



## Empathie, Wertschätzung, Echtheit – Abschied braucht Begegnung Die personenzentrierte Haltung als Chance und Grundkompetenz in Seelsorge und Krisen- und Sterbebegleitung

Pastor Dietmar Vogt, Referent für Personenzentrierte Seelsorge im Zentrum für Seelsorge, Hannover  
Ausbilder, Berater und Coach, Krankenhauseelsorger im Marien-Hospital, Papenburg-Aschendorf

*Dieser Vortrag sollte anlässlich der Messe „Leben und Tod“ vom 8. – 9. Mai 2020 gehalten werden. Aufgrund der Corona-Pandemie musste die Messe verschoben werden.*

In diesem Vortrag geht es um den Personenzentrierten Ansatz (PzA) und darum, wie hilfreich die in diesem Ansatz beschriebene Haltung ist – gerade, wenn es um die Begleitung von Sterbenden geht.

Beginnen möchte ich mit einem Abschnitt aus dem aktuellen Roman des afroeuropäischen Literaturkritikers Ijoma Mangold. In seiner Autobiographie: „Das deutsche Krokodil“ beschreibt er an einer Stelle das Sterben und den Tod seiner Mutter. Hinter dem, was hier mit viel Nähe und Achtung erzählt wird, leuchtet m. E. auch auf, was eine personenzentrierte Haltung ist und was sie leisten kann. Mangold schreibt am Ende seines Romans auf den Seiten 297ff: „Als Mama im Frühling 2010 aus dem Krankenhaus entlassen wurde mit der ausdrücklichen Aufforderung der Ärzte, die verbleibende Zeit auf eine schöne Art zu verbringen, beschlossen wir (...) im Sommer nach Rügen zu fahren. (...) Auf dieser Fahrt [die meine Mutter sehr erschöpfte] erzählte sie mir ein Geheimnis. Was heißt Geheimnis? Jedenfalls etwas, das sie mir in den zurückliegenden vierzig Jahren nicht erzählt hatte. Vielleicht war es der nahe Tod, der ihre Zunge löste, oder sie erkannte ihre Chance, dass ich mich in dieser Ausnahmesituation einem Gespräch über meinen Vater nicht würde entziehen können. (...) Zum ersten Mal sagte meine Mutter etwas Schlechtes über meinen Vater. (...) Sie habe meinen Vater geliebt, sie habe gewusst, dass er nach Nigeria zurückgehen werde, sie habe sich darauf eingelassen und damit gut leben können, denn es sei ihre Entscheidung gewesen. Aber dass er auf den Brief mit den Fotos seines Sohnes nicht geantwortet hatte, das hatte sie hart getroffen. Das, sagte sie, habe sie geschmerzt. Sie sagte nicht ‚verletzt‘ sondern ‚geschmerzt‘.

Meine Mutter sprach langsam gegen ihre Erschöpfung ankämpfend. Manchmal nahm ihre Aussprache diesen seltsamen Akzent an, der zu ihr gehörte wie ein dunkles Geheimnis. Ich hörte zu und sagte nichts. (...)

Nach Rügen haben wir es nicht mehr geschafft. In Berlin suchten wir sogleich ein Krankenhaus auf. Als meine Mutter nach drei Wochen wieder entlassen wurde, war sie schmal, klein und abgemagert. Sie aß nur noch winzigste Happen. (...).

Es wurden noch zwei intensive Monate. Nie war die Stimmung bedrückt. Von überall her kamen Freunde, um von meiner Mutter Abschied zu nehmen. Niemand sprach um den heißen Brei herum und entzog sich der Wirklichkeit. Mama würde bald nicht mehr sein, also mussten die verbleibenden Momente beherzt genutzt werden, um ein letztes Mal Nähe durch Reden herzustellen, und Mamas kostbare Überzeugung, dass es im Leben ums Kommunizieren gehe, bewährte sich eindrucksvoll.

(...) [An einem] Sonntag (...) war es soweit. Zwei Tage schon hatte Mama nicht mehr geredet und die Augen geschlossen gehalten. Wenn ich ihre Hand nahm und zu ihr sprach, drückte sie die meine. Zur Mittagszeit ging ihr Atem in einen anderen Rhythmus über. Ein lautes rasselndes Luftholen setzte ein, und zwischen den einzelnen Atemzügen verging viel Zeit. Ich war überrascht, wie unverkennbar der sich vor der Tür stehende Tod ankündigte, ich saß neben ihrem Bett und war hilflos. Sollte ich sie zurück ins Leben zu rufen versuchen? Sollte ich ihr Sterben weinend begleiten? Zum passiven Zeugen fehlte mir die Contenance, also stand ich auf und holte den Großen

Conrady, eine Gedichtanthologie; ich musste etwas Rituelles tun, wenn mir das Beten schon nicht zur Verfügung stand, etwas, das mir Halt gab. Ich hatte nichts bestimmtes im Sinn, als sich die Seiten bei Theodor Storm öffneten. Natürlich sein Husum-Gedicht: ‚Am grauen Strand, am grauen Meer / Und seitab liegt die Stadt...‘ Es war eines von Mamas Lieblingsgedichten. (...) Ihre Atemzüge rasselten im mittlerweile vertrauten Rhythmus weiter; ich blätterte um. Theodor Fontane! Warum war ich nicht allein darauf gekommen? [auf den Dichter, der mit der ganzen Lebensgeschichte meiner Mutter am meisten verbunden war]. Laut las ich den ‚Herrn von Ribbeck auf Ribbeck im Havelland‘ Während der zweiten Strophe, die mit den Versen beginnt: ‚So ging es viel Jahre bis lobesam / Der von Ribbeck auf Ribbeck zu sterben kam‘ machte Mama ihren letzten rasselnden Atemzug. Ich las das Gedicht noch zu Ende.“ (Mangold, S. 297 – 300)

