

Zwei Bücher zur Trauerbegleitung

Zu:

(1) Kerstin Lammer: Den Tod begreifen. Neue Wege in der Trauerbegleitung. Neukirchen-Vluyn: Neukirchener Verlag, 2003. 288 S. / sFr. 44.50; Euro 24.90 (D); 25.60 (A) / ISBN 3-7887-2019-0.

(2) Marlies Bernhard, Doris Kellner, Ursula Schmid: Wenn Eltern um ihr Baby trauern. Impulse für die Seelsorge – Modelle für Gottesdienste. Freiburg i.Br.: Herder, 2003. 187 S. / sFr. 26.80; Euro 14.90 (D); 15.40 (A) / ISBN 3-451-28210-0.

Von Stefan Staubli

(1) Kerstin Lammer: Den Tod begreifen. Neue Wege in der Trauerbegleitung. Neukirchen-Vluyn: Neukirchener Verlag, 2003.

Das Buch von Kerstin Lammer hält, was es verspricht.

Da wird das ganze weite Feld der neueren internationalen Trauerforschung abgeschritten und auf deren Bedeutung für eine hilfreiche Trauerbegleitung hin befragt. So entsteht nicht nur ein übersichtlich systematisiertes Kompendium der neueren Trauerforschung, sondern Hand in Hand damit ein fundiertes Konzept für eine perimortale Trauerbegleitung, also eine Trauerbebegleitung im unmittelbaren Umkreis des Sterbens. Denn hier setzt das grosse Thema und Anliegen dieser Studie, die an der Theologischen Fakultät in Kiel im Wintersemester 2002/03 als Dissertation angenommen wurde, an: „Trauerbegleitung beginnt heute zu spät ... sollte schon dann und dort ansetzen, wo die erste Aufgabe, die Trauernde bewältigen müssen, körperlich angegangen werden kann: die Realisierung des Todes. Trauerbegleitung sollte dann und dort beginnen, wo der Tod wirklich eintritt und wo ich ihn sehen, hören, riechen und begreifen kann: in der Todesstunde, am Sterbe - und Totenbett.“ (14)

Offenbar ist Kerstin Lammer hierbei auf eine eklatante Forschungs- und Praxislücke gestossen, die sich nicht allein mit einer allgemeinen Todesverdrängung in der modernen Gesellschaft erklären lässt. Doch wo die (an sich unbegreifliche) Realität des Todes nicht begriffen wird, ist der Weg eines unumgänglichen und normalen Trauerprozesses im Ansatz gestört. In der Folge sind oftmals aufwendige therapeutische Verfahren nötig, welche die Spätfolgen unterdrückter und nicht bearbeiteter Trauer rückgängig zu machen suchen und eben versuchen, „zur ersten Phase der Trauer zurückzukehren, die zur Zeit des Verlustes übergangen worden war.“ (222) So plädiert Kerstin Lammer vehement für eine perimortale Trauerbegleitung, welche diese „Schlüsselsituation des Trauerprozesses“ wahrnimmt, zur Todeszeit und den ersten Minuten und Stunden unmittelbar davor und danach präsent ist. „Ob es hier zur Realisierung des Todes resp. des erlittenen Verlustes und zur Auslösung der Trauer kommt, ob Trauerreaktionen freigesetzt oder im Ansatz unterdrückt werden, ist nach allem,

was wir wissen, für den weiteren Verlauf des Trauerprozesses und für die psychische und physische Gesundheit der Betroffenen von entscheidender Bedeutung.“ (22)

Damit wird vom Anfang bis zum Schluss wohltuend deutlich, dass hier eine wissenschaftliche Studie mit explizit pastoralpsychologischem Hintergrund und seelsorgerischen Ambitionen vorliegt. Selbst dort, wo die Autorin (selber Pfarrerin mit Erfahrungen als Krankenhaus-Seelsorgerin in den USA) kompetent durch einen wahren Dschungel von verschiedensten Trauertheorien führt, bleibt das praktische Anliegen der Trauerbegleitung gewahrt, werden die gewonnenen Erkenntnisse aus den Bereichen der Medizin (insbesondere Psychiatrie) und der Psychologie (einschliesslich Sozial- und Pastoralpsychologie) daraufhin befragt. Immer wieder wird die systematische und kritische Darstellung von Ansätzen, welche eine Deutung der Verlusterfahrung (sog. explikatorische Modelle) versuchen und solchen, die mehr eine Beschreibung der Trauerreaktionen (sog. deskriptive Modelle) vornehmen, unterbrochen und auf Interventionsregeln wie auch Risikofaktoren in der Begleitung von Trauernden resp. Einsichten für die Bewältigung von Trauer hingewiesen.

