

Lisa Bott, Monika Rapp, Frank Sowa (Hg.)

Sterben als Zumutung?

Über den gesellschaftlichen Umgang mit dem Tod



**WOCHEN
SCHAU
ACADEMY**

Lisa Bott, Monika Rapp und Frank Sowa (Hg.)

Sterben als Zumutung?
Über den gesellschaftlichen
Umgang mit dem Tod



//////
Lisa Bott, Monika Rapp und Frank Sowa (Hg.)

Sterben als Zumutung? Über den gesellschaftlichen Umgang mit dem Tod



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet unter <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© WOCHENSCHAU Verlag,
Dr. Kurt Debus GmbH
Frankfurt/M. 2022

www.wochenschau-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieses Buches darf in irgendeiner Form (Druck, Fotokopie oder einem anderen Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet werden.

Umschlaggestaltung: Wochenschau Verlag
Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier
Gesamtherstellung: Wochenschau Verlag
ISBN 978-3-7344-1531-9 (Buch)
E-Book ISBN 978-3-7566-1531-5 (PDF)
DOI <https://doi.org/10.46499/2161>

Inhalt

Lisa Bott, Monika Rapp & Frank Sowa

Sterben und Trauern erforschen: Eine Einführung	7
1 Sterben und Trauern in modernen Gesellschaften	7
2 Theorien zum Umgang mit Sterbenden	10
3 Theorien zu Trauer	12
4 Forschungsmethodik	21

Lisa Bott

Geschwister sterbender Kinder: Belastungen und Bewältigungsstrategien	25
1 Geschwister erkrankter Kinder in der Palliativversorgung	25
2 Erkenntnisinteresse und Fragestellung	26
3 Feldzugang	27
4 Spezialisierte ambulante pädiatrische Palliativversorgung des Universitätsklinikums Erlangen	28
5 Vorüberlegungen	29
6 Durchführung der Studie	30
7 Transkriptionsregeln	30
8 Vorstellung der InformantInnen	31
9 Ergebnisse	36
10 Diskussion der Ergebnisse mit bestehender Literatur	80
11 Fazit und Ausblick	85

Monika Rapp

Trauerprozesse verstehen	87
1 Forschungsinteresse	87
2 Vorüberlegungen und Durchführung der Interviews	88
3 Analyse der Interviews	89
3.1 Analyse Interview Otto	89
3.2 Analyse Interview Britta	127
3.3 Analyse Interview Stefan	166
4 Auswertung und Vergleich der Einzelanalysen	222
5 Fazit	230

Lisa Bott, Monika Rapp & Frank Sowa

Sterbe- und Trauerprozesse begleiten: Ein Auftrag für die Soziale Arbeit?	231
1 Tod als Tabu	231
2 Sensibilisierung	232
3 Handlungsempfehlungen zum Umgang mit Geschwistern sterbender Kinder	233
4 Sterben als Zumutung?.....	239
Literaturverzeichnis	241

Sterben und Trauern erforschen: Eine Einführung

Lisa Bott, Monika Rapp & Frank Sowa

1 Sterben und Trauern in modernen Gesellschaften

Einen uns nahestehenden Menschen beim Sterben zu begleiten, seinen Tod zu erleben und um ihn zu trauern sind in modernen Gesellschaften Vorgänge, die hinter den Kulissen stattfinden und über die bisweilen wenig öffentlich und privat gesprochen wird. Norbert Elias hat in seiner gesellschaftlichen Analyse über den Umgang mit dem Tod festgestellt, dass der Tod „ein Problem der Lebenden“ ist, da sie „es schwer finden, sich mit den Sterbenden zu identifizieren“ (Elias, 1982, S. 10). Zu sehr gilt der Tod der Anderen als ein mahnendes Zeichen für die eigene Sterblichkeit und die Begrenztheit des eigenen Lebens. Daher ist eine Verdrängung des Todes auf individueller Ebene zu konstatieren, als ein psychologischer Abwehrmechanismus, um unsere Unsterblichkeitsphantasien aufrecht zu erhalten (Elias, 1982). Zugleich ist jedoch auch eine Verdrängung des Todes auf sozialer Ebene zu beobachten, als ein gesellschaftlicher Wandel des Verhältnisses der Menschen zu Sterbenden, welche im Verlauf des Zivilisationsprozesses zunehmend isoliert werden, während ihre Leichen nahezu von der Öffentlichkeit verborgen und in aller Stille mit Hilfe von professionellen, hygienisch-technischen Praktiken vom Sterbezimmer ins Grab transferiert werden (ebd.). Die Thematik des Todes kann

für den engsten Familienkreis, angehörige Verwandte oder eng miteinander verbundene Freundinnen und Freunde schwerlich verdrängt werden. Zu unmittelbar stellen sich im Alltag konkrete Fragen im Umgang mit dem Tod: Während sie vor dem Tod des vertrauten Menschen klären müssen, wie sie mit dem Wissen über dessen Tod und dem Sterbeprozess umgehen, wird nach dem Tod relevant, wie sie als Zurückgebliebene den Verlust des Menschen bewältigen und ihren Trauerprozess gestalten.