Sie haben Recht: Ijoma Mangold nennt hier an keiner Stelle das Wort ‚personenzentriert‘. Zudem bleibt unbekannt, ob er die zuerst von Carl Ransom Rogers entwickelten Variablen der personenzentrierten Haltung kennt. So redet Mangold nicht explizit von Wertschätzung, von Echtheit und Empathie. Auch will er nicht aufzeigen, dass es gerade eine personenzentrierte Begegnungskultur ist, die es Menschen bis zuletzt ermöglicht, sich selbst zu aktualisieren, sich zu entwickeln und das auszusprechen, was ihnen auf dem Herzen liegt. Nein, all das will Ijoma Mangold ganz sicher nicht. Er vertraut vielmehr bei der Begleitung seiner sterbenden Mutter seiner eigenen, ihm innewohnenden organismischen Weisheit. Und genau so gelingt ihm eine aus meiner Sicht höchst respektable Begleitung, die zugleich aufzeigt, worauf es auch aus personenzentrierter Sicht ankommt, wenn man einen sterbenden Menschen begleiten möchte.

Also: Worauf kommt es an? Vor dem Hintergrund der Theorie von Carl Rogers und vor dem Hintergrund des zitierten Romanausschnittes nenne ich im Folgenden sechs Thesen, die mir in der Begleitung von Sterbenden aus personenzentrierter Sicht wichtig sind. Nach meinen Ausführungen zu jeder These schaue ich noch einmal auf den Romanausschnitt, verdeutliche, wie die genannte Haltung hier vorkommt. Zum Schluss stelle ich am Ende jedes Abschnitts anhand von Beispielen und Erfahrungen aus meiner Praxis dar, was die jeweils genannte Einstellung in der Begegnung und Begleitung von Sterbenden möglich machen kann.

### **1. Personenzentrierte Begleitung Sterbender heißt: Der sterbende Mensch steht im Mittelpunkt.**

Das, was hier selbstverständlich klingt: „In der Begleitung Sterbender steht der sterbende Mensch im Mittelpunkt“, ist nicht so selbstverständlich wie es scheint. So sterben über 60 Prozent aller Menschen in Deutschland in Krankenhäusern und Pflegeheimen und die Situation dort ist sehr komplex. Natürlich – und das sei vorweg gesagt – ist kein Krankenhaus wie das andere, aber generell sind Krankenhäuser Wirtschaftsunternehmen. Michael Klessmann sagt: „Das moderne Krankenhaus stellt ein naturwissenschaftlich-technisch ausgerichtetes, bürokratisch organisiertes, selbstreferentielles System dar; es wird von einer abstrakten Regelmäßigkeit (z.B. feste Rollenzuschreibungen) bestimmt, die häufig in Konflikt mit den Erwartungen der Patientinnen und Patienten gerät.“ (Klessmann, S. 13) Hinzu kommen die Arbeitsbelastung des Personals und die im System Krankenhaus anzutreffende Reduzierung der Privatsphäre der Patientinnen und Patienten, die oft auf Krankenbett und Nachtschrank beschränkt ist. „Emotionen, die Patientinnen den Mitarbeitenden mitteilen, stehen in der Gefahr, ins Leere zu laufen.“ Joachim Bauer (Bauer, S. 109 ff) bezeichnet ein Verhalten, das emotional nicht mitschwingt, als sozialen Tod und Stephan Marks (Marks, S. 70) redet darüber hinaus von „Beschämung“ (Vogt, S. 331). Zu Recht fragt deshalb H. Christof Müller-Busch in seinem Buch „Abschied braucht Zeit“, wie es in unserer Gesellschaft mit dem Recht auf Autonomie für den Sterbeprozess aussieht und mit dem Recht auf einen würdigen Tod, „wenn die letzte Lebenszeit so durch die Dominanz des Stärkeren bestimmt wird“. (Müller-Busch, S. 98) Er kommt zu der These: „Verantwortliches Handeln in der Nähe des Todes bewegt sich im Spannungsfeld der Rechte des Schwächeren und der Pflichten des Stärkeren.“ (Müller-Busch, S. 98)

Unser Rechtssystem versucht derzeit, die Rechte des Schwächeren in der Nähe des Todes zu stärken. Man denke an die in diesem Jahr ergangenen Urteile zum Thema des Rechtes auf selbstbestimmtes Sterben. Aber auch viele Krankenhäuser und Pflegeheime haben ihr systembedingtes Problem, das dazu führt, dass Sterbende oft nicht angemessen wahrgenommen werden, erkannt und versuchen derzeit im Rahmen ihrer Möglichkeiten, gerade sterbende

Patientinnen und Patienten besonders zu begleiten. Eingesetzte Ethikkommissionen oder Ethikkomitees tragen ihren Teil dazu bei, eine Umstrukturierung der Arbeit in Gang zu bringen. So bekommen sterbende Menschen nach meiner Wahrnehmung immer mehr die Möglichkeit, z.B. in der Begleitung von kompetentem Personal und ihren Angehörigen die letzte Zeit ihres Lebens in einem extra für sie hergerichteten Zimmer zu verbringen. Palliativstationen und -dienste arbeiten stationär oder ambulant in multiprofessionellen Teams zusammen und stellen dabei den sterbenden Menschen in besonderer Weise in den Mittelpunkt. Hospize, und da besonders die haupt- und ehrenamtlichen Hospizmitarbeiterinnen und -mitarbeiter, begleiten Menschen in der Nähe des Todes kompetent auf Augenhöhe. Doch – und das ist mir wichtig – es sind immer noch viel zu wenige Menschen, die am Ende ihres Lebens so – ich ergänze: personenzentriert – begleitet werden. Die Corona-Pandemie zeigt zudem, wie schnell solche, den Menschen in den Mittelpunkt stellenden Sichtweisen auch wieder gefährdet sein können. Es gilt da sehr wachsam zu sein.

