

URHEBERRECHTLICHER HINWEIS

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt und darf vom Empfänger ausschließlich zu rein privaten Zwecken genutzt werden. Jede Vervielfältigung, Verbreitung oder sonstige Nutzung, die über den in §§ 45 bis 63 Urheberrechtsgesetz geregelten Umfang hinausgeht, ist unzulässig.

© Nell-Breuning-Haus, Herzogenath

Sende-Manuskript

**Interview (Radiofeature von Axel Gauster) mit Norbert Heymann
in Herzogenath/Deutschland Dezember 2015**

Sprecher:

Warum ist im Abendland das Sterben heute immer noch mit einem Tabu belegt?

O-Ton Norbert Heymann:

Ich denke, dass wir als Menschen den positiven Wahn haben ewig zu leben. Und das ist gut und richtig so. Weil wir so unser Leben gestalten können und weil wir so kreativ sind. Und es ist nicht gut, ständig dann über das Sterben nachzudenken. Warum ist es tabuisiert? Ich glaube weil wir Angst haben vor dem Sterben. Weil es nicht in unsere Denkweise hinein passt. Weil es so endgültig ist. Und weil es mit so viel Schmerz und Trauer verbunden ist. Weil wir sind als Menschen einfach darauf angelegt zu leben.

Sprecher:

Sagt Norbert Heymann, Krankenhausseelsorger vom Bistum Aachen. Sein Thema: Umgang mit Leben und Sterben – Theorie, Praxis und Übungen zum persönlichen Umgang im Rahmen des Gesamtprojektes 'Arbeitswelt 2020' auf dieser Schulungsveranstaltung Dezember 2015 in Herzogenath, Deutschland. Man soll auch mit Zwanzig schon unter Umständen testamentarisch vorsorgen oder zumindest an dieses Thema denken.

O-Ton Norbert Heymann:

Ich glaube man vermiest sich nicht das Leben, sondern man nimmt war, daß der Tod ganz selbstverständlich dazu gehört. Ich habe – zum Beispiel – zwei Söhne. Und da war es immer selbstverständlich, wenn jemand gestorben ist aus der näheren Verwandtschaft, dann sind die mit zur Beerdigung gekommen. Und sie sind auch dabei gewesen, um sich bei den Verstorbenen zu verabschieden. Der Hans-Dieter Hüsche hat einmal gesagt: 'Beerdigen muß man üben.' Ich finde, daß ist ein toller Satz. Er dramatisiert es nicht. Aber es gehört einfach selbstverständlich dazu, daß Menschen sterben. Und das ich damit umgehen lerne. Je früher man damit anfängt, daß ganz selbstverständlich ist, daß es dazu gehört und kein Tabuthema ist, um so besser kann ich damit umgehen.

Sprecher:

Krankenhäuser sind ja zeitlich sehr eng getaktet. Wie gehen denn die pflegenden Menschen mit dem Thema Sterben und Tod in ihrem Berufsalltag um? Norbert Heymann.

O-Ton Norbert Heymann:

Auf den ganz normalen Stationen versuchen die Bedingungen zu schaffen, wo Menschen gut sterben können. Wenn es das so gibt. Und wo auch Angehörige gut begleitet werden. Das die eine hohe Sensibilität an den Tag legen.

Sprecher:

Das ist wichtig. Auch für die pflegenden Menschen. Das beugt nämlich seelischem Stress vor. Und der macht – wie bekannt – auf die Dauer krank. Im Sinne der Salutogenese geht es um ein Gleichgewicht zwischen professionellem Verhalten und Nähe zum Menschen.

O-Ton Norbert Heymann:

Ich erlebe das besonders zum Beispiel auf der Intensivstation. Wo man ja meinen sollte, da ist die Hightechmedizin, da gibt es keine Emotionen, da kommt es nicht auf das Menschliche an. Ich erlebe es genau umgekehrt: Das die Pflegenden sehr betroffen sind, sich sehr bemühen. Sehr gut versuchen, die Bedürfnisse der Patienten und auch der Angehörigen wahrzunehmen.

Sprecher:

Nun gibt es ja den Ort des Sterbezimmers. Was ist das denn genau? Norbert Heymann.

O-Ton Norbert Heymann:

Man hat einen Raum gewählt, der geeignet war, um diesen Toten aufzubahren. Das kann das Schlafzimmer gewesen sein, wo er gestorben ist. Das kann auch das Wohnzimmer sein. Ich habe es einmal in einer Familie erlebt. Da wurde der Esstisch ausgefahren und dann wurde der Verstorbene darauf gelegt. Im Wohnzimmer. Und alle kamen dann dahin und setzten sich drum herum. Teilweise gibt es so Traditionen, daß da ganz ausgelassen gefeiert wird. Das ein Schnäppchen getrunken wird. Und der Tote ist mitten dabei. Und es ist gut, daß Menschen das so gestalten können. Und gucken können: Was ist für uns richtig und was ist in unserer Tradition richtig.