Dabei scheut sich die Autorin nicht, fast schon trauertheoretische Dogmen anzuzweifeln und z. B. den Mythos „Schockphase“ zu hinterfragen. Demnach müssten Trauernde nämlich „in den ersten Stunden und Tagen nach dem Todesfall generell das Bild der Erstarrung bieten, ihr Bewusstsein, ihre Wahrnehmung und Handlungsfähigkeit müssten stark eingeschränkt sein, sie selbst wie gelähmt, wie betäubt.“ (199) Nun aber kommen klinische Erfahrung wie auch empirische Untersuchungen zu ganz anderen Ergebnissen, indem diese schon für die ersten Minuten und Stunden nach dem Todesfall eine große Diversität und besondere Heftigkeit erster Trauerreaktionen hervorheben und belegen, „dass die Sterbesituation (bzw. der Empfang der Todesnachricht und das Aufsuchen des Sterbeortes) den Hinterbliebenen oft noch nach Jahren in lebhafter Erinnerung und stark affektiv besetzt bleibt, mithin selbst eine Schlüsselszene des Trauerprozesses ist“. (201f)

Und die empirisch falsche Annahme einer „Schockphase“, wie sie z.B. im populären Phasenmodell von Kübler-Ross postuliert und seither vielfältig rezipiert wurde und wird, hat Folgen: „Der logische Schluss aus der falschen Annahme lautet nämlich, Begleitung oder Intervention in der Frühphase des Trauerprozesses seien unnötig, bzw. unsinnig, weil die Betroffenen im Zustand des Schocks sowieso kaum in der Lage seien, zu denken, zu empfinden oder sich zu äussern. ...“. (201)

Nachgerade für diese Frühphase, die von prägender Bedeutung für den Verlauf von Trauerprozessen ist, sieht Kerstin Lammer eine ganze Reihe sinnvoller Aufgaben einer hier ansetzenden perimortalen Trauerbegleitung. In ihrem eigenen Aufgabenmodell bzw. „Anforderungsprofil der Trauerbegleitung“, als handfestem Ertrag ihrer ausgedehnten Untersuchung zur Trauerforschung, nennt sie folgende Punkte: Hilfe zur Realisierung des Todes und Reaktionsauslösung der Trauer, die Validierung des Verlustes wie auch die Evaluierung von Bewältigungsressourcen (soziales Umfeld, Persönlichkeit u.a.) und Risikofaktoren. Nebst der (späteren) Hilfe zur Rekonstruktion der Lebens- und Beziehungsgeschichte von Verstorbenen und Hinterbliebenen und der Gestaltung des

Abschieds, sind die obgenannten Punkte alles vordringliche Aufgaben und Funktionen perimortaler Trauerbegleitung – weil diese Aufgaben „angesichts des Todes, bzw. angesichts des Übergangs eines Menschen vom Leben zum Tod – also am Totenbett – am ehesten in Gang gesetzt werden können.“ (228f)

Damit leitet die Autorin zum dritten Teil ihrer Studie über, wo die gewonnenen Einsichten zur (perimortalen) Trauerbegleitung am Beispiel der Krankenhauseelsorge verifiziert und noch einmal konkretisiert werden. Dass sie dabei das Krankenhaus als Anwendungsbereich wählt, erklärt sich mit der Tatsache, dass hier in der modernen westlichen Gesellschaft bei weitem die meisten Menschen sterben (knapp 50% der Sterbefälle, gefolgt von Alten- und Pflegeheimen mit weiteren 25-30% der Sterbefälle). Und hier verortet die ambitionierte ref. Theologin und Seelsorgerin kirchlichen Handlungsbedarf, nicht zuletzt weil die kirchliche Bestattung einen deutlichen Nachfrageverlust erlebt und offenbar ergänzt werden muss durch weitere resp. andere Angebote.