Was passieren kann, wenn in der Begleitung Sterbender der sterbende Mensch im Mittelpunkt steht, leuchtet in beeindruckender Weise in dem zitierten Romanausschnitt auf. Ijoma Mangold stellt hier nämlich in vielerlei Weise seine sterbende Mutter, die er begleitet, in den Mittelpunkt. Er versucht, einen ihrer letzten Wünsche zu erfüllen, indem er mit ihr nach Rügen aufbricht. Als das krankheitsbedingt nicht mehr geht, stellt er in seiner Wohnung für seine Mutter und für ihre Freunde einen Raum zur Verfügung. Man kann sagen: Er tut, was zu tun ist und schafft damit einen Raum der Begegnung und des Abschiednehmens.

Aus meiner Erfahrung als Krankenhauseelsorger weiß ich, wie viel stärkende Energie frei werden kann, wenn man so, wie auch im Roman beschrieben, sterbende Menschen begleitet. So wird Menschenwürde und manchmal Liebe, vielleicht auch Dankbarkeit, spürbar, wenn bis zuletzt der Mensch im Mittelpunkt steht. Da erzählte mir z.B. der Ehemann einer Mitte 60-jährigen Frau an ihrem Sterbebett von ihrer gemeinsamen letzten Reise nach Norderney. So sehr hatte sich seine sterbende Frau diese Reise gewünscht, dass beide sie mit Hilfe eines Teams von Hospizhelferinnen organisiert bekamen. Am Sterbebett leuchteten alle mit dieser Reise verbundenen Erinnerungen auf – sowohl bei dem Ehemann, der mir davon erzählte, als auch im Glanz der Augen seiner sterbenden Frau. Sie hielten und drückten einander die Hand, und auch wenn Worte nicht mehr möglich waren, erinnerten und fühlten beide ihre Liebe und vielleicht auch Dankbarkeit inmitten allen Schmerzes des Abschiednehmens. In der Nacht nach diesem Gespräch starb diese Frau. Dabei hielt ihr Mann sie an der Hand.

## **2. In der Personzentrierten Begleitung von Sterbenden sind Wertschätzung, Echtheit und Empathie die Grundlage von allem.**

Im jüngst erschienenen „Handbuch Personzentrierte Seelsorge und Beratung“ beschreibt Christiane Burbach die drei Haltungsmerkmale personenzentrierter Begleitung. Es ist die Echtheit, andere nennen dieses Merkmal auch Kongruenz oder Authentizität. Es ist zweitens die Akzeptanz und drittens die Empathie. Was ist das?

Mit Echtheit ist gemeint, dass die Begleiterinnen und Begleiter von anderen Menschen – und das gilt auch und gerade für die Begleitung von Menschen am Ende ihres Lebens – als gefestigte Personen erkennbar sind, die sie selbst bleiben können. Das heißt: Eine solche echte oder mit sich kongruente Person muss im Angesicht von schweren und anspruchsvollen Erfahrungen nichts „abwehren, verzerren oder abwerten“ (Burbach: Lebens-Prozesse, S. 29). Sie kann vielmehr das, was ist, in Worte fassen, wir nennen das in der Fachsprache „verbalisieren“. Genau dies „trägt entscheidend zu einer Atmosphäre der Aufrichtigkeit und Offenheit, des Vertrauens und der Glaubwürdigkeit bei“. (Burbach: Lebens-Prozesse, S. 30)

Zum zweiten geht es um Akzeptanz oder Wertschätzung. Sie ist eine Achtung und eine tiefe Bejahung der Person, die begleitet wird, ohne dass Begleitende unbedingt gutheißen müssen, was die Person getan hat, denkt und fühlt. Gerade dann, wenn z.B. ein sterbender Mensch einer Begleiterin etwas für die eigene Person sehr Fremdartiges berichtet, gilt es diesem akzeptierend und wertschätzend standzuhalten. Klaus Kießling schreibt zur Wirkmacht dieser personenzentrierten Grundvariable treffend: „Weil ein anderer mir Wertschätzung entgegenbringt, lerne ich mir selbst mit Respekt zu begegnen.“ (Kießling: Solidarische Präsenz, S. 449)

Mit Empathie ist gemeint, dass sich die begleitende Person präzise in die Erfahrungswelt des anderen einfühlen kann und diese Gefühle exakt in Worte fasst. Dabei geht es nicht darum, sich mit der Person, die begleitet wird, zu identifizieren, sondern es gilt sozusagen in der „als ob“-Position zu verbleiben, also so zu verbalisieren bzw. sich so in den anderen einzufühlen „als ob“ man die andere Person wäre. Eine empathische Verbalisierung der Gefühlswelt des anderen hat dabei vielfältigste Varianten. Es geht nicht um eine „Papageienmethode“ (Burbach: Lebens-Prozesse, S. 35), mit der die personenzentrierte Haltung oft fälschlich verbunden oder was ihr ab und an despektierlich unterstellt wird. Es geht bei der Verbalisierung vielmehr zum einen um ein exaktes Einfühlen in die verschiedenen Dimensionen von Empathie (interpersonell, psychisch, gesellschaftlich-kulturell und körperlich) und zum anderen um ein sehr fein ziseliertes In-Sprache-Bringen von Gefühlen. (Burbach: Lebens-Prozesse, S. 38 ff) Hier schreibt Klaus Kießling zur Wirkmacht der Empathie treffend: „Weil ein anderer empathisch mit mir umgeht, lerne ich mich selbst verstehen.“ (Kießling: Solidarische Präsenz, S. 449)