Sprecher:

Die Psychiaterin Elisabeth Kübler-Ross¹⁾ beschreibt in ihrem Standardwerk 'Interviews mit Sterbenden'²⁾ aus dem Jahre 1969 die fünf Sterbephasen eines Menschen. Ihre Erkenntnisse sind heute Grundlage der Hospizbewegung und der Palliativmedizin. Norbert Heymann

O-Ton Norbert Heymann:

Es ist immer noch gültig. Natürlich sind da Dinge dazu gekommen. Sind sie vielleicht ein bißchen auch abgeändert worden. Aber ich halte es immer noch – nach wie vor – für eine Grundlage. Und Dinge, die einmal richtig sind, werden ja nicht nur weil sie dreißig Jahre alt sind, irgendwann falsch. Ich halte diese Beobachtungen nach wie vor für unheimlich wertvoll und erhellend. Und ich nehme sie auch in meinem Alltag so wahr. Also man darf sie nicht als Gesetz sehen.

Sprecher:

In der Städtereion Aachen gibt es seit einiger Zeit die so genannte Vorsorgemappe. Darin

auch eine Patientenverfügung. Und entsprechende nationale Gesetze über Sterbehilfe und Sterbebegleitung heben die Bedeutung dieses Dokumentes hervor.

O-Ton Norbert Heymann:

Es geht darum herauszufinden: Was ist der Wille des Patienten. Und wenn ich das in Ruhe schriftlich festhalte, dann hat der Arzt auch einen Anhaltspunkt und einen Leitfaden. Der ist sehr hilfreich. Ich erlebe das immer wieder, daß Ärzte danach fragen: 'Hat der denn eine Patientenverfügung?' Und wenn nein – es dem Patienten nahe gelegt wird, ob er das nicht machen will. Ich glaube die Scheu ist davor, daß es so eine sich selbst erfüllende Prophezeiung sein könnte. Das heißt wenn ich jetzt so etwas mache, dann werde ich es auch bald brauchen. Und wenn man sich das bewußt macht, dann ist es vielleicht einfacher, sich wirklich damit auseinander zu setzen.

Sprecher:

Nun haben alle pflegenden Menschen täglich mit den Themen Leben und Sterben, Krankheit und Gesundheit, Freude und Trauer zu tun. Und sie als Krankenhauseelsorger sind da keine Ausnahme. Und die seelischen und körperlichen Belastungen in diesen Berufen sind ja bekannt. Wie halten sie sich gesund?

O-Ton Norbert Heymann:

Einmal indem sehr sorgfältig darauf achte, diese Balance zwischen Nähe und Distanz wahrzunehmen. Und ich glaube, daß kann man auch ein Stück lernen. Zwar persnlich dazu sein aber auch zu gucken, daß es nicht zu meiner Trauer wird. Es gibt so Untersuchungen in Amerika, das ist so eine Coping-Strategie. Man legt sich eine Schutzschicht an, damit nicht jede Emotion einen trifft. Das heißt nicht, daß ich gefühllos werde, sondern das ich mich selber schütze. Das ist notwendig. Es gibt natürlich Situationen, wo das durchschlagen wird. Dann muß ich gucken, daß ich da einen Ausgleich finde. Das ich mir etwas Gutes tue. Das ich Abstand gewinne. Es gab Situationen, wo ich dann erst einmal eine Stunde nur durch die Stadt ging, um da etwas anderes in den Kopf zu kriegen. Es gibt Möglichkeiten der Supervision. Es gibt Möglichkeiten mit Kollegen zu sprechen. Und mein privates Umfeld ist einfach ganz wichtig. Das ich da ein Stück Entlastung finde. Auch wenn ich diese Dinge nicht unbedingt direkt mit einbringe. Aber ich merke es tut mir gut.

¹⁾ [Elisabeth Kübler-Ross Foundation](#) – Scottsdale, Arizona, USA. Homepage. Abgerufen am 10. 01.2016

²⁾ Elisabeth Kübler-Ross: *Interviews mit Sterbenden*. Auf deutsch veröffentlicht im Jahre 1971. Aktuelle Ausgabe: München 2001. Originaltitel: *On Death and Dying*. Chicago, USA 1969