

Weitere sozialrechtliche Informationen sowie Ratgeber zum kostenlosen Download finden Sie stetig aktualisiert unter [www.betanet.de](http://www.betanet.de).

© 2024 beta Institut gemeinnützige GmbH | Kobelweg 95, 86156 Augsburg | [www.betanet.de](http://www.betanet.de)

# Beschäftigung in der finalen Lebensphase

## 1. Das Wichtigste in Kürze

Beschäftigung ist in der letzten Lebensphase sehr wichtig. Angehörige und Fachkräfte können Menschen in der palliativen Versorgung auf verschiedenen Wegen unterstützen, damit sie die letzte Lebensphase so angenehm wie möglich erleben können. Die Angebote sollten sich jedoch immer nach den Wünschen und Vorlieben der betroffenen Person richten und dem Alter, den Kräften und den geistigen Fähigkeiten entsprechen.

## 2. Wie können Beschäftigungsangebote helfen?

Hilfreiche Beschäftigungsangebote richten sich besonders an die einzelnen Sinne und deren Erleben. Dies kann dem Menschen, der palliativ versorgt wird, einerseits die Möglichkeit geben, sich mit seiner Erkrankung, den damit verbundenen Ängsten, Gefühlen, Erfahrungen und Hoffnungen auseinanderzusetzen.

Andererseits kann es Angehörigen und Betroffenen helfen, wenn sie für Ablenkung sorgen. Wenn der Kopf mit angenehmen Tätigkeiten oder Erinnerungen beschäftigt ist, bringt das Lebensqualität und lässt schwere Phasen vergessen bzw. in den Hintergrund treten.

## 3. Kreative Beschäftigungen

Alle zur Verfügung stehenden Ausdrucksmittel wie Bewegung, Musik, Malerei, Text, Spiel und Bastelei können eingesetzt werden. Nachfolgend einige Anregungen.

### 3.1. Malen

Viele Kinder (und auch manche Erwachsene) malen gern und können so ihre Umwelt gestaltend entdecken und begreifen. Das Malen der Kinder ist spontan und gefühlsnah. Kranke Kinder können durch das Einsetzen von verschiedenen Farben, Formen und Personen ihr inneres Erleben wiedergeben.

#### 3.1.1. Mal-Tagebuch

Ein Angebot für ältere Kinder und Erwachsene: Die erkrankte Person kann sich jeden Tag Zeit nehmen, ein weißes Blatt des Mal-Tagebuchs zu gestalten. Skizzenbücher oder -blöcke sind erhältlich im Buchhandel sowie im Fachhandel für Bastel- oder Künstlerbedarf. Die Wahl der Farben sollte spontan je nach momentaner Stimmungslage erfolgen. So entsteht jeden Tag ein individuelles Bild und im Laufe der Zeit ein persönliches Bilderbuch: Zum eigenen Erinnern und für die Angehörigen.

### 3.2. Schreiben

Manche Menschen haben das Bedürfnis zu schreiben. Dahinter können z.B. folgende Beweggründe stehen:

- Ungelöstes noch klären (etwas von der Seele schreiben).
- Künstlerisches Ausdrücken von Gedanken.
- Der Nachwelt etwas hinterlassen.

Ist es einem schwer kranken Menschen nicht möglich, mit einem Stift zu schreiben, so kann er seine Gedanken diktieren oder eine andere Person schreibt es für ihn auf.

### 3.3. Musik

Angenehme Klänge können gute Gefühle erzeugen und Erinnerungen wecken. Eine Möglichkeit ist, zusammen Schallplatten, Kassetten und CDs zu hören oder sogar ein Hauskonzert zu veranstalten, bei dem der Patient das Programm bestimmt. Zu einem Hauskonzert können Freunde eingeladen werden, die sonst vielleicht Scheu haben, einen sterbenden Menschen zu besuchen.

## 4. Medien (lesen, fernsehen, Radio hören)

Familienangehörige, Freunde oder Ehrenamtliche können der erkrankten Person vorlesen, was sie gerne hören möchte oder schon immer gerne gelesen hat, z.B.:

- Geschichten
- Gedichte
- Romane
- Zeitung und Zeitschriften

Für kleine Kinder eignen sich **abgeschlossene** Geschichten, da die Kinder immer wissen wollen, wie die Geschichte endet. Wenn es möglich ist, kann das Kind mit einbezogen werden, es kann die Seiten umblättern, auf Bilder zeigen oder die Geschichte mit eigenen Worten zusammenfassen.

Betroffenen sollte ermöglicht werden, geliebte, regelmäßig verfolgte **Fernseh- oder Radiosendungen** auch in der finalen Lebensphase hören bzw. sehen zu können, wenn sie das wollen. Andere wiederum verlieren das Interesse an Medien und wollen einfach nur ihre Ruhe haben.

Anregend können zudem **Hörbücher** sein.

## 5. Kochen, backen und essen

Essen gehört zum Leben und solange der Mensch will und kann, sollte er es nach seinen Vorlieben zubereiten bzw. zubereiten lassen und genießen.

