



Pressemitteilung

Nicole Höfle
Leiterin der
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Königstraße 7
70173 Stuttgart

T 0711 70 50-311
F 0711 70 50-301

nicole.hoefle@drs.de
kath-kirche-stuttgart.de

Stuttgart, 07.04.2021

„Es ist wichtig von dem Menschen zu erzählen, den man verloren hat“

Die Trauerbegleiterin Anke Keil analysiert, wie Corona den Umgang mit dem Tod verändert

Jeden Tag werden die neuesten Zahlen der Corona-Toten veröffentlicht. Hinter der nüchternen Statistik aber verbergen sich viele Einzelschicksale: Frauen und Männer, die an Corona verstorben sind, ohne einen Menschen an ihrer Seite. Angehörige, die sich von einem sterbenden Menschen nicht mehr oder nur flüchtig verabschieden konnten. Die Trauerbegleiterin Anke Keil vom katholischen Hospiz St. Martin spricht im Interview darüber, was tägliche Todeszahlen mit den Menschen machen, wie sich Trauer in Pandemiezeiten verändert und welche Angebote es für trauernde Menschen auch in Coronazeiten gibt.

Wie hat Corona den Umgang mit dem Tod verändert, Frau Keil?

Die Menschen reagieren unterschiedlich. Einerseits lässt sich eine Sensibilisierung beobachten, die Menschen halten zum Beispiel in Gedenkveranstaltungen für die an Corona Verstorbenen inne. Andere schieben die Auseinandersetzung mit dem Tod gerade aufgrund der Bedrohung durch eine Pandemie weit von sich, in dem sie sich sagen, es trifft ja nur die anderen, die Alten, die chronisch Kranken, die Schwachen. Und dann lässt sich noch eine weitere Veränderung beobachten: Die täglich vermeldeten Coronazahlen führen dazu, dass die an Krebs, an einem Herzinfarkt, an einem Schlaganfall, an einem Unfall Verstorbenen und ihre trauernden An- und Zugehörigen geradezu untergehen. Neulich stellte eine Mutter, deren Kind tot geboren wurde, in der Trauerbegleitung fest: es hat eigentlich durch Homeoffice und Kontaktbeschränkungen kaum jemand die Schwangerschaft gesehen. Und entsprechend fragt gar niemand nach. Wenn sie über ihren Schmerz sprechen möchte, muss sie sich erst einmal erklären. Das ist eine Hürde für Trauernde. Wenn ich heute sage, ein Mensch ist gestorben, denkt jeder ganz selbstverständlich: klar, an Corona.



Wir hören jeden Tag, wie viele Menschen an Corona verstorben sind. Sterbezahlen waren noch nie so allgegenwärtig in den Nachrichten, in den Sozialen Medien, überall. Was macht das mit den Menschen?

Wir sind mit Quantitäten konfrontiert, die uns gar nicht berühren müssen. Zahlendokumentationen sind wichtig für die Virologen, für die Wissenschaft, aber sie bleiben so lange abstrakt, so lange ich kein Gesicht, keine Lebensgeschichte damit verbinde. Nicht erzählt wird, welche Bedeutung der oder die Verstorbene für die eigene Familie, für die Freunde hat. Welche Lücke ihr Tod hinterlässt. Welche Hoffnungen die Angehörigen hatten und welche Pläne durch den Tod einfach nicht mehr gelebt werden können. Erst wenn ich die Geschichte dahinter kenne, berührt mich der Tod. Ein prominentes Beispiel ist Captain Tom. In Großbritannien hat die halbe Nation im Februar um Captain Tom getrauert, einen Kriegsveteranen, der in den Monaten davor Millionen Euro an Spenden für die Menschen im Gesundheitswesen gesammelt hat und dann mit 100 Jahren selbst an Corona verstorben ist.

Tod und Sterben sind dadurch in unserem Alltag viel präsenter. Wird der Umgang mit dem Tod dadurch selbstverständlicher?

Das kann ich nicht feststellen. Vielmehr erleben wir im Moment eher so eine Art „Leidolympiade“, ein sich Überbieten in der Frage danach, wer ist von der Pandemie am schlimmsten betroffen? Und dabei geht es nicht um die Verstorbenen, sondern um die Lebenden. Leiden die Kinder und Jugendlichen, die seit Monaten nicht in die Schule dürfen, am meisten? Oder die Senioren, die vereinsamen? Oder die Unternehmer und Selbständigen, die um ihre Existenz fürchten müssen? Auch die trauernden Angehörigen und Freunde, die aufgrund des Lockdowns und den Hygienebestimmungen in Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen vielleicht zusätzlich ihre Angehörigen nicht mehr sehen konnten, kommen in diesen Diskursen eigentlich nicht vor.

