

Summary: Der Artikel befasst sich mit der perspektivischen Einordnung von Trauerverständnis und Trauerbegleitung in das Konzept des „relearning world“ und versucht dabei, die Interaktionen zwischen Trauernden und Begleitenden einmal aus dem Kontext der „Welt“ ihrer gemeinsam geteilten kulturgeschichtlichen Prägung der Post-Moderne zu betrachten. Aus dieser Perspektive heraus thematisiert der Artikel dann ein Anforderungsprofil für die die (Aus-)Bildung in der Trauerbegleitung.

## **Trauerbegleitung in Hospiz- und Palliative Care-Einrichtungen**

Von Dr. Ruthmarijke Smeding

*„Lernen umzugehen mit der Leere ist etwas, was jeder muss,  
damit das Geheimnis der Liebe eine Chance bekommt.“*

Mit diesem Artikel möchte ich eine Fachdiskussion weitergehend anregen mit dem Ziel der zeitgemäßen Trauerbegleitung für Hospiz- und Palliative Care-Einrichtungen. Ausgangspunkt des folgenden Ansatzes ist ein ganzheitliches, fünfdimensionales Konzept im Kontext der „Postmoderne“.

### *Das Zeitgefüge der Postmoderne*

Als Einführung sollen einige Überlegungen dienen, die ein neues Licht auf die Frage werfen, warum die Trauerbegleitung in unserer Zeit so aktuell geworden ist?

Der Soziologe und Philosoph Zygmunt Bauman beschreibt unsere Zeit als „liquid modernity“ („flüssige Moderne“). Dieser Begriff des „Zerfließens“ erinnert an das, was ich in meinem Modell „Trauer erschließen“ (TE) mit „Januszeit“<sup>®</sup> beschrieben habe: die Schwierigkeiten des Sichzurechtfindens angesichts des Wegfalls der vertrauten Sicherheiten. Oft wussten wir nicht, dass der Andere Teil des sicheren Kontextes war, den wir aufgebaut hatten, und als Folge des Sterbens einer geliebten Person „zerfließt“ das bis dahin Aufgebaute. Trauernde werden fortwährend mit dem Verlust ihrer, wie Parkes dies nannte, „assumptive world“<sup>1</sup> konfrontiert, was einerseits zum Abschiednehmen zwingt, andererseits die Frage aufwirft: wie geht es weiter? Diese Frage muss heute im Kontext der „liquid modernity“ gesehen werden. Damit ist das Dilemma der Trauernden unserer Zeit noch einmal anders beschrieben: sie müssen ihre Trauer bewältigen in einer Welt, die nicht nur für sie persönlich zerfließt, sondern auch in ihrem äußeren Rahmen sich als „zerfließend“ darstellt.

Bislang war in den Trauertheorien die Rede vom inneren Abbruch in einer weiterhin angenommenen stabilen Umwelt. Die Erkenntnis, dass nun auch die äußere Welt „zerbricht“, zwingt uns, die Trauertheorien noch einmal zu überprüfen, zeigt andererseits aber auch, dass Trauernde schon seit ungefähr zwanzig Jahren üben, was nun auch die Gesellschaft als solche mühselig lernt: sich zurecht zu finden in einer Welt, in der die Sicherheiten, die die Eckpfeiler unserer Welt darstellten, sich auflösen. Könnte demnach der persönliche Trauerprozess unseren „Abschiedsprozess“ von der „alten Welt“ widerspiegeln? Es würde sicherlich zu weit führen, diesen Gedanken hier weiter auszuarbeiten, wobei er aber ein Licht auf die Frage werfen könnte, wa-

---

<sup>1</sup> Die Ordnung der Welt, die auf dem Eigenen beruht, für jemand anderen aber wieder völlig anders ist.

rum gerade heutzutage die Trauerbegleitung an Brisanz und Wichtigkeit gewonnen hat.