Man kann die drei Grundwirkfaktoren der personenzentrierten Haltung zudem mit der Haltung eines guten „Gastes“ vergleichen. Der schon mehrmals zitierte Klaus Kießling tut das und schreibt: „Eine Begleiterin oder ein Begleiter, der die genannten Grundhaltungen lebt, ist im Haus seines Gegenübers Gast, wenn er den Hauseingang findet, respektvoll und wertschätzend anklopft und eingelassen wird. Eine Begegnung kommt nur zustande, wenn nicht nur der Gast, sondern auch der Hausbesitzer Beziehung anbietet.“ (Kießling: Begleitung Sterbender, S. 316) Wer also mit Wertschätzung, Echtheit und Empathie Menschen begleitet, dem können auch in der Begleitung von Sterbenden Türen geöffnet werden. Es kann dem sterbenden Menschen möglich werden, bis zum letzten Ende seines Lebens das anzusprechen, was ihn oder sie bewegt. In der personenzentrierten Systemtheorie heißt das: Was bisher inkongruent war, kann aktualisiert und kongruent werden. (Zu den Begriffen „Kongruenz“ und „Inkongruenz“, „Aktualisierung“ und „Selbstaktualisierung“ vgl. z.B. Lux, S.167 f). Viele empirische Untersuchungen – ich verweise auf das Buch von Eva Maria Biermann-Ratjen, Jochen Eckert und Hans Joachim Schwarz: „Gesprächspsychotherapie: Verändern durch Verstehen“ – haben die Wirkmächtigkeit dieser Haltung bestätigt. (Biermann-Ratjen S. 73 – 81 und S. 82 – 85) Im Vertrauen darauf, dass es genau diese Haltung ist, die Verstehen und Veränderung bewirkt, gilt es offen abzuwarten und darauf zu hören, was der Gastgeber im Gespräch mit dem personenzentrierten Gast zum Thema machen will.

Auch hier gibt Ijoma Mangold in dem Romanausschnitt ein Beispiel dafür, was passieren kann, wenn Wertschätzung, Echtheit und Empathie gelebt werden. Für mich liegt es jedenfalls auch an dieser, für ihn unbewusst im Hintergrund stehenden personenzentrierten Haltung, die es seiner sterbenden Mutter gelingen lässt, ganz sie selbst zu sein und sich zu öffnen. Sie kann sogar ein lange gehütetes Geheimnis preisgeben. Zudem muss am Ende des Lebens der Mutter kein Mensch etwas verdrängen. Mangold schreibt dazu: „Niemand sprach um den heißen Brei herum und entzog sich der Wirklichkeit“, und überall ist zumindest für mich auch Empathie spürbar, nicht nur in dem, was gesagt wird. Da, wo Worte nicht mehr sagbar waren, hielt Mangold einfach die Hand seiner Mutter.

In meiner Praxis als Krankenhausseelsorger denke ich bei dem, was Wertschätzung, Empathie und Echtheit leisten können, auch an den Fernfahrer, der schwer herzkrank auf der Intensivstation lag. Er lernte mich in meiner Haltung kennen als jemanden, bei dem er so sein durfte, wie er war. Irgendwann lud er mich als Gast in sein Lebenshaus ein und erzählte von seiner Not, seinen recht freizügigen Erlebnissen unterwegs, derer er sich jetzt schämte, und von der Liebe zu seiner Frau, die er während seiner Krankheit ganz neu spürte und die er bis zum Ende seines Lebens wie einen Schatz hüten wollte.

Der nächste Punkt hängt mit dem eben Gesagten eng zusammen. Ich habe ihn genannt:

### **3. In der Personenzentrierten Begleitung von Sterbenden schaffen der Mut zum Mitgehen und der Mut zum Zuhören Beziehung und Begegnung.**

Dass eine Personenzentrierte Begleitung Mut erfordert, beschreibt Carl Rogers in seinem Buch „Entwicklung der Persönlichkeit“ für mich bis heute am eindrucklichsten. Er sagt: „Ich begeben mich in die therapeutische Beziehung mit der Annahme oder im Glauben, dass meine Zuneigung, meine Zuversicht und mein Verständnis für die innere

Welt des anderen zu einem wichtigen Entwicklungsprozess führen werden.“ Dabei gehe ich „die Beziehung nicht als Wissenschaftler ein, nicht als Arzt, der richtig diagnostizieren und heilen kann, sondern als Mensch, der sich auf eine persönliche Beziehung einlässt. (...) Also: Ich setze mich aufs Spiel“ (Rogers, S. 199).

Es ist also eine mutige und verantwortungsvolle Aufgabe, sich personzentriert als Mensch mit einem anderen Menschen in Beziehung zu setzen. Besonders gilt das bei der Begleitung von Menschen am Lebensende, denn solch eine Begegnung oder Beziehung zeichnet sich zum einen durch besondere Chancen, aber auch durch tiefe existentielle Themen aus. Zum anderen und gleichzeitig kommt alles darauf an, dass eine gute Begleitung eben „nicht theorie- sondern beziehungsgesteuert“ (Yalom, S. 195) ist. In besonderem Maße sind es die existentiellen Themen am Lebensende, die die Beziehung zwischen Begleitenden und Sterbenden immer wieder neu aufs Spiel setzen. Wenn etwa das Gespräch mit einem sterbenden Menschen zu einem „Mithinabsteigen zur Hölle“ (Kießling: Seelenfinsternis, S. 291) wird, wie Klaus Kießling es für ein Gespräch mit depressiven Menschen beschreibt, oder wenn ein Mitgehen durch die „Nachtseite des Lebens“ (Karle, S. 549) erforderlich ist, braucht es eine gefestigte Persönlichkeit, die in der Lage ist, ohne Angst da zu sein, um dem „Leidenden den Umgang mit (seinen für ihn oder sie) charakteristischen Inkongruenzen [zu] erleichtern.“ (Kießling: Begleitung Sterbender, 314 f) Oft geht es hier beispielsweise um Themen wie Hoffnungslosigkeit, Scheitern, Einsamkeit und Sterblichkeit, Schmerz, Gedanken an Sünde, Tod und anderes auf der einen Seite sowie Lebenswillen, Ehrlichkeit und Hoffnung auf der anderen.

