

Werner Schweidtmann (2022) *Sterben – das Schwierige im Leben. Hilfen und Hinweise für die Begleitung am Lebensende*. Stuttgart: W. Kohlhammer. ISBN: 978-3-17-041797-7; 188 Seiten; Preis: D 29,00 €; E-Book 25,99 €
Dying – Hardship in life. Help and guidance for support at the end of life.

Besprochen von **Hermann Kügler SJ**, E-Mail: hermann.kuegler@gmx.de

<https://doi.org/10.1515/spircare-2023-0009>

Vorab online veröffentlicht 05.04.2023

Aus Werner Schweidtmanns Berufspraxis der Begleitung schwerkranker und sterbender Menschen und ihrer Angehörigen ist ein Buch entstanden, das die letzte große Lebenskrise des Menschen zum Thema hat: das eigene Sterben. Der Autor hat als Zielgruppe Angehörige sterbender Menschen im Blick, Pflegekräfte, Ärzt/-innen, Mitarbeiter/-innen im Hospiz oder im ambulanten Hospizdienst.

Zum Hintergrund:

- Die innere Bereitschaft zum Sterben ist grundsätzlich in jedem Menschen vorhanden, in unserem Kulturkreis allerdings bei vielen nicht unmittelbar zugänglich.
- Jeder todkranke Mensch hat die Möglichkeit, zu einer bewussten Annahme des eigenen Todes zu reifen. Dieser Reifeprozess ist keine gradlinige Entwicklung, sondern spielt sich hauptsächlich unbewusst ab.
- Wer andere am Lebensende begleitet, braucht vor allem einen Zugang zum inneren Erleben des Sterbenden, zu dem, was ihn emotional zum aktuellen Zeitpunkt beschäftigt. Den Patienten zu verstehen heißt primär, seine Gefühle zu verstehen und darauf angemessen zu reagieren.
- Dabei sind bei den meisten Patienten bestimmte Stadien der Entwicklung zu beobachten, die durch entsprechende Einstellungsveränderungen gekennzeichnet sind.
- Das Verhalten der Begleiter/-innen beeinflusst den mehr oder weniger bewussten Reifungsprozess wesentlich. Den sterbenden Patienten ist selten eindeutig klar und bis ins Letzte bewusst, was innerlich in ihnen vorgeht.

- Ihr innerer Zustand äußert sich häufig in verschlüsselten Botschaften. Begleiter/-innen sollten in der Lage sein, diese Signale zu erkennen, zu verstehen und in ihr Verhalten einzubeziehen.
- Die Kenntnis und die Wahrnehmung dieses mentalen und emotionalen Prozesses ist Voraussetzung für hilfreiches Verhalten.

Üblicherweise stehen bei der Behandlung Sterbender medizinische Aspekte im Vordergrund. Die emotionale Begleitung beim Fortschreiten der Krankheit ist jedoch ebenso entscheidend, verunsichert und überfordert die Begleitenden aber oft. Dass das Sterben zum Lebensende dazu gehört wie das Geboren-Werden zum Anfang, ist eine Binsenweisheit. Aber für alle, die mit Sterbenden zu tun haben, wird die Binsenweisheit zur mehr oder weniger schwierigen Herausforderung, manchmal zu einem Alptraum.

Immer noch bedeutet Begleitung vor allem medizinische Versorgung, auch dann, wenn diese einem palliativen Ansatz folgt. Sterben aber ist „mehr“, ist Herauslösen des Individuums aus seiner Welt mit ihren Sinnstiftungen und ihren Begrenzungen. Es ist der Zusammenbruch von Identität, von Bezügen und Beziehungen, die getragen und Halt und Stabilität gegeben haben.

Aufbau und Inhalt:

Schweidtmann beleuchtet in sieben Kapiteln unterschiedliche Verarbeitungsstrategien am Lebensende, identifiziert Kommunikationshürden und gibt Hinweise, wie eine hilfreiche und professionelle Begleitung gelingen kann.

Nach einigen grundsätzlichen Überlegungen und einem historischen Rückblick, wie Menschen zu anderen Zeiten mit den Herausforderungen des Sterbeprozesses umgegangen sind, kommen im zweiten Kapitel betroffene Menschen mit tief berührenden Lebenszeugnissen zu Wort. Die ausweglose Situation mit ihnen auszuhalten und ihnen zuzuhören verhindert, dass der Begleiter oder die Begleiterin selbst am besten zu wissen meint, was für den Sterbenden hilfreich ist. Die Selbstbeschreibung „ich bin hilflos“ umzuformulieren zu „ich bin hilfsbedürftig“ bedeutet einen erheblichen Unterschied in der Selbstwahrnehmung: von „ich bin nutzlos und nur noch eine Last“ zu „ich kann und darf die Hilfe annehmen, die ich nun in meiner jetzigen Situation benötige“. Das Ziel ist Selbst-Akzeptanz statt Selbst-Entwertung.

Herzstück des Buches ist das dritte Kapitel: wie bewältigen Begleiter/-in und Sterbende/-r die Wahrheit, dass das Leben zu Ende geht? Der Autor stellt fest: „Die wissen-

schaftliche Medizin stellt den Ärzten bisher wenig Hilfeleistung für den Umgang mit Sterbenden zur Verfügung. Im Allgemeinen wird dieser Bereich der ‚ärztlichen Kunst‘ zugeschrieben und damit auch aus dem Bereich des Lehr- und Lernbaren ausgeklammert“ (77). Das Sich-Einlassen-Müssen auf eine/-n Sterbende/-n kann man am ehesten dadurch umgehen, dass man sich nur für den Körper, nicht aber für die ganze Person interessiert.