Wenn die Kraft nicht mehr ausreicht, aktiv selbst zu kochen oder zu backen, dann können alleine die Geräusche und Gerüche aus der Küche schon sehr wohltuend sein und viele schöne Erinnerungen hervorrufen. Allerdings gilt auch hier: Die erkrankte Person muss sich dabei wohlfühlen, denn es kann auch belastend sein, wenn andere in der Küche arbeiten, während sie selbst nicht mehr für sich sorgen kann.

## 6. Spielen

Vor allem Kinder brauchen Zeit zum Spielen. Spielen ist elementarer Teil der Entwicklung und Ausdrucksmöglichkeit. Diese "Normalität" sollte dem Kind so lange wie möglich angeboten werden. Spielen ist eine gute Möglichkeit, mit anderen Kindern in Kontakt zu kommen. Es kann auch dazu dienen, dass sich die Kinder nach anstrengenden Aktivitäten oder Therapien entspannen oder Ablenkung finden. Eltern, Geschwister oder Ehrenamtliche können Kinder zum Spielen ermutigen. Auch Rückzugsmöglichkeiten, wo Kinder allein spielen können, sind wichtig.

Als Beschäftigung für Erwachsene eignen sich vor allem Brett- und Kartenspiele. Kreuzwort- und Zahlenrätsel sowie Denksportaufgaben regen an und lenken ab.

## 7. Ausflüge

Schwer kranke Menschen, die mit der Gewissheit leben, bald sterben zu müssen, haben zumeist den Wunsch, noch etwas zu unternehmen. Dies kann z.B. ein letzter Ausflug zu einem Lieblingsort, zu einem Ort der Kindheit oder einer beliebten Sehenswürdigkeit sein, oder einfach nur der Aufenthalt draußen in der Natur ("raus aus dem Krankenzimmer"). Wenn es von der körperlichen Verfassung irgendwie geht, sollte man diese Wünsche erfüllen. Abhängig vom gewünschten Ziel und der körperlichen Verfassung der betroffenen Person ist die Art der Fortbewegung, z.B.:

- Spaziergang allein, mit Angehörigen oder Personen, die ihre Hilfe anbieten.
- Spazierfahrt im Rollstuhl.
- Spazierfahrt mit dem Auto.
- Ausflüge können unter Umständen mit Hilfe von [Fahrdiensten](#) und Ehrenamtlichen organisiert werden.

### 7.1. Praxistipp

Verschiedene Wohlfahrtsorganisationen, Vereine oder regionale Anbieter haben es sich zur Aufgabe gemacht, schwerstkranken Menschen ihren letzten Wunsch zu erfüllen. Dies kann eine Reise zu einem Lieblingsort, ein Konzert oder die Erfüllung einer Herzensangelegenheit sein. Begleitet werden Betroffene von Angehörigen, Fachkräften und/oder Ehrenamtlichen. Beispiele sind:

- Der ASB-Wünschewagen, Informationen und Kontakt über [www.wuenschewagen.de](http://www.wuenschewagen.de) .
- Der Malteser Herzenswunsch-Krankenwagen, Informationen und Kontakt über [www.malteser.de](http://www.malteser.de) > [Alle Angebote und Leistungen > Herzenswunsch-Krankenwagen](#) .
- Herzenswünsche e.V. - Verein für schwer erkrankte Kinder [&] Jugendliche, Informationen und Kontakt über [www.herzenswuensche.de](http://www.herzenswuensche.de) .
- Informationen zu regionalen Angeboten, sofern es diese gibt, erhalten Sie bei Verwaltungen von Städten und Gemeinden.

## 8. Phantasiereise

Viele Menschen in der letzten Lebensphase können das Bett nicht mehr verlassen. Dann kann eine Phantasiereise Abwechslung bringen. Mit Hilfe eines Textes werden die Vorstellungskraft, die Gedanken und die Gefühle angeregt, um so Neues zu erleben oder bereits Erlebtes phantasievoll neu zu beleben. Je nach Zustand der erkrankten Person kann dies entspannend oder anregend wirken. Texte für Phantasiereisen können selbst erfunden werden. Der Buchhandel bietet zudem eine große Auswahl an Phantasiereisen in Buchformat oder auf CD. Ebenso sind im Internet Textanleitungen oder Audioanleitungen, oft auch kostenlos, verfügbar. Audioanleitungen gibt es als Downloads oder bei verschiedenen Streamingdiensten.

## 9. Snoezelen

Snoezelen ist ein Kunstwort aus dem Niederländischen und wurde aus snuffelen (riechen, Schnüffeln) und doezelen (ruhen, dösen) gebildet. Es ist eine Form der Tiefenentspannung und ein Angebot für kranke Menschen, bei dem sie ruhig werden und zu sich selbst finden können. In ruhiger und stimmungsvoller Umgebung sollen Sinneswahrnehmungen ermöglicht werden. Der Patient begibt sich auf eine Entdeckungsreise, die seine Sinne stimuliert.

Snoezelenräume sind zumeist in [Kinderhospizen](#) und vereinzelt in [stationären Hospizen](#) zu finden. Die Räume sind eigens dafür gestaltet: Mit ruhiger Musik, gedämpftem Licht, Duftlampen, einer großen Liegefläche (auch Wasserbett) und schöner Dekoration mit Seidentüchern oder Naturmaterialien.

## 10. Verwandte Links

[Palliativversorgung](#)

[Palliativpflege](#)

[Sterbebegleitung](#)