Wer von seinem Gesprächspartner im Gespräch als Gast an solche Orte eingeladen wird, kann nicht einfach umdrehen und weggehen. Es gilt vielmehr authentisch und verlässlich da zu bleiben und die Beziehung nicht abubrechen. Es geht darum, mutig darauf zu vertrauen, dass das personzentrierte aktive Zuhören und das empathische Verbalisieren von dem, was Menschen bewegt, diese Menschen und die Welt, in der sie leben, verändern können. Yalom beschreibt, dass Begleitende auf diese Art „Todesangst durch Beziehung überwinden“ können (Yalom, S. 115 und 115 ff). Cicely Saunders, die Begründerin der Hospizbewegung, hat vor dem Hintergrund einer solchen Haltung den Satz formuliert: „Palliative- und Hospizkultur ist eine listening und learning community“ (zitiert nach Begemann S. 337). Es gibt des Weiteren viele Berichte darüber, was Menschen auf dem Herzen haben, wenn sie am Ende ihres Lebens stehen. Die Psycho-Onkologin Monika Renz hat dazu viele Gespräche mit Sterbenden geführt und die Begegnungen ausgewertet (Renz, 2008). Ebenso tat es Christiane zu Salm in ihrem Buch „Dieser Mensch war ich – Nachrufe auf das eigene Leben“ (zu Salm).

Auch Ijoma Mangold ist mutig, bleibt dabei, kann zuhören und setzt sich als Mensch aufs Spiel, weil es um Beziehung geht. So hat er keine Angst, als seine Mutter ihm ein Geheimnis erzählt, das sogar mit ihm zu tun hat. Es darf alles sein. Mangold läuft nicht weg. Er hört einfach aktiv zu, bleibt verlässlich da: beim Abschiednehmen, beim Sterben, beim Weg durch die Nachtseite des Lebens und auch noch danach. Er hält die Hand.

Wie tief hinab es bei einer Begleitung durch die Nachtseite des Lebens gehen kann, habe ich im Krankenhaus erlebt, als dort eine Frau ihr im achten Monat der Schwangerschaft gestorbenes Kind zur Welt bringen musste. Von einer Schwangerschaft hatte sie – so sagte sie es – nichts gespürt. Sie beschimpfte die Ärzte und Pflegenden, sie würden sie anlügen. Sie sei nicht schwanger gewesen. Mit all ihrer Energie hielt sie an ihrer Wahrheit fest. Auch da galt es zu hören, zu verstehen, da zu bleiben, gefestigt all dem zu begegnen, ehrlich zu sein. Am Ende erklärte sich diese trauernde und sicher auch traumatisierte Frau dazu bereit, ihr Kind anzusehen, sich mit dem, was war, auseinanderzusetzen, es in ihr Leben zu integrieren und gemeinsam mit ihrem Mann Abschied zu nehmen.

#### **4. Wer personzentriert Sterbende begleitet, sollte sich selbst kennen.**

In der Bibel begegnet uns der Satz: „Liebe deinen Nächsten wie Dich selbst!“, und gerade wenn es in der Begleitung von Sterbenden – wie gesagt – immer um die Beziehung von zwei Menschen geht, sollte jeder verantwortungsvolle personzentrierte Sterbebegleiter wissen, was auch mit ihm oder ihr als eigener Person passiert, wenn er oder sie in den Prozess einer Begleitung einsteigt. Das ist nicht nur Selbstsorge, sondern auch Selbstliebe, die dabei hilft, eine kompetente Begleiterin zu sein, die unterscheiden kann zwischen „Ich“ und „Du“, und die als gefestigte Persönlichkeit auch weiß, was sie selbst zum Beispiel glaubt, wenn es ums eigene Sterben geht.

Was ich meine: Man sollte wissen, dass es in der Begegnung zwischen Menschen tiefenpsychologisch gesehen Übertragungen und Gegenübertragungen gibt. Solche und andere Prozesse knüpfen an bereits erlebte Erlebnisse an und können die Wahrnehmung des Gegenwärtigen verzerren. Zudem sagt der Psychoanalytiker Yalom den für alle Menschen geltenden Satz: „Ich teile die Furcht vor dem Tod mit jedem menschlichen Wesen: Sie ist unser dunkler Schatten, der uns immer begleitet.“ (Yalom, S. 7) Damit weist er darauf hin, dass die Angst vor dem Tod jeden Menschen begleitet – ob er oder sie es nun wahrhaben will oder nicht. Übrigens auch für Begleitende gilt das. Vor diesem Hintergrund finde ich es beeindruckend, wenn Menschen, die mit Sterbenden umgehen, an einer eigenen Sterbemeditation teilnehmen, um zu erfahren, was sie selbst glauben, wenn es um den Tod geht, bzw. um sich mit der eigenen Endlichkeit, die manchmal schwer zu akzeptieren ist, auseinanderzusetzen.

