Atemzügen verbracht. Jedoch verbringe ich die meiste Zeit damit, mich ums Leben unserer Gäste zu kümmern, indem ich bei der Körperpflege helfe, beim Essen unterstütze oder einfach nur Gesellschaft leiste. Ich rede mit den Angehörigen über lustige, sowie ernste Themen, sorge dafür dass jeder seinen Kaffee hat und der Fernseher funktioniert. Im Groben viele Kleinigkeiten, die im Endeffekt aber einen Unterschied machen.

Bevor ich mich in den Kleinigkeiten verliere, da fallen mir nämlich schon tausend Beispiel-Geschichten ein. Hier ein Überblick, was ein/e Freiwillige/r hier im Hospiz für Arbeitsbereiche hat:

- Hauswirtschaft (Z.B. Frühstück, Mittagessen nach Wunsch vorbereiten, Kuchen backen, Wäsche waschen und einräumen)
- Pflege (z.B. Gäste waschen, anziehen, duschen, zur Toilette begleiten, diese Tätigkeiten dokumentieren, Medikamente richten und geben)
- Administration (z.B. Tür öffnen, Corona-Regeln erklären, Telefonate annehmen, Laufwege ins Krankenhaus übernehmen, Essen planen)

Dazu gibt's noch individuelle Zeit für eigene Projekte, spazieren gehen, vorlesen, Gespräche führen, etc. Je nach Bedürfnis ist die Aufteilung dieser Bereiche unterschiedlich und kann sich auch im Laufe des Jahres verändern. Ich mache beispielsweise eher 70% Pflege und viel weniger Hauswirtschaft als noch am Anfang.

So viel mal als groben Überblick. Um genauer hinzuschauen, habe ich Mirka und Gerret bei einem Rundgang das Hospiz gezeigt und sie durften auch das ein oder andere ausprobieren. Währenddessen haben sie mir ein paar interessante Interview-Fragen gestellt. Viel Spaß bei der Führung durch's Hospiz.



Das ist unsere Terrasse, zu der jeder Gast direkt aus seinem Zimmer Zugang hat. Mit Blick auf frische Blumen kann man hier alleine oder mit anderen gemeinsam in der Sonne seinen Kaffee genießen.



Aber aufpassen: immer den Sonnenschirm aufmachen, damit ihr auch keinen Sonnenbrand bekommt. (Falls denn die Sonne scheint).





Als nächstes ging's durch den Flur zu den Zimmern vorbei am Gedenkbuch und einem Zitat von unserer Namensgeberin Fanny de la Roche. In den Gedenkbüchern wird jeder Gast auf einer Doppelseite namentlich festgehalten. Die Angehörigen haben dort Platz ein paar Worte aufzuschreiben oder ein Foto einzukleben. So können sie sich auf ihre Weise verabschieden und die Erinnerung an die Gäste bleibt aufrecht erhalten.





Hier seht ihr ein Gast-Zimmer: Jeder hat ein Bett, mit dem man hoch und runter fahren kann und noch viel mehr tolle Sachen machen kann. Außerdem einen "Mobilisationsstuhl" (ein Sessel mit Rollen), einen Tisch, wo sie essen können. Wer nicht im Zimmer essen möchte, kann dies auch in der Küche tun und dabei den ein oder anderen weiteren Gast kennenlernen.





Nach dem Mittagessen sind wir ins Wohnzimmer gegangen, wo man nicht nur Bücher oder Spiele ausleihen oder Klavier spielen kann, sondern wo täglich nach jeder Schicht eine Übergabe stattfindet. In der Übergabe erzählt der Nacht-/Früh-/Spätdienst dem nachfolgenden Dienst, wie es den Gästen geht und was so passiert ist, damit sie auf dem neuesten Stand sind.





Nächster Stopp war das Pflegebad. Jedes Zimmer hat ein eigenes barrierefreies Bad mit Dusche. Wenn jemand jedoch baden möchte, dann kann er es sich in diese Badewanne mit Whirlpoolfeatures gut gehen lassen. Ein Traum. Wenn die Gäste nicht mehr laufen können, dann benutzen wir einen Lifter, um sie in die Wanne zu heben (das blaue Ding rechts im Bild).





Am Ende gibt's dann noch leckeres Essen, hhmmm. Frühstück und Mittagessen holt die Hauswirtschaftskraft aus dem Krankenhaus nebenan und serviert das warme Essen dann erneut zur Wunsch-Essenszeit. Es gibt immer drei Menüs zur Auswahl, plus Suppe und Nachtisch, da kann man sich wirklich nicht beschweren!

Nach der Stärkung haben wir uns auf die Terrasse gesetzt und das Interview geführt. Ich hoffe es sind die ein oder anderen Infos dabei, die ihr vorher noch nicht wusstet.

Wie ist es denn so im Schichtdienst zu arbeiten? Schon anstrengend, ich könnte mir nicht vorstellen, mein Leben lang in Schichten zu arbeiten. Im Frühdienst um 5 Uhr aufstehen und früh ins Bett müssen und beim Spätdienst den ganzen Abend bis 10 Uhr geblockt zu haben... Man arbeitet halt häufig, wenn andere frei haben, auch am Wochenende und kann nichts Regelmäßigem, wie Mannschaftssport oder anderen Hobbys, nachgehen. Für die sechs Monate voll in Ordnung, aber nicht für immer.