„Ich plädiere deshalb dafür“, so schreibt sie bereits in der Einleitung, „wo immer möglich, kirchlicherseits eine perimortale Trauerbegleitung anzubieten, m.a.W. für eine seelsorgliche Intervention bei der ersten Gelegenheit – die übrigens in zahlreichen Fällen zugleich die letzte Gelegenheit sein dürfte, Trauernde mit einem professionellen Begleitangebot zu erreichen. – Doch die Kirche kann im Trauerfall mehr und noch anderes als die Bestattung anbieten. Sie muss es auch, damit ihr die Expertise im Todes- und Trauerfall nicht weiter entgleitet. – Denn Kirche ist gefordert, ihren Beitrag zur Sterbe- und Trauerkultur unserer Gesellschaft zu leisten. Hier, wo Menschen angesichts des Todes existentiell angesprochen und ansprechbar sind, ist ihr seelsorgliches Angebot gefragt.“ (22f)

Tatsächlich geht es hier um weit mehr als nur den Erhalt eines kirchlichen Aufgabengebietes oder gar die Eroberung neuer Aufgabenfelder! „Der Tod ist der ‚Ernstfall‘ des Glaubens. Wo er eintritt, ist Kirche im Zentrum ihrer Aufgabe gefordert. Deshalb hat die Kirche im Todesfall präsent zu sein; deshalb gehört sie an die Seite der Trauernden; deshalb haben die kirchlichen Amtspersonen ihre Kompetenz nicht nur für den Todes- und Trauerfall auszubilden, sondern auch durch ihn bzw. von ihm her! Der Tod hat hermeneutische Funktion – er ist der Lehrmeister des Lebens und des Glaubens. Mit ihrer Präsenz im Todes- und Trauerfall hat Kirche deshalb einen Dienst an den Betroffenen, an der Gesellschaft und an sich selbst zu leisten.“ (47)

Dass und auf welche spezifische Weise Seelsorgerinnen für diese Aufgabe geeignet sind durch ihre Ausbildung als TheologInnen bzw. ihre Tätigkeit als Pastorinnen wird im besagten dritten Teil an einer dreifachen pastoralen Kernkompetenz festgemacht: den „Wahrnehmungs-, Deutungs- und Vermittlungskompetenzen.“ (235) Im Unterschied zu anderen Berufsgruppen im Krankenhaus kann deshalb von Seelsorgerinnen in der perimortalen Trauerbegleitung erwartet werden, dass sie in der Lage sind, „Trauerreaktionen zu fördern, weil ihre Leistung weniger im ‚Machen‘ und ‚Tun‘ besteht (vor allem nicht darin, etwas gegen Tod und Trauer zu tun), als zunächst darin, Trauernde so empfinden, reagieren und sein lassen zu können, wie

es deren augenblicklicher äusserer und innerer Realität entspricht, und dieses mit ihnen zu (er)tragen.“ (259)

Gleichwohl beschliesst Kerstin Lammer ihre Ausführungen mit einigen Verhaltenstipps für die Praxis („Dos und Dont's“), wodurch die praxisnahe und pastoralpsychologische Note dieser Studie unterstrichen wird. So wünsche ich Kerstin Lammers Studie „eine breite Rezeption“ (so Yorick Spiegel in seinem Geleitwort) und zumal eine grosse pastorale Resonanz.

(2) Marlies Bernhard, Doris Kellner, Ursula Schmid: Wenn Eltern um ihr Baby trauern. Impulse für die Seelsorge – Modelle für Gottesdienste. Freiburg i.Br.: Herder, 2003.

Das 187 Seiten starke Buch ist von Seelsorgerinnen für SeelsorgerInnen geschrieben und getragen vom Wunsch, betroffenen Eltern in Trauer zu helfen – durch entsprechend sensibilisierte und vorbereitete HelferInnen. So ist kein Theoriebuch oder pastoraltheologisches Fachbuch entstanden, vielmehr ein einfühlsam-persönlicher „Bildband“, der über eine Situation ins Bild setzen will, die sich kaum ausmalen lässt; der Tod eines Kindes vor, während oder gleich nach der Geburt.

Dreiviertel vom Buchumfang gehört Modellen und Projekten, die vorgestellt werden: von der Gestaltung von Abschieds- und Aufbahrungsräumen, zu zwei Initiativen für Kindergräber, bis hin zu Modellen für Gedenkgottesdienste und Segensfeiern bei tot geborenen Kindern und Impulsen für begleitete Selbsthilfegruppen u.v.m.

