

„Ich fühle mit, aber ich leide nicht mit“

Ralph van Haarlem ist ehrenamtlich als Sterbe- und Trauerbegleiter tätig.
Im Interview erzählt er, wie er zu dieser Aufgabe gefunden hat und welche Herausforderungen sie mit sich bringt.

von Sabine Weddig

Ich bin verabredet mit Ralph van Haarlem. Er ist seit über zwei Jahren ehrenamtlicher Mitarbeiter in der ambulanten Hospizbewegung Meerbusch und dort als Sterbe- und Trauerbegleiter tätig. Der gebürtige Niederländer, Jahrgang 1959, ist studierter Historiker, Banker und passionierter Maler. Aus Amsterdam nach Düsseldorf kam er 1992 wegen seiner Frau. Im Gespräch mit MeerBlatt berichtet Ralph van Haarlem, warum er sich für dieses Ehrenamt entschieden hat, was ihn motiviert und warum die ehrenamtliche Tätigkeit seine Berufung geworden ist.

Herr van Haarlem, haben Sie ein Lebensmotto?

Nein, ein direktes Motto habe ich nicht. Es ist mehr eine Lebensphilosophie oder Lebenseinstellung. Für mich ist es wichtig, in einer Gemeinschaft zu leben, in der man sich gegenseitig hilft und füreinander da ist. Also in einer Gemeinschaft, in der es Harmonie gibt und in der Probleme auf eine gute Art und Weise gelöst werden.

Wie fing denn alles an? Welcher Weg führte Sie zur Hospizbewegung?

Es war kein direkter Weg, welcher mich zur Sterbe- und Trauerbegleitung geführt hat. Als Führungskraft im Finanzdienstleistungsbereich hatte

ich keine Berührungspunkte zu ehrenamtlichen Tätigkeiten und noch weniger zu Hospizbewegungen. Was mir aber während meiner Berufstätigkeit immer gefehlt hat, war der Bezug zu den Menschen. Zurückblickend habe ich schon immer ein starkes Bedürfnis gehabt, Menschen zu helfen und zu unterstützen. Eine berufliche Auszeit, welche ich genommen hatte, um meiner Mutter im Krankenhaus beizustehen, hat dieses Bedürfnis noch verstärkt.

Mit Einstieg in das Altersteilzeitmodell kam für mich der Zeitpunkt, an dem ich mich konkret mit ehrenamtlichen Aufgaben auseinandersetzte. Aber was ist das richtige für mich? Wo und wie kann ich mich am besten in der Gemeinschaft engagieren? Dann kam der Zufall zu Hilfe. Ich habe mich mit einer Nachbarin über meine Überlegungen unterhalten. Meine Nachbarin berichtete von der Hospizbewegung und meinte, dass dieses etwas für mich sein könnte.

Ja, war mein erster Gedanke, das könnte wirklich etwas für mich sein. Dann ging es recht schnell. Ein Anruf bei der Hospizbewegung. Ein Termin mit der leitenden Koordinatorin. Start mit der Ausbildung zum ehrenamtlichen Hospizbegleiter. Das war vor gut zwei Jahren.

Welche Eigenschaften oder Voraussetzungen sind notwendig, um bei der Hospizbewegung arbeiten zu können?

Spezielle Voraussetzungen sind nicht erforderlich. Aber Empathie und die Fähigkeit zur Selbstreflexion sind wichtig. Ebenso eine Offenheit für die Dinge, die da auf einen zukommen.

Wie hat Ihr persönliches Umfeld auf Ihre ehrenamtliche Tätigkeit reagiert?

Die Reaktionen waren ganz unterschiedlich. Einige sagten: „Warum tust du dir das an? Es gibt doch Schöneres!“ Aber ich habe auch viel Wertschätzung erfahren. Für mich ist ausschlaggebend, dass meine Frau mich unterstützt.

Wie sieht die Hilfe ehrenamtlicher Sterbebegleiter/Trauerbegleiter aus? Was ist konkret Ihre Aufgabe?

Wir sind nicht nur für die schwerstkranken und sterbenden Menschen da, sondern auch für ihre Angehörigen, Familien und Freunde. So individuell wie die Menschen sind, so individuell sind auch die Sterbebegleitungen, und so vielfältig sind die Möglichkeiten für einen würdevollen Abschied.