**Wie lange bleiben die Gäste im Durchschnitt?** Variiert von einem Tag bis zu einem Jahr. Die meisten bleiben ein paar Wochen, 2-3 Monate ist schon sehr lang. Nach einer Woche hat man aber schon das Gefühl, den Gast gut zu kennen, man baut da schnell eine Verbindung auf.

**Kommst du mit allen Kolleg/innen gut klar?** Ja, ich kann mich sehr glücklich schätzen mit meinem Team. Wir sind zwar sehr viele (25), aber das heißt jeder bringt andere Stärken und andere Arbeitsweisen mit, was eine große Bereicherung darstellt. Dies hat leider auch schon zu Verwirrungen geführt, weil ich nicht wusste, wie ich es jetzt machen soll.

Und wie bist du dann damit umgegangen? Ich habe mir angewöhnt immer nochmal nachzufragen oder einfach von vorne rein mein Ding zu machen. Wichtig ist, dass ich es meinen Kolleg\_innen nicht böse nehme, wenn sie mir komplett unterschiedliche Tipps geben, da jede/r oft nur helfen will. Sind noch Gleichaltrige dort? Wir haben oft Auszubildende im Pflegebereich, die in meinem Alter sind und ein Praktikum machen. Ich habe mich immer gefreut, wenn jemand z.B. aus dem Krankenhaus kam, weil wir dann auch selbstständig die Gäste alleine versorgen durften. Außerdem kann man mit denen einfach über andere Dinge quatschen, wenn man mal nichts zu tun hat. Was gefällt dir am meisten? Dass es so entspannt ist. Wir legen viel Wert keine Hektik, sondern Ruhe auszustrahlen und uns Zeit zu lassen, so können wir richtig auf die Bedürfnisse der Gäste eingehen. Da wir nicht im Pflegeheim oder Krankenhaus sind, steht uns diese Zeit auch zur Verfügung. Das ist so wichtig und auch für viele ein Grund im Hospiz zu arbeiten.

Was magst du gar nicht? Die Arbeitskleidung, es gibt immer nur die gleichen Farben: lila, blau, orange... letztens kam rot dazu, das war ein Highlight! Und das frühe Aufstehen manchmal. Was hättest du gar nicht erwartet? Von mir persönlich hätte ich nicht gedacht, dass die Pflege mir so Spaß macht und dass ich das überhaupt hinkriege. Ich hatte außerdem Hospiz immer mehr mit Pflegeheimen in Verbindung gebracht, dabei arbeiten hier Krankenschwestern/-Pfleger. Deshalb war ich positiv überrascht über das ganze medizinische Fachwissen, was ich mittlerweile gelernt habe

Story time! Erzähl uns mal eine traurige und eine lustige Geschichte. Starten wir mit der traurigen: Ich finde es immer sehr traurig, wenn Eltern mit jungen Kindern zu uns kommen. Wenn man dann auch noch dabei ist, wenn der Gast in die Sterbephase kommt und sieht, wie sehr die Kinder/Angehörigen trauern, berührt mich das sehr. In solchen Fällen konnte ich aber immer aus dem Zimmer gehen.

Und jetzt die lustige: Wir hatten mal eine Gästin, die eine total verstrubbelte Perücke trug. Wir haben uns alle schon etwas amüsiert, aber es passte zu ihr und ihrem Musikgeschmack (Hard Rock). Mehrmals wurde sie gefragt, ob wir die Perücke mal kämmen durften, aber sie meinte immer "nein nein, das soll so sein." Irgendwann dann hat sie die Perücke mal abgenommen und ich habe die Erlaubnis bekommen sie zu kämmen. Und wisst ihr, was ich da bemerkt habe? Sie hatte die Perücke einfach die ganze Zeit falsch herum an, sodass der Pony am Hinterkopf war. Kein Wunder, dass die Haare so zu Berge standen!

Was nimmst du mit nach dieser intensiven Zeit? Ohh, ganz ganz viel. Erstmal sehr viel medizinisches Wissen, dann aber vor allem die ganzen Geschichten und Erlebnisse mit den unterschiedlichsten Menschen und die Fähigkeit geduldig zu sein. Ich wollte direkt am Anfang alles wissen und hatte tausend Fragen, habe jedoch schnell gemerkt, dass man mit der Zeit alles lernt. Ich glaube ich habe eine noch offenere Art mit Menschen umzugehen entwickelt, weil wirklich jeder Mensch komplett unterschiedlich ist.

Würdest du einen BFD im Hospiz wieder machen? Ja, es war eine gute Entscheidung ins Hospiz zu gehen, ich bereue es auf jeden Fall nicht. Das ist mal eine Arbeit, wo man interessante und berührende Geschichten zu erzählen hat. Solche Erfahrungen haben ganz wenige in meinem Alter. Was würdest du sagen, wer sollte einen BFD im Hospiz machen? Alle die mit Herzen dabei sind, wenn es darum geht sich um schwerstkranke Menschen zu kümmern. Das kann man nicht lernen. Man muss nicht alles in der Pflege machen wollen, wenn man sich das nicht zutraut, aber es muss einfach Freude bei der Tätigkeit da sein. Sodass die Leute merken: ah, die ist gerne hier, die kommt gerne in mein Zimmer, egal wobei ich Unterstützung brauche. Geduld wäre gut und Offenheit, sodass man ohne Vorurteile den Menschen begegnet. Auch hilft es, wenn man Lust hat, seine eigenen Ideen einzubringen, Eigeninitiative zeigt. Also, wenn was davon auf euch zutrifft, so bewerbt euch!