Soll der Arzt dem Patienten „die Wahrheit“ über seinen Zustand sagen? Der Autor referiert und diskutiert die Gründe, die dafür und dagegen sprechen. Das psychoanalytische Konzept der „Abwehr“ ist dabei eine erprobte Verstehenshilfe, um sich in der begleitenden Rolle in den Patienten einfühlen zu können. Dasselbe gilt für den Begriff „Middle Knowledge“, also das Zwischenstadium zwischen Bewusstheit und Verleugnung einer zum Tode führenden Erkrankung.

Für den Aufbau einer hilfreichen Beziehung zu Schwer- und Todkranken gilt es Folgendes zu beachten: Der Kranke gibt Richtung und Tempo der Gespräche vor, nicht die Begleiterin. Dabei durchbreche die Begleiterin nie seine Abwehr und konfrontiere nicht mit Verweis auf die „harten Fakten der Realität“. Er möge aber alle Gefühle akzeptieren, insbesondere die von Zorn und Wut. Bei heiklen Informationen kommt es auf die „Dosierung“ an, auf „Takt und Timing“, nicht auf harte Sachlichkeit.

Hilfreiche Erkenntnisse, wie Sterben zu bewältigen ist und wie unterschiedliche Persönlichkeitstypen sich ihm stellen, beleuchten das vierte und fünfte Kapitel. Das bekannte Phasenmodell von Kübler-Ross ist überfordert bei der Frage, warum der eine Patient seine Situation gut bewältigt und der andere gar nicht. Hier hilft die Stress- und Copingforschung weiter. Die Situationsbewältigung wird vor allem bestimmt durch die Bedeutung, die die erlebende Person einem Ereignis gibt.

Das Wissen über bestimmte Grundstrukturen der Persönlichkeit hilft, Menschen zu verstehen und individuell zu begleiten. Ausführlich stellt der Autor das Persönlichkeitsmodell von Fritz Riemann („Grundformen der Angst“) dar, bezieht sich damit aber auf den Kenntnisstand der Fünfziger- und Sechzigerjahre des vergangenen Jahrhunderts. Gut gelungen ist seine Darstellung des Verhaltens der vier Persönlichkeitstypen in Krisensituationen und damit auch beim Zugehen auf das eigene Sterben.

Kapitel sechs beschäftigt sich mit den Angehörigen und Kapitel sieben damit, was Sterbende in ihrer letzten

Lebensphase brauchen und wie also professionelle Begleiter/-innen in ihrem Kontakt und Verhalten im besten Sinne hilfreich sein können.

Die Erfahrung vieler Mitarbeiter/-innen im Krankenhaus ist: mit den Patient/-innen kommen sie schon klar – das Problem sind die Angehörigen. Auch sie müssen – sozusagen „auf der anderen Seite“ stehend – loslassen, sich auf eine endgültige Situation und unausweichliche Wirklichkeit einstellen und mit einer völlig veränderten Beziehungsdynamik klarkommen. Der Autor warnt davor, sich zu sehr mit einzelnen Patient/-innen und/oder Angehörigen zu identifizieren und sie sozusagen „mit nach Hause zu nehmen“. Selektive Empathie ist geboten!

Schweidtmann plädiert dafür, die Angehörigen von Anfang an in den Sterbeprozess mit einzubeziehen, sie nach dem Tod den toten Leib berühren zu lassen und damit ganz sinnfällig die neue Realität zu „begreifen“.

Der Autor macht nachdrücklich darauf aufmerksam: in einer nur medizinischen Zugangsweise, die den Tod als Scheitern der ärztlichen Bemühungen erlebt, sind Wünsche nach Trauerarbeit oder seelischer Unterstützung überhaupt nicht im Blick. Aber Medizin ist keine reine Naturwissenschaft, sondern hat als „Heilkunst“ mit lebendigen Menschen mit Leib und Seele zu tun. Deswegen wird eine nur medizinische Vorgehensweise dem sterbenden Menschen nicht gerecht. Dies ernst zu nehmen hat Konsequenzen für ärztliches und pflegerisches Handeln und bedeutet die Notwendigkeit der Aufwertung der „sprechenden Medizin“. Gute Gesprächsführung kann man lernen!

Summa summarum: das vorliegende Buch leistet einen wichtigen Beitrag dazu, den Umgang mit Menschen am Lebensende zugewandter, angstfreier und gelassener zu gestalten. Wer eher konzeptuell und theoretisch interessiert ist, der findet einen hilfreichen Überblick, wie die letzte Lebensphase menschlich und spirituell begleitet werden kann und was dabei zu berücksichtigen ist. Wer am Sterbebett steht oder sich darauf vorbereitet, wird dankbar für solide aufbereitete Hintergrundinformationen sein (etwa in den Kapiteln zur Bewältigungsforschung und zur Persönlichkeitspsychologie), die den „state of the art“ wiedergeben.

Praxisbeispiele, Interviews und sorgfältig kommentierte Verbatims zeigen, dass hier ein erfahrener Praktiker schreibt, der zugleich über einen breiten konzeptuellen Hintergrund verfügt.