

Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift
Band: 86 (2015)
Heft: 11: Übergänge : wenn das Leben eine Wendung nimmt

Artikel: Wie soll man damit umgehen, wenn einen die Toten nicht in Ruhe lassen? : Die Verstorbenen bleiben ein Teil des Lebens
Autor: Will, Isabelle
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-804631>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 08.11.2024

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Wie soll man damit umgehen, wenn einen die Toten nicht in Ruhe lassen?

Die Verstorbenen bleiben ein Teil des Lebens

Wie können neue Formen der Beziehung zwischen Lebenden und Verstorbenen geschaffen werden? Unsere Autorin beschloss, neue Ansätze zu suchen, um Menschen zu helfen, gelassener mit dem Verlust eines geliebten Menschen umzugehen.

Von Isabelle Will*

Die Fortschritte in der Medizin, die Medikalisierung des Sterbens und die Einschränkungen des städtischen Lebens haben unsere Beziehung zum Tod verändert. Der Begriff vom «guten Sterben» hat der Entmenschlichung des Todes Vorschub geleistet. Entmenschlicht, weil das Sterben nicht mehr im Beisein von Nahestehenden und Familienmitgliedern erfolgt und eher auf die Anwesenheit und Kompetenz von Spezialisten für «gutes Sterben» vertraut wird.

Heutzutage sterben die meisten Menschen im Spital oder in Einrichtungen für Pflegebedürftige. Die danach folgenden Rituale wie Kremation oder Begräbnis markieren den Beginn der Arbeit des Vergessens. Die Trauer ist somit keine erforderliche Zeitspanne mehr. Sie soll abgekürzt und möglichst kurz gehalten werden.



* **Isabelle Will** ist Geriaterin. Die frühere Klinikleiterin in den Abteilungen Palliativmedizin und Geriatrie der Universitätsspitaler Genf ist seit 2012 beratende Ärztin in zwei grossen Pflegeheimen des Kantons Genf und beteiligt sich an verschiedenen Reflexionsprojekten rund um das Älterwerden.

ten werden. Um zu lernen, sich vom Tod und vom Verstorbenen zu lösen und ihn nach und nach zu vergessen.

Was aber bleibt von der Verbindung zwischen den Verstorbenen und Hinterbliebenen? Wo sind die Verstorbenen? Bleiben uns die Verstorbenen nur im tiefsten Inneren erhalten oder können wir sie weiterhin als soziale Wesen betrachten? Könnte der Verlust mit grösserer Gelassenheit erlebt werden, wenn die Lebenden ebenso wie der Verstorbene einen Umwandlungsprozess durchlaufen würden? Kann es sein, dass ein gut verlaufender Umwandlungsprozess des Toten den des Hinterbliebenen beeinflusst?

Ein Teil der lebendigen Welt

In meiner Praxis als Geriaterin in einem Pflegeheim lernte ich rasch, dass die Verstorbenen ein Teil der Welt der Lebenden sind und dass es nötig ist, sich um sie zu kümmern.

Einem durch den Tod seiner kürzlich verstorbenen Frau tieftraurigen und von Schlaflosigkeit gequälten Partner in meiner Sprechstunde zuzuhören und ihm zu versichern, dass der Schmerz allmählich

nachlassen würde, genügte mir nicht mehr. Es gibt Verstorbene, die ihre Hinterbliebenen um den Schlaf bringen, jedes Schlafmittel unwirksam machen und über die Weiterlebenden eine Macht ausüben, die man nicht banalisieren sollte.

Hier geht es nicht um die Frage nach einem Leben nach dem Tod aus theologischer oder esoterischer Sicht, es geht vielmehr darum, wie Trauer neu betrachtet werden kann. Und vor allem darum, was wir mit den Verstorbenen machen. Wie können wir sie wieder in Verbindung mit den Hinterbliebenen bringen? Wie bringt man sie zum Sprechen? Und schliesslich, wie kön-

Wie können Solidaritätssysteme auch nach dem Tod aufrecht-erhalten werden?