Im Modell „Trauer Erschließen“ beschreibt der Begriff des „Wiederkehrens der Gezeiten“ den Trauerprozess.<sup>2</sup> Dieser Prozess, so lehren uns zwanzig Jahre Trauerbegleitung nach diesem Modell in Deutschland, führt oft am Ende nicht zur Wiederkehr desselben Lebens. Wäre es eine Rückkehr zum selben Leben, dann könnte man von „relearning“ („Wiedererlernen“) sprechen. In diesem Fall wäre vorausgesetzt, dass es etwas gibt, zu dem man zurückkehrt, nämlich eine stabil gebliebene Umwelt. Handelt es sich aber um eine neue Lebensform, dann deutet dies eher in Richtung des Begriffes „lifelong learning“ („lebenslanges Lernen“).

Zeigen sich da parallel zu den Traueraufgaben der Trauernden nicht auch neue Aufgaben für Trauertheorien und Trauerbegleiter? Nämlich sich diesem Auflösungsprozess zu stellen, die Sicherheiten der errungenen Einsichten ihrer damaligen Ausbildung regelmäßig zu hinterfragen, anzupassen, loszulassen, neu zu lernen, bevor man sie an die nächste Generation von Trauerbegleitern weitergibt?

### *Fünf Dimensionen einer Ganzheitlichkeit in drei Zeitgefügen*

Als Cicely Saunders in den sechziger Jahren die Trauerbegleitung als integralen Bestandteil der Palliative Care aufnahm, geschah dies in einer Zeit, welche im Rückblick als Übergang der modernen zur postmodernen Zeit beschrieben werden kann. Bevor wir uns dieser Zeit zuwenden, sollen erst noch mal die drei Ausgangspunkte für die Aufnahme der Trauerbegleitung in das Hospiz-Konzept rekapituliert werden<sup>3</sup>:

1. Schmerzen sind ganzheitlich, d.h. sind zu betrachten aus physischen, psychologischen, sozialen, spirituellen und mentalen Blickwinkeln.
2. Nicht nur der Patient, sondern auch seine soziale Umgebung – ob dies nun Angehörige oder Freunde sind – gehört zum Begleitansatz.
3. Daraus ergibt sich dann automatisch eine dritte Ebene: wenn man sich um den Patienten und seine soziale Umgebung vor dem Tod kümmern will, ergibt sich als Auftrag die Sorge um das, was nach dem Tode mit dieser Umgebung geschieht.

In Folge dieser Orientierung ergibt sich ein Rahmen, den ich als Triptychon bezeichne. *Sterben, Tod und Trauer* bilden für die überlebende Umgebung eine Aufgabe mit drei verschiedenen Zeiten: die des Sterbens, die des Todes und die der Trauer. Und am Ende sind alle drei in die nächste Lebensringgestalt zu integrieren. Anfänglich kann man das nur über die Rückbindung, die noch alles im Kontext der Zeit vor dem Tode (der vorangegangenen „assumptive world“) betrachtet. Um eine neue „Welt“ aufzubauen, braucht es Zeit und eine intensive Bearbeitung der vorigen Ordnung – und auch Arbeit, um die vorige hinter sich lassen zu können.

Das ursprüngliche trauertheoretische Gedankengut, das vorschrieb, diese Verbindungen loszulassen, erwies sich oft als nicht hilfreich: Trauernde wollen in den meisten Fällen genau das nicht. Und angesichts von Forschungsergebnissen, die zeigen, dass 60 % der Trauernden keine professionelle Hilfe brauchen<sup>4</sup>, haben wir nicht das

---

<sup>2</sup> Vgl. Smeding, Rm./ Heitkönig-Wilp, M. (Hg.): Trauer erschließen. Eine Tafel der Gezeiten. Wuppertal 2005.

<sup>3</sup> Smeding, Rm./ Weiher, E./ Weber, M.: Palliative Care Education and the WHO. Posterpräsentation. EAPC, Den Haag.

<sup>4</sup> Cleiren, M.: Bereavement and adaptation. A comparative study of the aftermath of death. Washington D.C. 1993.