Was sagt Ijoma Mangold? Ich gebe zu: An dieser Stelle bleibt mein anfangs zitierter Roman-Ausschnitt schwach. Zumindest kennt der Verfasser im Rahmen der eigenen Selbstsorge, seiner Selbstliebe oder Selbsterkenntnis, seine eigene Hilflosigkeit beim Miterleben des Todes seiner Mutter. Er kann sie benennen. Er kann sie so stehen lassen. Es ist okay. Er bleibt ruhig.

Als Krankenhausesorger begegne ich mir natürlich auch immer ein Stück weit selbst, wenn ich in eine Begegnung oder eine Beziehung zu einem sterbenden Menschen bzw. dessen Angehörigen trete. Da merke auch ich etwas von der eigenen Angst vor dem Tod, und weil ich sie kenne, kann ich sie sozusagen begrüßen, dann aber in die zweite Reihe meines inneren Teams stellen. Zudem merke ich als Seelsorgender auch, dass ich manchmal anders fühle und denke, wenn ich einen Sterbenden begleite, der mich an einen anderen, bereits verstorbenen Menschen aus meiner Verwandtschaft erinnert. Solche Phänomene gilt es wahrzunehmen, es gilt sie zu begrüßen, an den richtigen Ort zu stellen, um dann wieder ganz bei dem mir anvertrauten Menschen zu sein.

## **5. Wer personenzentriert Sterbende begleitet, wird das nicht ohne Feldkompetenz tun.**

Zur Feldkompetenz eines Menschen, der Sterbende begleitet, gehört nicht nur die eben beschriebene Selbstkenntnis und das Wissen um psychische Prozesse, die sich in der Begegnung zwischen Menschen ereignen. Eine wissenschaftlich fundierte Kenntnis über das, was beim Sterben passiert und wie Menschen ihren jeweils eigenen Tod erleben und erfahren können, gehört auch dazu. Schmerz, Scham, Ekel und Schuld spielen am Lebensende zum Beispiel eine Rolle (s. dazu auch Müller-Busch: Müller-Busch, S. 138 ff). Auch hilft es, den Prozess des Sterbens zu kennen. Roland Schulz hat z.B. in seinem Buch „So sterben wir – unser Ende und was wir darüber wissen sollten“ (Schulz) den komplexen und dynamischen Prozess des Sterbens in den Blick genommen und dargestellt. Um einen sterbenden Menschen zu verstehen, sollte man sich dem Wissen um Sterbephasen nicht entziehen, zwischen denen Sterbende hin und her wechseln können, und es ist gut, die damit verbundenen Aufgaben zu kennen. So skizziert z.B. die Theologin Kerstin Lammer: „T R A U E R steht für: Tod begreifen helfen, Reaktionen Raum geben, Anerkennung des Verlustes äußern, Übergänge unterstützen, Erinnern und Erzählen anregen und Ressourcen und Risiken einschätzen.“ (zitiert nach Begemann, S. 339) Da Angehörige ähnliche Krisenerfahrungen miterleben wie sterbende Menschen, kann man das von Lammer erarbeitete Trauermodell mit den hier genannten Aufgaben auf die Begleitung von Sterbenden übertragen.

Des Weiteren hat Christoph Ransmeyer in seinem Roman „Cox oder der Lauf der Zeit“ das Phänomen, dass die Zeit von Sterbenden anders verläuft als im normalen Leben, in treffender literarischer Art herausgearbeitet. In diesem Buch wird der Maschinen- und Uhrenbauer Cox vom Kaiser von China u. a. damit beauftragt, einen Mechanismus oder eine Uhr zu bauen, die den Verlauf der Zeit so anzeigen soll wie Sterbende sie empfinden. Der Uhrmacher entwickelt eine Feuer- oder besser Verbrennungsuhr. Dem Romanautor gelingt dabei eine eindruckliche Beschreibung des sich verändernden Zeitgefühls mancher Sterbender, indem er über diese Uhr schreibt: „Gemäß dem unterschiedlich schnell ablaufenden, manchmal rasenden, manchmal kriechenden Prozess der Verbrennung (...) würde diese Uhr (...) ihre Gangarten wechseln und in unvorhersehbarer Folge manchmal langsamer und wieder schneller gehen und manchmal sogar für eine Weile stillstehen, (...). Denn wer auf dem Sterbebett lag, sagte Cox, (...), für den gab es keinen Lauf der Zeit mehr, sondern nur noch Sprünge, Stürze von einer Ebene des Vergehens auf eine andere, Sprünge, Stürze auch Gleitflüge, die einen Sekundenzeiger zum Stundenzeiger werden lassen

konnten, während zwanzig oder hundert Atemzüge später über einer Bewegung des Stundenzeigers (...) als Tage oder Wochen empfundene Fristen verstrichen oder alle Zeiger auf allen Ebenen plötzlich erstarren in einer Ahnung der Ewigkeit.“ (Ransmeyer, S. 123 f)

Natürlich gibt es viele weitere Felder, die zu betrachten sich lohnt, wenn man sich eine Feldkompetenz zum Thema Tod und Sterben erwerben will. Ich persönlich habe z.B. viel vom Modell der Trauerschleuse gelernt, das Ruthmarjke Smeding entwickelte. Sie stellt den Vorgang des Sterbens als Schleusung zwischen Leben und Tod dar, bei der die Begleitenden wichtige Funktionen sowohl für die Angehörigen als auch für den sterbenden Menschen haben (Weiher, S. 346 f). Doch eins bleibt immer wichtig: Feldkompetenz ist nicht alles. Es kommt – wie gesagt – in der personenzentrierten Begleitung Sterbender vor allem auf die Beziehung zu dem sich mir anvertrauenden Menschen an. Deshalb definiere ich Feldkompetenz an dieser Stelle so, dass sie bedeutet, das Feld zu kennen, in dem sich mein Gegenüber bewegt. Die Beschäftigung mit dem Feld ist ein Akt der Wertschätzung, denn es ist auch das Feld, in dem mein Gegenüber sich in seinem bzw. ihrem Mensch- und Personsein bewegt. Feldkompetenz bedeutet aber nicht, aufgrund dieser Kenntnis bei der Begleitung mein Gegenüber in ein Deutungsmuster einzuordnen. Hier gilt es schlicht und einfach dem zu folgen, was der sich mir anvertrauende Mensch thematisch vorgibt.