>>



Trauernder Witwer: Es gibt Verstorbene, die nicht weggehen, die ihre Hinterbliebenen um den Schlaf bringen, jedes Schlafmittel unwirksam machen und über die Weiterlebenden eine Macht ausüben.

Foto: Shutterstock

nen wirksame Solidaritätssysteme auch nach dem Tod aufrechterhalten werden?

Ich beschloss also, mich in meiner Betreuung auf die Verbindung zwischen dem Hinterbliebenen und dem Verstorbenen zu konzentrieren. Im Wissen, dass der Verstorbene ein sozial geprägtes Wesen ist, stellte ich mir die Frage, wie ich in einer ersten Phase die Beziehung des Hinterbliebenen zum Verstorbenen umwandeln könnte, um so einen einzigartigen Ansatz zu schaffen. Im Anschluss daran geht es darum, den Verstorbenen selbst so umzuwandeln, dass er sich des Hinterbliebenen annimmt.

Erzählungen ermöglichen uns, gesellschaftliche Darstellungen des Todes näher zu betrachten. Die Geschichten des Lebens – und des Todes – hängen vom Kontext ab, in dem sie zusammengetragen werden. Ich musste die Trauernorm daher verschieben, um etwas daraus zu machen. Über die kollektive Denkweise hinausgehen, die Trauer allzu oft dadurch bewältigen will, dass über den Hinterbliebenen und darüber, «wie ohne den anderen gelebt werden kann», gesprochen wird.

Es geht darum, über die Denkmuster des Klagens und des Verlusts hinauszugehen und die Trauernden als Wesen zu betrachten, deren Beziehung zum Verstorbenen sich in einem dynamischen Umwandlungsprozess befindet, und den Verstorbenen als Wesen zu sehen, das gerade erst im Entstehen begriffen ist.

Wie rede ich mit den Toten?

Hierfür musste ich jedoch erst verstehen, welche Vorstellungen sich die Hinterbliebenen von der Welt der Verstorbenen machen, und wie ich sie dazu bringen könnte, sich auf diese Welt einzulassen. Auch musste ich mir darüber klar werden, wie ich meine Gespräche angemessen führen konnte, da mir durchaus bewusst war, dass diese von der ärztlichen Behandlungsnorm

abweichenden Neuerungen, die Vinciane Despret, Philosophin der Lebenswissenschaften, «Leerstellen in der Praxislandschaft» nannte, bei meinen älteren Patienten Widerstand gegen meine Therapieangebote auslösen könnten.

Allerdings war dies aber gar nicht so sehr der Fall. Auch wenn Zwischenphasen eingebaut werden mussten und Fragen aufkamen, haben sich die Gespräche mit meinen Patienten und ihren Verstorbenen neu zusammengefügt. Die Grenzen der üblichen Gespräche verschwanden allmählich, und es eröffneten sich neue, interessante Möglichkeiten.

Die Verstorbenen haben uns etwas zu sagen

Ich war zunächst erstaunt, wie sehr die Verstorbenen noch lebendig waren. In vielen Fällen von Depression, Angst und Schlaflosigkeit sprachen meine Patienten von der «physischen» Präsenz des geliebten Verstorbenen. Einer meiner Patienten hörte, wie seine verstorbene Gattin neben ihm schlief, was ihn sehr verängstigte. Ein anderer sprach mit seiner kürzlich verstorbenen Frau und «sah» sie neben sich.

So begleiten uns die Verstorbenen im Alltag auf eine mehr oder weniger wohlwollende Weise, lassen uns jedoch nur selten unberührt. Sie veranlassen uns, Dinge zu tun, indem sie uns innerlich berühren und bewegen.