Recht, in der Konzeptualisierung eines Trauerbegleit- bzw. -beratungsangebots die normalen Bewegungen der Trauer in theoretischen Konzepten zu prägen, die dieses Loslassen erzwingen, die Trauer somit „fremdbestimmen“.

Der nächste biografische „Lebensring“ ist in der heutigen Zeit in viel größerem Maße abhängig von einer nicht stabilen Außenwelt, als dies z.B. in den sechziger Jahren der Fall war, in denen man noch von einer stabilen Wirklichkeit außerhalb unserer selbst ausging und die man nur „richtig“ beschreiben müsse. In seinem Buch „The Revival of Death“ entwickelt der britische Soziologe Tony Walter ein Modell, um diese Wandlungen zu verstehen. Er benennt die unterschiedlichen Zeitgefüge mit:

1. traditionell
2. modern
3. post-modern

### *Soziales als Dimension der Trauerbegleitung*

Wenden wir diese drei Zeitgefüge auf den sozialen Kontext an, dann erkennen wir eine Entwicklungslinie von traditionellen Gemeinschaften über die Kleinfamilien der sechziger Jahre bis hin zu den heutigen Beziehungsformen. Weil viele Trauerbegleitmodelle aus der Zeit der „Moderne“ stammen, orientieren diese sich noch an der Annahme: der/die Einzelne lebt im Familiengefüge. Das Kleinfamilienmodell aber steht heute unter Druck. In Folge davon wären auch die Trauerbegleitmodelle gefragt, sich weiter zu entwickeln.

### *Bewegungen in der Deutungshoheit für Sterben und Tod: von der Theologie erst zur Medizin und dann zum Selbst*

Ein anderer von Walter besprochener Aspekt betrifft die Zuweisung einer „Interpretationshoheit“ in unserer Gesellschaft. Die meisten heutigen Senioren erlebten in der Zeitspanne ihres Lebens einen dreifachen Wandel. Dieser verlief von einer überwiegend christlichen Deutungshoheit zu einer Abgabe dieser Hoheit an die Medizin, die erst neuerdings ihrerseits wieder die „andere“ Autorität – die des Glaubens – in den Sterbeprozess einbindet. Zwischenzeitlich verlangten die medizinischen Einrichtungen, dass man ihren Betriebsablauf nicht stört. Wegen angeblicher Ansteckungsgefahren durften Kinder nicht in die Krankenhäuser. Besuchszeiten waren reguliert und minimalisiert.

Kaum einer zweifelte an den modernen wissenschaftlichen Deutungen von Krankheiten. In der westlichen Welt ist es da zu deutlichen Wandlungen gekommen. Heute erleben viele Senioren eine dritte Form der Deutungshoheit, nämlich sich selbst: Autonomie und Authentizität als letztgefragte Deutungsinstanz. Diese Wandlung der Deutungshoheit führt uns in die Postmoderne. Vor allem die Hospize und Palliativstationen legen Wert auf die eigene Deutung der Fragen rund um Sterben, Tod und Trauer.

### *Das physisch-materielle als Dimension der Trauer*

Trotz dieser Zunahme an Autonomie ist zu bedenken, dass das Individuum letztlich doch auf Expertise angewiesen ist: Die Entscheidungsmöglichkeiten am Ende des Lebens entstehen gerade auch als Folge der intensiven, palliativmedizinischen Betreuung. Die Entwicklungen der modernen Medizin werden also weiterhin eine große Rolle im Krankheitsprozess spielen. Diese Entwicklungen riefen aber bereits Ende der sechziger Jahre Proteste hervor: So wurde und wird seitdem eine gesellschaftliche Verneinung des Todes beklagt. Wir dürfen jedoch die Aufmerksamkeit für die physischen Aspekte des Lebens nicht vernachlässigen, auch nicht bei der Trau-

er. Aus immun-systemischen Publikationen von Hall und Irwin<sup>5</sup> geht hervor, dass die Trauer physische Aspekte kennt, die weiterhin zu erforschen sind, z.B. hormonelle Veränderungen, die mit einem Trauerfall einhergehen. Dennoch: als Trend beobachtet man im Westen das Abtreten der Medizin in der Deutungshoheit. Dies zeigt sich in der Verweigerung einer Behandlung, im Verlangen nach voller Aufklärung und in der Forderung nach Mitentscheidung, gerade bei Fragen rund um Sterben und Tod.