Ich bin der Meinung, auch Ijoma Mangold hat Feldkompetenz, denn er nimmt wahr, wie seine Mutter stirbt und hat, weil er weiß, was passiert, keine Angst. Ganz ruhig beschreibt er z.B. wie schmal, klein und abgemagert seine Mutter am Ende ihres Lebens war. „Sie aß nur noch winzigste Happen“, sagt Mangold und als das Ende kommt, heißt es: „Zur Mittagszeit ging ihr Atem in einen anderen Rhythmus über. Ein lautes rasselndes Luftholen setzte ein, und zwischen den einzelnen Atemzügen verging viel Zeit. Ich war überrascht, wie unverkennbar der sich vor der Tür stehende Tod ankündigte.“ Bei aller Überraschung, bei allem Schmerz und bei allem Abschied bleibt Mangold ruhig, und ich verstehe das so, dass dies unter anderem auch mit seiner Feldkompetenz zu tun hat, die er sich im Zusammensein mit seiner Mutter erworben hat. Diese Kompetenz hilft ihm, ganz bei seiner Mutter und nicht bei sich zu bleiben, was ich aus meiner eigenen Erfahrung nur bestätigen kann. Das Wissen darum, was geschieht, hat mir oft in der Begleitung sterbender Menschen oder in der Begleitung von Menschen in Not- und Krisensituationen Ruhe gegeben und mir die Möglichkeit eröffnet, mich ganz auf das zu konzentrieren, was ist.

Es bleibt noch ein sechster und letzter Punkt, der nun auch die Seelsorge in den Blick nimmt, von der ja auch im Titel des Vortrags schon die Rede war.

## **6. In der personenzentrierten Begleitung von Sterbenden können Texte und Rituale das Tor zu einer anderen Welt öffnen.**

Im anfangs zitierten Romanausschnitt liest Ijoma Mangold seiner Mutter auf dem Sterbebett zwei Gedichte vor, die seine Mutter kannte und die einen Bezug zu ihrem Leben haben. Durch das Vorlesen dieser beiden Texte kommt die persönliche Existenz der Mutter – ähnlich wie bei einem Symbol – noch einmal in den Blick. Wahrscheinlich half der Sterbenden genau das, Abschied zu nehmen. Wenn Worte fehlen, braucht ein Mensch solche Texte und Hilfen, und gerade wer personenzentriert unterwegs ist, wird genau nach solchen passenden Worten und vielleicht auch Zeichen oder Dingen suchen, die man in die Hand geben kann.

Christliche Seelsorgende partizipieren, wenn es um Texte und Symbole geht, „über gesellschaftliche Kulturen und Denkmuster“ hinaus „auch an einem großen Reichtum religiöser Traditionen, Phänomene, Symbole und Gestalten. Sie partizipieren an der Geschichte der Kirche, die ein großes Reservoir bereithält an hoffnungsvollen, aber auch schillernden Erzählungen, bergenden Texten, herausfordernden Weisheiten und beeindruckenden Biographien, mit denen die Seelsorgenden selbst in Kontakt und Dialog treten können, um ihre Zugewandtheit zu nähren und zu pflegen und ihre inneren Kräfte immer wieder neu zu fokussieren. Sie können aus diesem Reichtum schöpfen, um ihrem Gegenüber etwas anzubieten, das weiterhilft, wenn es explizit oder implizit danach fragt.“ (Burbach: Lebens-Prozesse, S. 48) Hier bietet sich eine Chance, etwas in den Blick zu nehmen, was über die irdische Existenz hinaus gültig ist und eventuell sogar Halt gibt, wenn ein Mensch meint, aufgrund einer schweren Krankheit oder des drohenden Todes versinken zu müssen.

Als Krankenhausesseelsorger erfahre ich immer wieder, welche Stärkung kranke und sterbende Menschen erfahren können, z.B. durch die Feier eines Abendmahls oder im katholischen Bereich durch eine Krankensalbung. Ich erfahre, welche Kraft ein zugesprochener Segen haben kann, eine Kerze, die ich für die Not oder den Gebetswunsch mancher Menschen entzünde. Kraft wird oft auch spürbar durch ein Gebet, durch einen zugesprochenen prägenden biblischen Text oder durch die Identifikation mit einer Person aus der Bibel sowie durch bergende Musik. Da möchte ich Mut machen, den eigenen spirituellen Koffer nicht zu verstecken.