Zu Beginn einer Begleitung findet in der Regel ein Kennenlern-Gespräch zwischen dem Patienten, der Koordinatorin der Hospizbewegung und dem Ehrenamtler statt. In diesen Gesprächen versuchen wir herauszufinden, welche Bedürfnisse und Wünsche vorhanden sind, und welche Hilfe und Unterstützung benötigt wird. Die Sterbe-

begleitung bedeutet für mich Aufmerksamkeit und Zeit schenken. Das sind z.B.: Gespräche führen, gemeinsam Schweigen, Musik hören, Spazieren gehen, die Hand halten oder kleine Wünsche erfüllen.

Sie haben regelmäßig die Begegnung mit der Endlichkeit. Was hat sich dadurch für Sie geändert bzw. verändert?

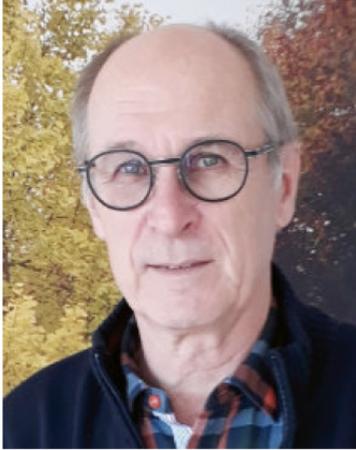
Eigentlich nichts. Na ja, vielleicht ein bisschen schon. Stärker im Jetzt leben und wesentliche Dinge nicht aufschieben.

Was gibt Ihnen die ehrenamtliche Tätigkeit?

Mit meiner ehrenamtlichen Tätigkeit gebe ich nicht nur, sondern bekomme auch sehr viel zurück. Sie gibt mir Energie, weil sie mir das gute Gefühl gibt, etwas wirklich Sinnvolles zu tun. Hilfe geben zu können ist mir sehr wichtig. Daraus schöpfe ich Energie. Ich habe so viel Dankbarkeit von den Menschen, die ich begleite, erfahren und berührende Begegnungen gehabt. In Erinnerung ist mir noch das Erlebnis mit einem Patienten, der mich als „mein Freund Ralph“ bezeichnet hat.

Wie sorgen Sie für sich und die eigene Erholung?

Meine Malerei und Sport – regelmäßiges Walken – sind gut für die Erholung. Auch meine Einstellung hilft mir. Ich fühle mit, aber ich leide nicht



Ralph van Haarlem

Foto:
Sabine Weddig

mit. Das ist für mich unerlässlich, um einen professionellen Abstand zur Situation zu halten.

Neben der Sterbebegleitung sind Sie auch als Trauerbegleiter tätig, und zwar im neuen Angebot „Trauern mit Farbe“. Was versteht man darunter?

Es ist manchmal so schwer, über den Verlust zu sprechen. Oft fehlen die Worte. Wir helfen und unterstützen Trauernde dabei, ihre Emotionen auszudrücken. Malen ist eine Möglichkeit des Ausdrucks von Gefühlen, Sorgen, Ängsten und auch Wut. Talent oder Erfahrung mit der Malerei sind keine Voraussetzungen. Wir geben auch keinen Malkurs. Im Vordergrund steht das intuitive und spontane Malen. Wir von der Hospizbewegung begleiten diesen Malprozess und stehen als Gesprächspartner zur Verfügung.

Was möchten Sie jemandem mitgeben, der sich ehrenamtlich in der Hospizbewegung engagieren möchte?

Ich würde sagen: Probiere es aus. Mach es einfach. Es ist eine sehr intensive Aufgabe, aber du wirst feststellen, dass du sehr viel zurückbekommst.

Was würden Sie sich zukünftig für die ambulante Hospizbewegung wünschen?

Da Tod, Sterben und Trauer immer noch ein großes Tabu in unserer Gesellschaft sind, würde ich mir eine größere Sichtbarkeit und Wahrnehmung in der Öffentlichkeit wünschen. Die Vielfalt des Angebotes der Hospizbewegung sollte noch stärker bekannt werden.

Info

In Deutschland engagieren sich mehr als 120.000 Menschen ehrenamtlich, bürgerschaftlich und hauptamtlich in der Hospizbewegung und unterstützen die Arbeit für schwerstkranke und sterbende Menschen.

In der Hospizbewegung Meerbusch sind 40 Ehrenamtler aktiv. Zu den Angeboten gehören u.a. die Sterbebegleitung, Beratung zur palliativ-pflegerischen Versorgung und die Trauerbegleitung. Zum Spektrum der Trauerbegleitung gehören etwa das Trauercafé, Einzeltrauerberatung, Wandern für die Seele sowie von September bis April Trauern mit Farbe.

Weitere Informationen bei der Hospizbewegung Meerbusch:
www.hospizbewegung-meerbusch.de,
E-Mail: info@hospizbewegung-meerbusch.de
Telefon 02132-73809