### *Psychologie als Deutungsweg der Trauer*

Merkwürdigerweise ist ein Mitentscheidungsrecht in der Trauer viel weniger klar formuliert. Dort gelten oft noch die Deutungsmodelle der Experten, z.B. die 5 Phasen von Elisabeth Kübler-Ross oder die veralteten Vier Aufgaben der Trauer von Worden – Modelle, die eine Objektivierung der Trauer verlangen. Auf diese Problematik wurde bereits im akademischen Umfeld hingewiesen: 1996 wurde in den Niederlanden der erste Lehrstuhl für Trauerbegleitung eingeführt. Professor Jos van den Bout überschrieb seine Antrittsrede mit dem Titel: „Trauerschleier“.<sup>6</sup> Diese Schleier, so van den Bout, haben den Besitzer gewechselt. Sie hingen früher vor den Gesichtern der Trauernden. Heute hängen diese oft vor der Wahrnehmung der Experten, z.B. in Form von überholten Modellen. Ein solcher Trauerschleier ist z.B. die Annahme, es gäbe einen „normalen“ Trauerprozess. Zeigt eine Trauernde einen anderen Prozess als erwartet, dann wird dies als „abweichend“ beurteilt, mit der möglichen Folge der Verschlimmerung des Prozesses. Wird in den Hospiz- und Palliative Care-Einrichtungen die Zeit vor dem Tod schon sehr im Hinblick auf die Autonomie und Authentizität der Patienten gestaltet, so sind die Begleitmodelle für die Angehörigen noch wenig an dieser Entwicklung ausgerichtet.

### *Die spirituell-religiöse Dimension der Trauer*

Der vierte Bereich der Ganzheitlichkeit, die religiös-spirituelle Dimension, kommt oft gar nicht vor: sie findet man weder innerhalb der Phasen-Orientierung noch bei Wordens Aufgaben der Trauer.<sup>7</sup> In der Ganzheitlichkeit der Trauer aber ist es den Trauernden zuzugestehen, ja nahezu von uns erfordert, dass die „Trauerprofis“ wie Ärzte, Pflegende, Seelsorgende, Psychologen, Sozialarbeiter und die vielen EhrenamtlerInnen nicht stehen bleiben bei alten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Es wäre unangebracht, die Wahrnehmung der Trauernden auf psychologische Modelle zu beschränken, schließlich werden sterbende Patienten inzwischen auch ganzheitlich betrachtet. Die sie überlebenden Personen bleiben dagegen oftmals nur psychologisch interpretierte Entitäten. Werden wir erst ganzheitlich, wenn wir sterben müssen?

Ansätze und Vorgaben zu weitergehenden Entwicklungen hier liegen vor. So berichtet z.B. Dennis Klass über spirituelle Copingmechanismen, die Eltern entwickeln und kennen lernen, nachdem ihr Kind gestorben ist.<sup>8</sup> Gerade die Transzendenz der Beziehung, so wie Klass diese beschreibt, ermöglicht es vielen Eltern, trotz dieser enormen Aufgabe ihre Kinder zu beerdigen und ihr Leben wieder aufzunehmen.

---

<sup>5</sup> Hall, M./ Irwin, M.: Physiological Indices of functioning in bereavement. In: Stroebe M./ u.a (Hg.): Handbook of Bereavement Research. Consequences, Coping and Care. Washington D.C. 2002.

<sup>6</sup> Bout van den, J.: Rouwsluiers. Utrecht 1996.

<sup>7</sup> Andere Ansätze wie z.B. die Psychosynthese oder auch die auf V. Frankl basierende Logotherapie integrieren die psychologische und spirituelle oder „höhere“ Form des Seins.

<sup>8</sup> Klass, D.: Spiritual Lives of Bereaved Parents. Philadelphia 1999.