Wegen der vielen Kontaktbeschränkungen werden Angehörige gar nicht mehr oder nur sehr eingeschränkt zu dem sterbenden Menschen eingelassen. Was erleben die Angehörigen im Moment?

Angehörige und Freunde erleben seit vielen Monaten, dass sie sich von dem Menschen, der stirbt, nicht verabschieden können. Die Trauerforscherin Ruthmarijke Smeding benennt ein Triptychon der Trauer, nach dem Trauer nicht erst nach dem Tod anfängt als Weiterlebenstrauer – das ist das, was viele gemeinhin unter Trauer verstehen. Smeding nennt daneben noch die Sterbenstrauer und die Todestrauer. Bei beiden ist der sterbende bzw. der dann verstorbene Mensch körperlich noch präsent. Sterbenstrauer ist unter normalen Umständen die Phase, in der ich Schritt für Schritt von einem Menschen Abschied nehmen kann. Es ist die Zeit, in der der Mensch noch da ist und man vieles mit ihm gemeinsam zum letzten Mal tut. Ich erlebe mit, wie der Angehörige, die Freundin, der Freund schwächer wird, an Kraft verliert. Ich begreife Stück um Stück, dass der Mensch sterben wird. Das ist etwas ganz anderes als das derzeitige Erleben: ein Angehöriger wird auf die Intensivstation gebracht und irgendwann bekomme ich die Nachricht von seinem Tod. Mir fehlen dann wichtige Sinneseindrücke, gemeinsame Erlebnisse. Ich kann nicht wirklich begreifen, was passiert ist. Ich fühle mich dann wie in einem Albtraum, aus dem ich nicht



mehr aufwache. Und noch etwas Anderes fehlt: ein inneres Bild, wie sich der Angehörige in den letzten Stunden gefühlt haben mochte – eben weil mir auch die anderen Eindrücke fehlen. Dann habe ich vielleicht ein Bild im Kopf, das der Wirklichkeit gar nicht entspricht, ein Bild aus unserer Fantasie. Und da am Ende des Weges für uns persönlich eine Katastrophe steht, nämlich der Tod eines vertrauten Menschen, sind auch unsere inneren Bilder eher unter diesen Vorzeichen gestaltet: katastrophisch und negativ.

Was raten Sie? Wie kann man unter diesen schwierigen Bedingungen dennoch Abschied nehmen?

Ich kann diese wichtige Phase des Abschiednehmens nicht nachholen, sie wird mir in der direkten, körperlichen Form genommen. Was ich aber als Angehörige oder Angehöriger tun kann, ist das Verstehen und Begreifen so gut es geht nachzuholen. Eine Möglichkeit könnte sein, Informationen zu sammeln. Auf vielen Intensivstationen gibt es beispielsweise ein Intensivtagebuch, in dem zumindest die medizinischen Fakten festgehalten sind. Ich kann versuchen, mit Pflegekräften, mit Ärztinnen zu sprechen, im Pflegeheim mit den Pflegerinnen, um zu erfahren, wie der mir nahestehende Mensch die letzten Stunden verbracht hat. Das Wissen hilft mir eventuell im Nachhinein zu begreifen und hilft mir auch, manche schlimmen Bilder, die ich im Kopf habe, durch andere zu ersetzen. Das Erleben aufzuarbeiten ist aber sicher eine wichtige Aufgabe für die kommende Zeit, miteinander Möglichkeiten und Rituale zu entwickeln, die den Einzelnen unterstützen auf dem persönlichen Trauerweg.

Welche Gestaltungsmöglichkeiten für die Trauerfeier gibt es?

