

## **Sterben, „Sterbehilfe“ und Palliativversorgung – was geht mich das an?!**

### **Mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen über ein (nicht) alltägliches Thema sprechen.**

Tod, Sterben, „Sterbehilfe“ und Palliativversorgung – was geht mich das an?!

Mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen über ein (nicht) alltägliches Thema sprechen.

Auf den ersten Blick scheinen Themen wie Tod, Sterben, „Sterbehilfe“ und Palliativversorgung für gesunde Jugendliche und junge Erwachsene (im Folgenden: J/JEW), also Personen im Alter zwischen 15 und 25 Jahren, in weiter Ferne zu liegen. Auf den zweiten Blick zeigt sich ein anderes Bild. Eine Umfrage unter 200 J/JEW zeigt: Das Thema hat eine Relevanz für diese Altersgruppe, auch wenn sie oft nicht direkt und offen benannt wird. Über 70% der J/JEW gaben an, in den letzten fünf Jahren mit dem Thema zu tun gehabt zu haben, z. B. durch Todesfälle in Familie und/oder Freundeskreis. Über 60% haben Angst vor dem eigenen Sterben und über 75% befürworten Tötung auf Verlangen. Knapp 60% sprechen sich für Suizidassistenz aus, ca. 50% fühlen sich nicht hinreichend aufgeklärt zum Themenkomplex „Sterbehilfe“ und über 75% können mit dem Begriff „Palliativmedizin“ nichts bzw. nur wenig anfangen. (Die Ergebnisse im Detail finden sich unter

<http://www.palliativstiftung.de/fileadmin/images/Bildungsarbeit/UmfrageBSGVersion2HomepageDPS.pdf>)

Wie lassen sich diese Befunde im Einzelnen interpretieren?

Zunächst wird deutlich, dass ein Großteil der J/JEW bereits eigene Erfahrungen damit gemacht hat, wenn ein Menschenleben zu Ende geht, ohne dass aus der Prozentzahl als solcher hervorgeht, mit welchen konkreten Gefühlen diese Erfahrungen einher gingen, inwieweit sie das eigene Leben nachhaltig geprägt haben oder im Kreis der Familie oder des erweiterten sozialen Umfelds in irgendeiner Weise aufgefangen oder aufgearbeitet wurden. Oft zeigt sich, dass Fragen, Ängste und Zweifel erst nach langem Zögern offen benannt werden – sicherlich ein Indiz dafür, dass der Trend zur Tabuisierung dieser Themen auch von J/JEW mehr oder weniger stark wahrgenommen wird und sich in einer gewissen Ratlosigkeit und Unsicherheit widerspiegelt.

Dies sind auch Erfahrungen, die im Rahmen des Schulunterrichtes zu diesem Thema immer wieder gemacht werden – erst nach anfänglicher Zurückhaltung und Skepsis kommen aufbrechende Fragen und Gedanken zur Sprache, die in einem „normalen“, alltäglichen Rahmen keinen Raum finden oder nur verschämt gestellt werden. Über in früheren Zeiten tabuisierte Themen wie Sexualität wird heutzutage wesentlich offener und freizügiger gesprochen als über die letzte Phase des Lebens – ein weiteres Anzeichen für die Widersprüchlichkeit im Umgang mit der eigenen Endlichkeit, denn obwohl nichts so sicher ist wie das eigene Sterben und der eigene Tod, wird dieser biographische Abschnitt vielfach vom eigenen Leben als abgekoppelt betrachtet und verdrängt. Für viele J/JEW ist es ein vollkommen neuer und zunächst befremdlicher Gedanke, dass Sterben letztlich genauso eine Lebensphase ist wie die Phase der Pubertät, der Partnersuche, der beruflichen Orientierung oder der Familiengründung und dass sie, wie alle anderen Lebensphasen auch, mit ihren eigenen, ganz spezifischen Charakteristika einher geht.