## *Mentale Prozesse*

Die fünfte Dimension in diesem Gebilde der Ganzheitlichkeit ist der mentale Bereich. Trauernde sind sehr wohl noch fähig zur Reflektion, zur Analyse, zum Lernen und zum Interpretieren. Viele suchen aus Bedürfnis nach Mitgefühl das Gespräch mit anderen. Ein Angebot zum Mitfühlen und -denken für diejenigen, die es nicht von sich selber aus suchen, verweist auf den nächsten Bereich der Begleitung: die Begleitkriterien. Das sprengt den Rahmen dieses Artikels, aber ist ein weiteres wichtiges Thema hinsichtlich eines Überdenkens eines zeitgemäßen Angebots der Begleitung.

## *Ausbildungen, die Postmoderne und Ganzheitlichkeit*

Deutschland „boomt“ momentan bzgl. der Trauerbegleitausbildungen. Die Schulung meines Modells „Trauer erschließen“ nähert sich dem 40. Mal. Der Kurs hat sich im Laufe von zwanzig Jahren im Zuge neuer wissenschaftlicher Erkenntnisse gewandelt. So wurde im Jahr 2000 ein Kolloquium eingeführt zur freiwilligen Einführung eines Abschlusstandards.<sup>9</sup> Lernen und Lehren nach dem Modell „Trauer erschließen“ (TE) gehen aus von der oben beschriebenen Ganzheitlichkeit: Trauer erschließen sieht die Trauerbegleitung als einen „lifelonglearning“-Prozess, der grundsätzlich zieloffen ist. Versucht wird ein postmoderner Ansatz, in dem die Expertise dem Trauernden zugewiesen ist und der Weg in Kooperation mit einer Begleitung, wo nötig, gegangen werden kann.

Dieser Dienst am anderen wird in fast allen Trauerbegleitausbildungen über die Verarbeitung eigenen Leids gelernt. Dass dieser Weg auf eine Ganzheitlichkeit verweisen kann, wird in den TE-Kursen schnell deutlich gemacht. Bei TE heißt Lernen Geduld zu haben, anstatt ein Modell zur Hand zu nehmen und damit den Trauernden den Vorrang in der Interpretation des Geschehens zu nehmen. Im Ausbildungsprozess ist das Ziel die Authentizität des Anderen. Wenn man dies lernt, entstehen Prozesse, die dann auch manch einen zu der Entscheidung führen, keine Trauerbegleitung zu machen. Das sind erwachsene, gereifte, zu respektierende Entscheidungen.

Eine Ausbildung zur Trauerbegleitung in der Postmoderne ist ein Weg, in dem dem Auflösungsprozess nicht sofort neue Sicherheiten gegenübergestellt werden können. Nicht das Ziel „Weiterleben lernen ohne Dich“, sondern der Weg zum Ziel hat sich geändert. Statt Bilder oder Sicherheiten vorzugeben, sollen die eigenen Bilder als Orientierung ernst genommen werden. Die daraus entstehende innere Stabilität bezieht sich auf das Vorangegangene, aber ist nicht gleich dem Vorangegangenen.

Kontakt:

*Dr. Ruthmarijke Smeding*

E-Mail: [palled@attglobal.net](mailto:palled@attglobal.net)

[www.trauer-erschliessen.de](http://www.trauer-erschliessen.de)

---

<sup>9</sup> Auch bei der Erstellung bundesweiter Standards in Deutschland, wie sie in diesem Jahr verabschiedet wurden, war das Modell „Trauer erschließen“ eingebunden; hinsichtlich des wissenschaftlichen Hintergrunds für Ausbildungsfragen sei grundsätzlich verwiesen auf: Stroebe, W./ Stroebe, M./ Schut, H.: Zur Wirksamkeit der Trauerbegleitung. Was hilft wem? In: Trauerinstitut Deutschland e.V. (Hg.): Qualität in der Trauerbegleitung = Praxisforschung Trauer 1. Wuppertal 2003, 107-117.