Der Gedanke des Todes als eine «handelnde» Person gefiel mir. Daher wurde es für mich vor diesem Hintergrund einfacher, andere therapeutische Ansätze auszuloten. Ich besprach mit meinen Patienten, wie wichtig es sei, sich den Verstorbenen zuzuwenden. Ihnen einen Platz in unseren Gesprächen, aber auch in unserem Alltag einzuräumen, sollte es ermöglichen, all denjenigen, deren Leben durch einen Verstorbenen vollkommen durcheinandergeraten war, einen praktischen Sinn zu geben. Den Trauernden zu sagen, dass die Verstorbenen uns

etwas zu sagen haben, war nicht einfach, und manchmal konnten die Gespräche danach nicht weitergeführt werden. In den meisten Fällen jedoch kam die Einsicht, dass wir den Verstorbenen helfen müssen, uns zu begleiten, und dies, wenn möglich, wohlwollend zu tun.

Wenn der Gedanke einmal akzeptiert werden konnte, dass der Verstorbene unsere Zuwendung braucht, und nicht der Trauernde, veränderten sich die Gespräche und es wurde möglich, einen Schritt weiterzugehen.

Meine Patienten und ich haben uns unser eigenes «Fegefeuer» geschaffen: Die Verstorbenen in unserer Sprache und unseren Gesprächen vermehrt präsent werden zu lassen, uns zu fragen, was der Verstorbene möchte, ihm einen Platz in unserem Alltag einräumen, indem wir kleine Präsenzrituale einführen und über neue Arten der Trauerbewältigung nachdenken.

Ein Beispiel aus der Praxis

Ich habe mit Victor (Name geändert) daran gearbeitet, welchen Platz seine Frau in seinen schlaflosen Nächten einnahm. Als Victor zu mir in die Sprechstunde kommt, ist er erst seit kurzer Zeit Witwer – zum zweiten Mal in seinem Leben. Der Tod seiner ersten Frau vor vielen Jahren hatte ihm damals keine besonderen Probleme bereitet. Heute weiss er nicht, wie er in den Schlaf kommen soll. Die seit Langem verschriebenen Schlafmittel wirken nicht mehr. Seine zweite Frau war an einer schweren Demenz erkrankt, und er hatte sie bis zum letzten Atemzug zuhause gepflegt und begleitet. Danach begab er sich selbst ins Altersheim, um nicht unter der Einsamkeit zu leiden. Als Victor zu mir kommt, spricht er nicht sofort von seiner Frau. Er möchte, dass ich ihm ein anderes Schlafmittel verschreibe. Er gibt mir aber auch einige Hinweise: Jede Nacht wache er wegen eines Geräusches auf, das er nicht genau definieren könne.

Da ich wusste, dass die letzten Wochen im Leben seiner Frau von unruhigen Nächten bestimmt waren, stellte ich mir die Frage, ob sie Victor nicht auch weiterhin unruhige Nächte bescherte. Ich spreche mit ihm darüber. Er gesteht mir, dass er auch schon daran gedacht habe, jedoch fürchtete, dass ich ihn für verrückt halten würde. Das Gespräch nimmt eine interessante Wendung. Er hat den Eindruck, dass er seine Frau nachts neben sich atmen hört, was ihn ängstigt und ihn am Einschlafen hindert. Im weiteren Verlauf des Gesprächs gesteht er mir, dass er sich in letzter Zeit über kritische Anmerkungen anderer Heimbewohner Gedanken macht, die seine Treue gegenüber seiner Frau während all dieser Jahre anzweifeln. Diese Andeutungen sind für ihn umso schmerzhafter, als dass er ein bemerkenswerter und treuer Ehemann war. Da ich bereits ohne Erfolg versucht hatte, seine Schlaflosigkeit mit einer anderen Medikation entgegenzuwirken, beschäftigten wir uns in unseren Gesprächen nun vermehrt mit der Möglichkeit, dass seine Ehefrau vielleicht eine «unruhige Verstorbene» sein könnte, die sich gegen die Schlafmittel wehre, und wir uns daher eher mit ihr als mit seiner Schlaflosigkeit auseinandersetzen sollten.