## **Sterben, „Sterbehilfe“ und Palliativversorgung – was geht mich das an?!**

### **Mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen über ein (nicht) alltägliches Thema sprechen.**

Doch nicht zuletzt das in den letzten Jahrzehnten immer stärker „ausgelagerte“ und an medizinische oder pflegerische Facheinrichtungen delegierte Sterben und die mediale Omnipräsenz von jungen, starken und erfolgreichen Menschen, die vielen J/JEW als Vorbilder dienen, verstärken den Eindruck, dass Sterben etwas sei, mit dem man sich lieber nicht zu nah befassen sollte, was so gar nicht in das Konzept eines gelingenden, erfolgreichen und vor allem selbstbestimmten Lebens, in dem alles unter Kontrolle ist, hineinpasst.

Die hohe Zustimmungsraten zur Tötung auf Verlangen (TAV) bei J/JEW entspricht hierbei dem allgemeinen Trend in der Gesamtbevölkerung zu dieser Form der „Sterbehilfe“. Im Gegensatz zu anderen gesellschaftlichen Fragen und Diskussionen, bei denen es gleichsam sowohl der allgemeine Reflex als auch das Privileg der Jugend ist und sein darf (!), oppositionell und quer zu denken und sich von der Meinung der älteren Bevölkerung abzugrenzen, findet sich in dieser Frage eine große Einigkeit bei jung und alt.

Spricht man junge Menschen auf die Gründe für ihre Haltung an, so wird sehr häufig genannt, dass es wesentlich besser sei, sein Leben selbstbestimmt zu beenden, bevor man qualvoll, auf andere angewiesen und vollkommen hilflos, durch eine tödliche Krankheit gezeichnet bis zum Schluss vor sich hin vegetiert. Obgleich dies Befürchtungen widerspiegelt, die auch bei älteren Menschen zu einer hohen Zustimmung für TAV führen, ist bei jungen Menschen der entwicklungspezifische Kontext in besonderer Weise zu beachten. In der Phase der Adoleszenz, die u. a. durch die Abnabelung vom Elternhaus, dem starken Wunsch nach Autonomie und Freiheit, sowie dem Bestreben, durch möglichst gutes Aussehen und Erfolg dem anderen Geschlecht zu imponieren gekennzeichnet ist, ist es für die meisten jungen Menschen eine als massive Retardation empfundene und so wörtlich benannte „Horrorvorstellung“, (wieder) in die Rolle der Hilfsbedürftigkeit, der Abhängigkeit und des Angewiesenseins zurückzufallen – abgehängt und isoliert vom „normalen“ Leben der Gleichaltrigen und allem, was Spaß macht und als „cool“ und „sexy“ empfunden wird.

Die Angst vor Schmerzen, großem Leid und einem qualvollen Sterben tut noch ein übriges dazu.

Es ist ein durchaus realistischer Befund und eine Tatsache, dass sich Sterben schwierig gestalten kann und mit Verfall, Ängsten und Ohnmachtsgefühlen einhergeht. Wenn dies jedoch das einzige Bild ist, was Jugendliche dazu im Kopf haben, dann stellt sich sicher auch die kritische Rückfrage an die Gesellschaft, welches Bild – vor allem medial – vom Sterben gezeichnet wird und sich dann letztlich in den Gefühlen und Gedanken ihrer heranwachsenden Mitglieder widerspiegelt. Häufig sind J/JEW vollkommen verblüfft und konsterniert zu hören, dass Sterben nicht nur schrecklich und qualvoll sein muss. Ein wesentlicher Grund hierfür liegt sicher darin, dass auch im Kontext von Schule, wo ja viel (Gesundheits)Aufklärung betrieben wird, das Thema Tod und Sterben immer noch unterrepräsentiert ist oder in einer Art und Weise behandelt wird, die nicht zur Reduktion von Ängsten und Unsicherheiten beiträgt, mithin an den realen Bedürfnissen Heranwachsender vorbeigeht. Wie auch die Umfrage zeigt, ist dem Großteil der J/JEW gänzlich unbekannt, was Palliativversorgung bedeutet und welche Chancen diese bietet, das Lebensende bis zum letzten Atemzug noch so schmerzarm, menschenwürdig und schlichtweg „lebenswert“ wie möglich zu

## **Sterben, „Sterbehilfe“ und Palliativversorgung – was geht mich das an?!**

### **Mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen über ein (nicht) alltägliches Thema sprechen.**

gestalten. Ohne dieses Wissen um derlei Möglichkeiten liegt der Schluss nahe, im Fall einer tödlich verlaufenden Krankheit dem eigenen Leben so schnell wie möglich ein Ende zu setzen.

