

Gute Seelen an der Seite.



Ohne die aufopfernde Leistung von freiwilligen Helferinnen und Helfern geht es nicht. In vielen GNAO-Institutionen gehört ihre Arbeit selbstverständlich dazu.



Urs Jost,
freiwilliger Sterbebegleiter.

« Vor sechs Jahren fragte mich auf einer Wanderung ein Freund, ob ich nicht Lust hätte, Menschen in den letzten Tagen ihres Lebens zu begleiten, ich sei ja als junger Mann Pfleger gewesen. Wir hatten viel Zeit, und so erzählte er mir lange über sein Engagement. Am Ende der Wanderung wusste ich: Das will ich auch. Ich bin 71, da möchte man etwas Sinnvolles machen mit seinem Leben. Ich besuchte einen Kurs in Sterbebegleitung der Aargauer Landeskirchen und begann als Mitglied des Freiwilligen-Teams vom Hospiz Aargau, Menschen daheim in der Sterbephase zu besuchen, damit ihre Angehörigen einen Moment Pause haben. Meistens bin ich zwei oder drei Mal bei ihnen, häufig nachts.

Es fühlt sich bereichernd an, für jemanden da zu sein. Oft sitze ich einfach still am Bett, doch gerade kürzlich erzählte mir ein Mann in hellwachem Zustand sein ganzes Leben, wenige Stunden später starb er. In diesen Stunden spüre ich immer ganz fest, dass vieles, das man im Leben so wichtig nimmt, Geld, Arbeit, Macht, in den intensivsten Momenten des Lebens überhaupt nicht zählt. Jeder Politiker sollte mal ein paar Stunden Nachtwache halten, dann würde die Welt anders aussehen. »

Freiwilligenarbeit ist in der Palliative Care elementar.

- » Gemäss einer Studie der Berner Fachhochschule ist eine flächendeckende Palliative Care ohne die Mitarbeit von Freiwilligen gar nicht möglich. Auch mit Blick auf die Zukunft sind sie unverzichtbar. Denn die Gesellschaft wird immer älter, es gibt immer mehr Menschen, die auf Palliative Care angewiesen sind; dies während sich traditionelle Familienstrukturen auflösen.
- » Im Aargau kümmern sich rund 170 Freiwillige um schwerkranke Menschen. Allein im 2018 absolvierten 114 Personen die verschiedenen Lehrgänge des Programms «Palliative Care und Begleitung» der Aargauer Landeskirchen, welche diese seit neun Jahren anbieten. Seit 2016 beteiligt sich auch der Kanton finanziell, was zu einer deutlichen Steigerung der Teilnehmerzahlen führte.
- » Infos zur Freiwilligenarbeit unter www.palliative-aargau.ch und www.palliative-begleitung.ch

Weil Krebs auch die Gefühle aufwirbelt.

Psychoonkologinnen der Psychiatrischen Dienste Aargau AG (PDAG) führen im Kantonsspital Baden (KSB) eine Sprechstunde für stationäre und ambulante Krebspatienten. Claudia Matter, Leitende Psychologin der Psychoonkologie, über ihre Arbeit mit Menschen in schwierigen Lebensphasen.



Sie haben gerade eine Patientin psychoonkologisch beraten. Worum ging es?

Es war ein Erstgespräch. Darin erzählen die Patienten ihre Anliegen und Probleme, auch geht es um den Beziehungsaufbau. Die Patientin ist mit einer erneuten Krebserkrankung konfrontiert. Sie hat viele Ressourcen, auf die sie zurückgreifen kann. Sie kam zu mir, weil sie Unterstützung wünscht für den Umgang mit der Krankheit und der Angst.

Welches sind die grossen Themen, mit denen Patienten zu Ihnen kommen?

Der Umgang mit der Diagnose, die Auseinandersetzung mit der Erkrankung sowie dem Sterben und dem Tod. Auch Angst ist ein zentrales Thema der Psychoonkologie. Zudem kann eine

körperliche Erkrankung zu Niedergeschlagenheit, Depression und anderen psychischen Belastungen führen. Angehörige setzen sich oftmals mit anderen Fragestellungen auseinander. Wir führen Einzel-, Paar- und Familiengespräche.

Was unterscheidet Sie von einer «normalen» Psychotherapeutin?

Die Unterschiede sind nicht so gross. Bei uns steht zu Beginn die Krankheit im Mittelpunkt. Ansonsten geht es um gewohnte Themen der Psychotherapie wie Bewältigung akuter Krisen, partnerschaftliche und familiäre Probleme, finanzielle Schwierigkeiten oder berufliche Wiedereingliederung. Hilfreich ist in einer psychoonkologischen Begleitung medizinisches Wissen. Da profitiere ich von meiner zehnjährigen Erfahrung als Pflegefachfrau.

Sie sehen täglich, was im Leben Schlimmes passieren kann. Macht Ihnen das auch Angst?

Nein. Sicherlich fand durch die Arbeit ein Umdenken statt. Gerade bei Langzeitpatienten und jungen Patienten ist es nicht immer einfach, die emotionale Distanz zu wahren. Um mit den Belastungen umzugehen, hilft mir der Austausch im Team und Sport.

Was fasziniert Sie an dieser Arbeit?

Die Arbeit als Psychoonkologin ist sehr vielfältig. Meine beiden Mitarbeiterinnen und ich begleiten ambulante sowie stationäre Patienten und deren Angehörige. Vor allem der stationäre Bereich verlangt Flexibilität. Wir wissen nie, was uns erwartet, wie es dem Patienten in diesem Moment geht. Die interdisziplinäre Zusammenarbeit ist ein wichtiger und spannender Teil des Arbeitsalltags. Die Patienten äussern oftmals den Wunsch, mit einer neutralen Person zu sprechen, da sie ihre Angehörigen nicht zusätzlich belasten möchten. Es motiviert mich zu sehen, dass wir durch unsere Arbeit zur Verbesserung der Lebensqualität beitragen können.

Sie arbeiten im KSB und sind von den PDAG angestellt. Warum macht diese Kooperation Sinn?

Nebst der medizinischen Behandlung profitieren Patienten von einer psychiatrischen und/oder psychologischen Begleitung. Dafür stehen Fachleute des KSB und der PDAG zur Verfügung. Zudem profitieren die Patienten und auch das Personal von den kurzen «Dienstwegen».

GNAO-PARTNER



Psychiatrische Dienste Aargau AG
T 056 462 21 11
info@pdag.ch | www.pdag.ch

PDAG
Psychiatrische Dienste
Aargau AG