Trauertheoretischer Ausgangspunkt bildet dabei die Überzeugung, dass Trauer „eine natürliche, gesunde und heilsame Antwort und Reaktion von Seele und Körper auf einen Verlust ist. Die Trauer weist den Weg, wie die verwundete Seele wieder heil wird, sie ist daher im wahrsten Sinn des Wortes not-wendend, also notwendig. Für die Begleitung bedeutet dies, allen Gefühlen Raum zu geben, zur Trauer zu ermutigen, erste Hilfen anzubieten, dass Trauer zum Ausdruck und zum Fließen kommt.“ (16)

Als wertvoll und echte Lebenshilfe gerade bei früh- und totgeborenen Kindern erweist sich das christliche Menschenbild, das jedem Menschen unabhängig von Krankheit, Alter, Leistung, Behinderung eine unverlierbare Würde zuspricht. Dies kann in einer seelsorgerischen Begleitung vielfach zum Ausdruck gebracht werden, keineswegs nur verbal! „Durch die wertschätzende und liebevolle Art der Begleitung der Eltern, durch Rituale und Zeichen wie Taufe, Segnung, Namensgebung, Beerdigung bestätigen wir die Würde dieses Babys als Geschöpf Gottes, als Mensch mit eigenem Wert und eigener Bedeutung.“ (19) Gleichzeitig sind das wichtige Momente im ganzen Trauerprozess. Denn ein totgeborenes Kind muss zuerst willkommen geheissen resp. die Beziehung, die bereits im Mutterleib vorhanden war, muss erlebbar gemacht werden, um es nachher verabschieden zu können. „Nur wo Beziehung war, ist auch ein bewusster Abschied möglich.“ (22)

Mit solchen und anderen ausformulierten Erfahrungen eröffnen die drei Klinikseelsorgerinnen Wege zu einem Seelsorgekonzept, das sie selber „Kontinuität in der Begleitung trauernder Eltern“ nennen. D.h.: richtig zur Wirkung kommt dieses Konzept erst, wo nicht bei dieser individuellen seelsorgerischen Begleitung stehen geblieben wird. Entsprechend eindringlich werden die GemeindeseelsorgerInnen darauf hingewiesen: „Gedenken Sie bei Gottesdiensten in den Fürbitten für die Verstorbenen immer wieder auch der verstorbenen Kinder, besonders jener Kinder, die zu klein oder zu krank waren, um leben zu können. An Gedenktagen wie Allerheiligen oder beim Jahresschlussgottesdienst kann eine Gedenkkerze für die fehl- oder tot geborenen Kinder ein wichtiges Zeichen für die trauernden Eltern, aber auch für die

Gemeinde sein, die dadurch für diese besondere Trauersituation sensibilisiert wird. Auch bei Familienfesten, z.B. bei Taufen nachgeborener Kinder, ist es wichtig, an das verstorbene Kind zu erinnern, wenn die Eltern dies wünschen. Es unterstützt das Wissen, dass auch das verstorbene Kind zu dieser Familie gehört, und durchbricht etwaige Tabuisierungen.“ (39f)
Und das kirchliche Interesse und Engagement kann und muss noch weitergehen: „Die Frage, wo ein fehl- oder totgeborenes oder sehr klein verstorbenes Baby beerdigt werden kann, betrifft nicht nur die Klinikseelsorger, sondern sollte auch in den Kommunen und in den Pfarrgemeinden vor Ort diskutiert werden. Eine Kirche, die sich für den Schutz des Lebens von der Zeugung an einsetzt, ist nur glaubwürdig, wenn sie sich auch für einen würdevollen Umgang mit jenen Babys engagiert, die zu klein oder zu krank waren, um leben zu können.“ (55)

Dezidiert und hoffentlich nachhaltig wird die Kirche, werden die SeelsorgerInnen in Pflicht genommen und ermutigt zu Hausbesuchen, Gedenkfeiern, Sammeln von Vorinformationen (z.B. über Bestattungsmöglichkeiten usw.), das Ergreifen von Initiativen für Räume und Orte des Trauerns. So setzen die Autorinnen um, was in einem verdichteten Zitat von Christa Peikert-Flaspöhler aufscheint:

„die Liebe geht mit
schmerzbewegten Füßen
die Todeswege mit –
unsterblich.“

Dem Buch sind viele aufmerksame Leser, trauernden Eltern sind viele solcher Mit-Läufer mit schmerzbewegten Füßen zu wünschen.