Die Rechnung «begleichen»

Ich vereinbarte also mit Victor das folgende Vorgehen: Jeden Abend vor dem Schlafengehen sollte er sich mit seiner Frau in seinem Zimmer «verabreden» und mit ihr sprechen. Er fügte diesen «Treffen» einige Rituale hinzu: eine Kerze, ein Foto und Musik. Die Möglichkeit, ihr erklären zu können, was für ein Ehemann er gewesen war, ihr seine Treue zu versichern, all dies konnte der «Unruhe» seiner Ehefrau möglicherweise entgegenwirken und seine eigenen Nächte wieder friedlicher werden lassen.

Nach einer Woche konnte Victor wieder schlafen, ohne Medikamente. Ich habe nie erfahren, was genau er zu seiner Frau sagte, aber es half ihm, seine Rechnung mit ihr zu «begleichen», wie er mir später erzählte. Ihre Trennung war nicht richtig abgeschlossen, so musste zunächst die «Leerstelle» zwischen

ihnen gefüllt werden. Das erklärt vermutlich, warum sie weiterhin in seinen Gedanken kreiste. Die Erfindung eines persönlichen Rituals, anhand dessen er sich mit der Verstorbenen auseinandersetzen konnte, ermöglichte ihm, etwas in ihrer Beziehung zu reparieren und die Verstorbene zu verwandeln. Somit wurde sie zu einer «handelnden» Persönlichkeit im Leben des Trauernden.

Den Ausbruch aus der vorgegebenen Ordnung wagen

In einer Situation, in der die westliche Medizin eine Diagnose gestellt hätte – in Victors Fall eine schwere depressive Episode mit psychotischen Symptomen, für die er sicher eine entsprechende Medikation erhalten hätte –, erschien es mir konstruktiver, aus dem normativen Diskurs auszubrechen und nur Victors Diskurs beizubehalten, der es ihm ermöglichen sollte, seine verstorbene Frau in Frieden gehen zu lassen. Die vorherrschende Betrachtungsweise zwingt uns, die Trauer aus dem Blickwinkel des Schmerzes zu sehen. Dies ist die eine Sicht der Dinge. Hieraus ergibt sich jedoch die Gefahr des Denkmodells, dass die Beziehung zum Verstorbenen zwangsläufig als pathologisch zu betrachten sei. Die Wirklichkeit ist jedoch unendlich komplexer. Der Verstorbene und die Art und Weise, mit denen er sich manifestiert, sollten niemals ausser Acht gelassen werden.

Weitaus interessantere Möglichkeiten ergeben sich, wenn etwas aus der Beziehung zum Verstorbenen so eingerichtet wird, dass dieser als sozial aktives Wesen betrachtet werden kann, das wir benötigen und das uns ermöglicht, einen Verlust mit mehr Gelassenheit zu erleben.

Man kann sich übrigens leicht vorstellen, dass dies auch für andere medizinische Problemfelder zutrifft – eine Erfahrung, die ich immer wieder mache. Wenn auch gewisse Ansätze ausserhalb der Norm zu liegen scheinen, stellen sie genau das infrage, was die Einzigartigkeit der Person ausmacht – und gerade dort sollte neu angesetzt werden.

Victor konnte seine Ehefrau anhand seiner ungewöhnlichen Gespräche wieder auferstehen lassen. Ich kann diesen Ansatz nicht als Ursache für eine Störung der normativen Trauer, vielmehr als eine auf ihn zugeschnittene Lösung erachten. ●

**Meine Patienten
und ich haben
uns unser eigenes
«Fegefeuer»
geschaffen.**

**Erzählungen
ermöglichen uns,
Darstellungen des
Todes näher zu
betrachten.**