Wenn von J/JEW im hospizlich-palliativen Kontext die Rede ist, so hat man zumeist direkt Betroffene, bereits erkrankte Personen vor Augen. Es versteht sich einerseits von selbst, dass im Rahmen von Gesprächen mit dieser Personengruppe den spezifischen Umständen der Erkrankung und deren Einfluss auf die Entwicklung, das Denken, Fühlen und Handeln Rechnung getragen werden muss. Andererseits sind gesunde und erkrankte Jugendliche in vielen Punkten womöglich wesentlich weniger voneinander entfernt, als man dies auf den ersten Blick glauben mag. Daher sollen die folgenden Ideen und Hinweise, wie Gespräche zu diesen Themen gelingen können, beide Gruppen in den Blick nehmen und Hilfestellungen bieten. Im konkreten Fall muss jede/r Beratende für seinen spezifischen, beruflichen Kontext und mit Blick auf das Gegenüber selbst entscheiden, was angemessen und sinnvoll erscheint.

### **1.Reden und erzählen lassen!**

Basis eines konstruktiven Gesprächs ist häufig viel stärker das Zuhören als das Reden. Daher ist es wichtig, zunächst die J/JEW in den Mittelpunkt zu stellen und sie erzählen und berichten zu lassen, welche Fragen, Ängste und Zweifel sich aus ihrer Sicht darstellen. Das Aufgreifen dieser Vorerfahrungen und die sich daraus ergebende Chance, Rückgriff nehmen zu können auf Gedanken und Aspekte, die von den J/JEW selbst benannt werden und somit eine Lebensrelevanz beinhalten, bietet den optimalen Rahmen, Gesprächsinhalte interessengeleitet zu gestalten. Ohne einen solchen adressatengerechten Bezug kann leicht die Situation entstehen, „aneinander vorbei“ zu kommunizieren.

### **2.Nicht werten!**

Jede Einstellung und jede Meinung basiert auf eigenen Werthaltungen, so wie auch eine Vielzahl von Ängsten auf unzureichend verarbeitete, biographische Ereignisse zurückführbar ist. Wenn J/JEW dies benennen und davon berichten, ist dies als Vertrauensbeweis, oder, will man es weniger formalistisch ausdrücken, schlichtweg als Geschenk zu werten. Daher sollte jegliche Aussage als Ausdruck persönlichen Denkens und Empfindens so „stehen gelassen“, angenommen und respektiert werden, auch wenn sie dem eigenen Denken widersprechen mag. Wertungen, insbesondere negative oder als verletzend empfundene, können Gesprächsfäden abreißen lassen und Vertrauen nachhaltig zerstören. Dass sich im Laufe einer sich anschließenden tieferen Bearbeitung der Thematik bestimmte Haltungen ändern können oder Widerstände aufbrechen, ist aus pädagogischer Sicht und im Interesse der Persönlichkeitsentwicklung zwar sicher wünschenswert, kann aber niemals von außen aufgezwungen werden. Hierbei ist übrigens zu konstatieren, dass interessiertes und durchaus auch kritisches (!) Nachfragen für die meisten J/JEW meist kein Problem darstellt - nicht zuletzt, weil sich dadurch ausdrückt, die andere Seite wirklich ernst zu nehmen und echtes Interesse an ihrer Meinung zu haben, was von J/JEW als Aufwertung der eigenen Persönlichkeit wahrgenommen wird.