Ich fasse zusammen und sage ... ja! Die Begleitung von Menschen braucht die personzentrierte Haltung. Nicht nur, aber auch bei der Begleitung von Sterbenden ist sie Chance und Grundkompetenz, weil sie hilft, den letzten Weg zu gehen. Es ist keine leichte Aufgabe für Menschen, die mit Sterbenden auf dem Weg sind, personzentriert zu denken, zu fühlen und zu reden. Es ist vielmehr eine Haltungsfrage, die geübt werden kann. Aber es lohnt sich, denn auf menschlicher Ebene kann man Sterbenden nicht diagnostisch begegnen. Da geht es nur – wie in allen Krisen und Herausforderungen des Lebens – vorwärts durch eine Begegnung, die geprägt ist von Wertschätzung, Echtheit und Empathie. Eine solche Haltung stellt den Menschen in den Mittelpunkt, hat Mut zum Zuhören und zum Mitgehen, sie vertraut auf die daraus erwachsenden Prozesse, sie speist sich aus fundierter Feldkompetenz und Selbsterfahrung und traut sich auch um des Menschen willen Symbole, Texte und Rituale zu nutzen. Eine solche Haltung ist nicht bedrängend. Sie setzt vielmehr den Menschen, den wir begleiten, ins Subjekt.

Also: Der Personzentrierte Ansatz, der durch die personzentrierte Haltung gelebt wird, ist und bleibt die basale menschliche und christliche Begegnungskultur für alle, die Menschen begleiten – egal, ob am Anfang, in der Mitte oder am Ende des Lebens (so auch Burbach: Proprium, S. 37).

*Literatur s. Seite 9*

## Literatur

- Begemann, Verena:** ‚Wachet in mir‘ – Mitgefühl in solidarischer Gemeinschaft (Seelsorge und Hospiz). In: Burbach, Christiane (Hrsg.) Handbuch Personzentrierte Seelsorge und Beratung, Göttingen 2019, S. 336 - 342 (Begemann).
- Biermann-Ratjen, Eva Maria; Eckert, Jochen; Schwarz, Hans Joachim:** Gesprächspsychotherapie – Verändern durch Verstehen. 10. Auflage 2016, Stuttgart (Biermann – Ratjen).
- Bauer, Joachim:** Warum ich fühle, was Du fühlst, 23. Auflage 2016, München (Bauer).
- Burbach, Christiane:** Lebens-Prozesse – Grundannahmen Personzentrierter Seelsorge und Beratung. In: Burbach, Christiane (Hrsg.) Handbuch Personzentrierte Seelsorge und Beratung, Göttingen 2019, S. 17 – 48 (Burbach: Lebens-Prozesse).
- Burbach, Christiane:** Zum Proprium der Seelsorge. In: Handbuch der Seelsorge, Hrsg: Wilfried Engemann, 3. Auflage, Leipzig 2016, S, 24 – 39 (Burbach: Proprium).
- Karle, Isolde:** Perspektiven der Krankenhauseselsorge. In: Wege zum Menschen, 62. Jahrgang, Heft 6, 2010, Göttingen, S. 537 – 555 (Karle).
- Kießling, Klaus:** Auf dem Wiegebalken zwischen Verlustangst und Hoffnung. Begleitung Sterbender in ihrem spirituellen Schmerz. In: Wege zum Menschen, 71. Jahrgang, Heft 4, Juli/ August 2019, Göttingen, S. 310 – 336 (Kießling: Begleitung Sterbender).
- Kießling, Klaus:** Solidarische Präsenz – Personzentrierte Haltung und spiritueller Habitus. In: Burbach, Christiane (Hrsg.) Handbuch Personzentrierte Seelsorge und Beratung, Göttingen 2019, S. 444 – 452 (Kießling: Solidarische Präsenz).
- Kießling, Klaus:** Der Glaube in der Hölle zu sein – Seelsorge bei Seelenfinsternis. In: Burbach, Christiane (Hrsg.) Handbuch Personzentrierte Seelsorge und Beratung, Göttingen 2019, S. 282 – 293 (Kießling: Seelenfinsternis).
- Lux, Michael:** Der Personzentrierte Ansatz und die Neurowissenschaften, München 2007 (Lux).
- Mangold, Ijoma:** Das deutsche Krokodil, 4. Auflage 2019, Reinbek bei Hamburg (Mangold).
- Müller-Busch, H. Christof:** Abschied braucht Zeit, 5. Auflage 2016, Berlin (Müller – Busch).
- Klessman, Michael:** Die Rolle der Seelsorge im System Krankenhaus, ohne Jahr. Zugriff am 15.3.2020 unter: [http://www.ekir.de/krankhauseselsorge/Downloads/anhang\\_b.pdf](http://www.ekir.de/krankhauseselsorge/Downloads/anhang_b.pdf) (Klessmann).
- Marks, Stephan:** Scham – die tabuisierte Emotion, 6. Auflage 2016, Stuttgart (Marks).
- Ransmeyer, Christoph:** Cox oder der Lauf der Zeit, Frankfurt/Main 2016 (Ransmeyer).
- Renz, Monika:** Zeugnisse Sterbender. Todesnähe als Wandlung und letzte Reifung. Paderborn 2008 (Renz).
- Rogers, Carl Ransom:** Entwicklung der Persönlichkeit, 20. Auflage 2016, Stuttgart (Rogers).
- zu Salm, Christiane:** Dieser Mensch war ich – Nachrufe auf das eigene Leben, München 2013 (zu Salm)
- Schulz, Roland:** So sterben wir – unser Ende und was wir darüber wissen sollten. München 2018 (Schulz).
- Vogt, Dietmar:** Personzentrierte Seelsorge im Krankenhaus. In: Burbach, Christiane (Hrsg.) Handbuch Personzentrierte Seelsorge und Beratung, Göttingen 2019, S. 330 – 335 (Vogt).
- Weiher, Erhard:** Das Geheimnis des Lebens berühren – Spiritualität bei Krankheit, Sterben und Tod. Eine Grammatik für Helfende. Stuttgart 2011 (Weiher).
- Yalom, Irvin D.:** In die Sonne schauen – Wie man die Angst vor dem Tod überwindet, 11. Auflage 2010, München (Yalom).