Für die Trauerfeier beispielsweise kann ich mit der Bestatterin oder dem Bestatter und auch mit dem Seelsorger oder der Seelsorgerin ausloten, was unter Coronabedingungen gerade möglich ist und für einen selbst stimmig. Wichtig sind Dinge, die Verbindung schaffen. Das kann ein Brief sein, den ich dem Verstorbenen schreibe und in dem ich das ausspreche, was ich im Pflegeheim, im Krankenhaus eben nicht mehr sagen konnte. Diesen Brief kann ich dem Verstorbenen mitgeben. Eine Frau erzählte mir neulich, dass sie dem Verstorbenen ein selbst genähtes Stoffherz in den Sarg hat legen lassen. Das gleiche Herz liegt auf ihrem Nachttisch. Auch das Teilen von Erinnerungen ist ein wertvoller Bestandteil von Trauerarbeit unter Corona-Bedingungen. Es ist wichtig, von dem Menschen zu erzählen, den man verloren hat. Vielleicht bietet Corona ja auch die Chance, den Kondolenzbrief neu zu entdecken und sich gegenseitig Erinnerungen an den Verstorbenen zu schenken.

Melden sich mehr trauernde Angehörige im Hospiz als zu anderen Zeiten, weil auch mehr Menschen sterben?

Im Gegenteil, im Moment melden sich weniger Trauernde bei uns als vor Corona. Das kann verschiedene Gründe haben. Ich glaube, dass die Menschen oft all ihre Energie brauchen, um den Alltag unter Pandemiebedingungen zu bestehen. Denn es fallen dadurch auch die Dinge aus, die normalerweise Halt geben: Arbeit, Routinen, Hobbies ... Da bleibt oft keine Zeit und keine Kraft mehr, um sich nach einer Trauerbegleitung oder einer Trauergruppe umzusehen. Hinzu kommt vielleicht, dass wir alle davon ausgehen, dass ohnehin nichts



stattfinden kann und deshalb auch gar nicht auf die Idee kommen, nach einem Angebot für Trauernde zu suchen.

Welche Trauerbegleitung kann im Hospiz St. Martin angeboten werden?

Wir bieten weiterhin die unterschiedlichsten Trauergruppen an für verschiedene Lebensalter und auch verschiedene Verlusterfahrungen. Die Treffen waren teilweise ausgesetzt, dann haben sich die Gruppen online getroffen oder die Gruppenleiterinnen haben die Teilnehmenden mit einem sehr hohen persönlichen Engagement einzeln begleitet per Telefon, Mail, Brief. Manche Gruppen treffen sich per Videochat. Auch das empfinde ich inzwischen als eine gute Alternative, wenn Treffen in Präsenz nicht gehen. Denn auch im Video können wir gemeinsam Kerzen für die Verstorbenen anzünden und an Themen arbeiten. Ich kann einem weinenden Angehörigen dann zwar kein Taschentuch reichen, aber ich kann ihm sagen: ich sehe deine Tränen. Und die hilfreiche und wichtige Erfahrung, in Verbindung zu sein mit Menschen, die einen verstehen können, die entsteht auch online. Wir bieten darüber hinaus aber auch Einzelbegleitung für trauernde Frauen, Männer, Kinder und Jugendliche an, vor Ort, per Mail, per Video und per Telefon.

Zur Person Anke Keil

Anke Keil hat selbst ihre dritte Tochter kurz vor der Geburt verloren und danach nicht nur zwei weitere Kinder bekommen, sondern auch den Weg zur Trauerbegleiterin eingeschlagen. In der Zeit nach der Totgeburt ihrer Tochter hat die 40 Jahre alte Theologin die bittere Erfahrung gemacht, alleine mit ihrer Trauer zu sein: „Wir saßen als Paar und als Familie alleine mit unserer Trauer da. In Esslingen gab es damals keine Trauergruppe für Paare, die ein Kind verloren haben.“ Ihr Entschluss damals: Sie gründete zusammen mit einer Psychologin eine Trauergruppe, absolvierte parallel dazu eine Ausbildung zur Trauerbegleiterin. Geholfen hat ihr dabei die Erfahrung, die sie 15 Jahre lang als Ehrenamtliche bei der Telefonseelsorge gesammelt hat. Seit 1. Juni 2020 arbeitet Anke Keil mit 50 Prozent beim Hospiz St. Martin, wo sie Trauergruppen leitet und das Konzept für das Trauerpastorale Zentrum mit entwickelt, das in der Kirche und im Pfarrhaus von Mariä Himmelfahrt angesiedelt wird. Zusätzlich absolviert sie derzeit eine Ausbildung zur Familientrauerbegleiterin.

Informationen zur Trauerbegleitung im Hospiz St. Martin gibt es unter folgender Telefonnummer 0711/ 65 29 07-0