## **Sterben, „Sterbehilfe“ und Palliativversorgung – was geht mich das an?!**

### **Mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen über ein (nicht) alltägliches Thema sprechen.**

#### **3. Setting beachten!**

Um zu verdeutlichen, dass Sterben und Tod zum Leben dazugehören und nichts „unnormales“ sind, können Gespräche darüber auch an „normalen“ Orten stattfinden. Eine besondere Dekoration oder Umgestaltung des Raumes (Kerzen, Tücher, Düfte) mag einige J/JEW ansprechen und kann im Kontext der Arbeit mit trauernden Jugendlichen durchaus hilfreich sein, die Erfahrungen z. B. im Rahmen von Schulunterricht zeigen jedoch, dass ein Großteil der jungen Menschen mit Befremden, Belustigung oder Ablehnung reagiert. Im üblichen, lebensweltlichen Kontext können derlei Arrangements schnell als überflüssige Inszenierung empfunden werden, die das Thema unnötig emotional aufladen und dadurch erst Recht eine verunsichernde Wirkung herbeiführen. Damit ist die Intention eines bei aller Emotionalität sachlichen Zugangs schnell konterkariert. Deshalb: So „normal“ wie möglich bleiben, denn Normalität bietet eine große Sicherheit und guten Rahmen zur Einbettung eines Gesprächs.

#### **4. Denk-, Lern- und Gefühlsprozesse begleiten!**

Es ist eine besondere Kunst, nah am Menschen zu sein, ohne dabei gleichzeitig in unangemessener Weise neugierig oder aufdringlich zu sein. Die meisten J/JEW wissen es zu schätzen, wenn sich für Sie und Ihre Meinung interessiert wird. Daher macht es immer wieder Sinn, im Verlauf oder spätestens zum Ende eines Gesprächs nachzufragen, ob man noch gemeinsam „auf dem richtigen Weg“ ist, welche Fragen sich geklärt haben und welche noch offen sind. Da dies manchmal nicht ad hoc vom Gegenüber beantwortet werden kann, kann auch der Gedanke mitgegeben werden, bis zur nächsten Begegnung offene Fragen oder Erkenntnisse zu notieren, an denen dann weiter gearbeitet werden kann. In diesem Zusammenhang gilt: Niemand kann alleine alles wissen und können. Suchen Sie also selbst Kontakt nach außen, sammeln Sie Fragen und leiten diese weiter, sofern Sie sie nicht selbst beantworten können und kontaktieren Sie weitere Fachleute. Laden Sie Experten ein, besuchen Sie zusammen mit J/JEW Orte, die in der Auseinandersetzung mit dem Thema hilfreich sein können und besorgen Sie sich altersgerechtes Informations- und Anschauungsmaterial (z. B. über die Deutsche PalliativStiftung in Fulda:

<http://www.palliativstiftung.de/service-aktuelles/bildungsarbeit/unterrichtsmaterial/>)

Wichtig bei allem guten und sinnvollen Aktionismus ist jedoch, keine schnellen „Erfolge“ oder gravierenden Einstellungsänderungen zu erwarten oder die J/JEW in Richtung der eigenen Meinung zu drängen.

Intensives Nachdenken, kritische Reflexion und die eventuelle Änderung von bestehenden Überzeugungen braucht neben der konstruktivistischen Überzeugung von Perturbation, Krise und Reframing, vor allem etwas wesentlich profaneres, nämlich: Zeit – und darf diese auch haben!

Hierbei ist es entscheidend, selbst ehrlich und authentisch bleiben und bestehende Grenzen zu benennen. Denn mit dem Nachdenken über Sterben und Tod stellt sich – gerade im religiösen Kontext – meist unweigerlich die Theodizee-Frage. Doch es gibt Dinge, die sich der rationalen Erkenntnis und dem menschlichen Horizont entziehen, sich für keine Seite befriedigend beantworten lassen und somit offen

**Sterben, „Sterbehilfe“ und Palliativversorgung – was geht mich das an?!**

**Mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen über ein (nicht) alltägliches Thema sprechen.**

bleiben (müssen). Dies in aller Ehrlichkeit zu benennen anstatt den Allwissenden zu spielen, wird von J/JEW i. d. R. sehr respektiert und geschätzt.

Dies soll auch die abschließende Ermutigung sein: Seien Sie ehrlich, mutig, offen, am Menschen interessiert, informiert, einfühlsam, kreativ und begegnen Sie den J/JEW mit Wertschätzung und Respekt. Eine bessere Gesprächsbasis gibt es nicht!

*Dr. Anja Stöbener*

*Studienrätin für Wirtschaft und Verwaltung/evangelische Religion*

*Ehrenamtliche Mitarbeiterin im Bereich Jugend und Bildung*

*der Deutschen Palliativstiftung Fulda*

*anja.stoebener@palliativstiftung oder unterricht@palliativstiftung.de*

