

Kurzfassung eines Vortrages beim Seminarwerk AIDS am 19.12.1996

In unserer Zeit sind die alten Bräuche um Tod und Sterben beinahe in Vergessenheit geraten. Der Tod gilt heute als Tabu.

Deshalb kommt es heute immer häufiger vor, daß Menschen, die in ihrer Umgebung von Sterben und Tod betroffen werden, psychisch nicht mehr mit ihrer Trauer fertig werden. Sie erkranken im wahrsten Sinne des Wortes an der Trauer, denn ihnen fehlen die althergebrachten "Ventile", die Trauer herauszulassen.

Der Tod ist eigentlich - wie die Geburt - ein ganz natürliches Ereignis, das für jeden Menschen zum Leben dazugehört. In unserer modernen Gesellschaft sind viele Erwachsene in ihrem engeren Umfeld noch nie mit diesen Themen konfrontiert worden. In der Bundesrepublik werden Alter und Krankheit, Sterben und Tod weitgehend aus dem Bewußtsein der Masse und des einzelnen verdrängt und die damit zusammenhängenden Probleme meist öffentlichen Institutionen überantwortet. So sterben inzwischen fast 90 Prozent aller Deutschen in Kliniken und Heimen.

Zu Beginn unseres Jahrhunderts waren Tod und Sterben bereits in der kindlichen Erlebniswelt natürliche Vorgänge. Mehrere Generationen einer Familie lebten unter einem Dach. Geburt, Alter und Sterben, ebenso wie der Tod und die Begräbnisfeier, spielten sich in der engeren Umgebung jedes Menschen ab. Schon Kinder und Jugendliche waren in der Lage, den Prozeß des Sterbens, Tod und Trauer als natürliche Abschnitte des Lebens zu erfahren.

Unendlich viel Angst - auch vor dem eigenen Tod - ließe sich durch die Erfahrung abbauen, wieviel intensives Leben oft bis in die letzten Stunden hinein möglich ist, wenn guter menschlicher und ärztlicher Beistand geleistet wird. Engagierter Lebensbeistand für die Sterbenden und ihre Angehörigen, liebevolle menschliche Zuwendung, gute Pflege und - falls erforderlich - eine optimale Schmerztherapie ermöglichen, daß Menschen, wo immer es geht - und es geht eben viel öfter, als man glaubt - da sterben, wo auch 92 Prozent der Deutschen gerne Sterben würden; zu Hause.

Viele Helfer machen dabei die Entdeckung, daß sie nicht nur geben, sondern etwas zurückbekommen, was ihr Leben meist reicher macht.

Hilfe beim Sterben und sterben lassen sollen nicht nur die Kranken erhalten. Die Fürsorge muß auch mitbetroffenen Angehörigen und Freunden gelten. Auch über den Tod des Sterbenden hinaus. Denn Menschen, die einen Angehörigen in seinen letzten Lebensstagen umsorgen konnten und die man auch mit ihrer Trauer nicht alleine läßt, haben kein schlechtes Gewissen, verdrängen nicht, verlieren oft die Angst vor dem eigenen Tod und leiden dadurch wesentlich weniger unter sonst üblichen vielfältigen Folgekrankheiten.

Nach dem Tod eines Patienten ist für die Hinterbliebenen der letzte Blick auf den Verstorbenen zugleich ein bedeutender, wenn auch schmerzlicher Blick auf die Realität, die nun beginnt. Dieser letzte Blick ist oftmals der erste Schritt zur gesunden Trauer. Heute wird den Hinterbliebenen oft der wohlmeinende Rat gegeben, auf ein letztes Abschiednehmen zu verzichten und den Sarg nicht mehr zu öffnen. Auf diese Weise möchte man der Familie weiteren Schmerz ersparen. Leider bringt man sie aber gerade durch diesen Verzicht um die Möglichkeit, durch den bewußten Abschied ein Stück wichtiger "Trauerarbeit" zu leisten.

Um den erlittenen Verlust wirklich zu bewältigen braucht der Mensch Zeit und Gelegenheit.

Trauerarbeit nennt die Psychologie den Prozeß, der immer dann abläuft, wenn wir Menschen von liebgewonnenem Abschied nehmen müssen. Besonders schwierig wird die Trauerarbeit immer dann, wenn ein uns nahestehender Mensch stirbt. Über Jahrtausende hinweg hat die Menschheit für diesen Fall Rituale entwickelt, die helfen, mit der Situation fertig zu werden. In unserer modernen Gesellschaft sind diese alten Traditionen beinahe in Vergessenheit geraten. Tod und Sterben werden verdrängt, die trauernden Familien werden von der Gesellschaft allein gelassen.

Immer häufiger kommt es heute vor, daß Menschen psychisch nicht mehr mit ihrer Trauer fertig werden. In unserer Zeit wird oft vergessen, daß Trauer etwas ganz natürliches ist. Jeder Mensch hat das elementare Recht zu trauern. Trauer zuzulassen und die Phasen zu be-

greifen, ist der einzige Weg, sie zu überwinden.

Der Referent dieses Abends, Dipl.-Kfm. Karl Steenebrügge, ist Geschäftsführer des Bestattungshauses Bakonyi in Aachen. Bakonyi ist seit Jahren sehr engagiert im Bereich Trauerbegleitung tätig. Sichtbarstes Zeichen dafür ist der Abschiedsraum, der einzige in einem Bestattungshaus im Raum Aachen. Er bietet die Chance des Abschieds in Ruhe und Würde, die viele öffentliche Friedhofhallen nicht bieten können.

Karl Steenebrügge selbst hat sich während seines Studiums an der RWTH Aachen und der Universität zu Köln, übrigens auf ausdrücklichen Wunsch seines Professors, wissenschaftlich intensiv mit den psychologischen, soziologischen und wirtschaftlichen Aspekten des Ausnahmebereiches "Bestattungsmarkt" beschäftigt. Neben der Geschäftsführertätigkeit ist er Mitglied der "Aachener Hospizgespräche" und Gastdozent an den Fachschulen für Altenpflege und weiteren Bildungseinrichtungen.