Die Phänomene des Sterbens und Trauerns sind schon immer Gegenstand wissenschaftlicher Forschung, an der unterschiedliche Disziplinen wie die Geschichtswissenschaft, die Religionswissenschaft, die Medizin, die Philosophie, die Rechtswissenschaft, die Psychologie oder die Soziologie beteiligt sind (für einen ersten Einstieg in die Thematik siehe Nassehi/Weber, 1989; Schmied, 1985; Wittwer/Schäfer/Frewer, 2020). Letztere erfährt als Soziologie des Sterbens bzw. Thanatosoziologie eine zunehmende wissenschaftliche Bedeutung (Feldmann, 2010; Feldmann/Fuchs-Heinritz, 1995; Jakoby/Thönnies, 2017; Knoblauch/Zingerle, 2005a, b; Thieme, 2019) und untersucht beispielsweise den gesellschaftlichen Umgang mit toten Körpern (Knoblauch/Kahl, 2017), die Orte des Sterbens (Müller, 2019; Thönnies/Jakoby, 2011) oder im Kontext der soziologischen Trauerforschung die Umgangsformen des Erinnerns und Vergessens (Jakoby, 2014). Die hohe Aktualität der wissenschaftlichen Beschäftigung mit den Phänomenen des Sterbens und Trauerns spiegelt sich in zahlreichen Workshops und Konferenzen, aber auch in der Gründung des Arbeitskreises Thanatologie in der Sektion Wissenssoziologie der Deutschen Gesellschaft für Soziologie sowie der Etablierung der Zeitschrift *Jahrbuch für Tod und Gesellschaft* (JaToG) (Benkel et al., 2022) wider.

In diesem Werk präsentieren wir zwei qualitative Studien, die im Rahmen von studentischen Qualifikationsarbeiten an der Fakultät Sozialwissenschaften der Technischen Hochschule Nürnberg Georg Simon Ohm entstanden sind. Die erste Studie *Geschwister sterbender Kinder: Belastungen und Bewältigungsstrategien* von Lisa Bott be-

schäftigt sich mit Geschwistern schwerkranker Kinder mit lebenslimitierenden Erkrankungen, die in der Palliativversorgung betreut werden. Die Geschwister schwer erkrankter Kinder stehen neben diesen und ihren Eltern oftmals im Hintergrund und werden bisher nur spärlich mit betreut. Es wird der Frage nachgegangen mit welchen Belastungsfaktoren die gesunden Kinder umgehen müssen und inwieweit Ressourcen und Bewältigungsstrategien vorhanden sind. Ziel ist es für die Gedankenwelt und die Gefühle der gesunden Geschwister zu sensibilisieren. Die Fragestellung wird durch leitfadengestützte Interviews mit Geschwistern schwer erkrankter Kinder mit lebenslimitierenden Erkrankungen, die sich in der Betreuung des Palliativteams befinden, bearbeitet. Analysiert werden die Interviews durch das Verfahren der Sequenzanalyse. Die zweite Studie *Trauerprozesse verstehen* von *Monika Rapp* geht den Fragen nach, wie Menschen mit ihrer Trauer um den verstorbenen Vater umgehen, wie es ihnen gelingt, diese zu bewältigen, und ob sich typische Verläufe von Trauerprozessen erkennen lassen. Um den Fragestellungen nachzugehen, wurden leitfadengestützte Interviews geführt. Die Interpretation und Auswertung wurden auf Grundlage der Objektiven Hermeneutik durchgeführt. Die ausführlichen Sequenzanalysen schließen jeweils mit einer individuellen Fallstrukturhypothese ab, aus der eine allgemeine Erkenntnis in Form einer These herausgearbeitet wird. Ergebnis der Arbeit ist ein tiefer Einblick in die ganz persönlichen Trauerprozesse der Befragten und in deren Biographie. Der Vergleich der Trauerprozesse der Befragten zeigt, dass die Art der Beziehung zum Vater sich im Trauerverlauf widerspiegelt, gesellschaftliche und familiäre Normen den Trauerprozess prägen und unterdrückte Trauer zu einer Beschädigung der Beziehungsfähigkeit führt.

Zur Hinführung auf die beiden Studien stellen wir in dieser Einführung in aller Kürze bestehende Theorien zum Umgang mit Sterbenden (Abschnitt 2) sowie zu Trauerprozessen (Abschnitt 3) vor. Die Phänomene des Sterbens und Trauerns lassen sich unserer Auffassung nach auf sensible Art und Weise innerhalb eines qualitativen Forschungsdesigns erforschen (siehe auch Coenen/Meitzler, 2021), wes-

halb für die beiden Studien eine qualitative Forschungsmethodik bestehend aus leitfadengestützten Interviews und Sequenzanalyse gewählt wurde (Abschnitt 4).

Wie die beiden Studien von Lisa Bott und Monika Rapp zeigen, ist der gegenwärtige gesellschaftliche Umgang mit dem Tod dadurch gekennzeichnet, dass zu wenig darüber kommuniziert wird und Sterben und Trauern in modernen Gesellschaften tabuisiert werden. Sterben kann somit als Zumutung für die Lebenden verstanden werden. Nach der Vorstellung der Studien schließen wir dieses Buch daher mit der Frage, ob sich aus den Ergebnissen der Studien ein Auftrag für die Soziale Arbeit ableiten lässt, zukünftig Sterbe- und Trauerprozesse stärker als bisher zu begleiten. Die abschließenden Handlungsempfehlungen unterstützen dabei, eine gesellschaftliche Sensibilisierung für die Phänomene des Sterbens und Trauerns zu erreichen.

2 Theorien zum Umgang mit Sterbenden

Die wissenschaftliche Beschäftigung mit Sterbeprozessen und dem Lebensende des Menschen in der Gesellschaft kann vielfältige disziplinäre und perspektivische Formen annehmen (Brüning/Piechotta, 2005; Rosentreter/Groß/Kaiser, 2010). Dabei werden einerseits die Wahrnehmungen und Deutungen der Sterbenden selbst rekonstruiert, indem beispielsweise Interviews mit Sterbenden selbst erhoben werden (Kübler-Ross, 2001). Andererseits werden Menschen aus dem Umfeld der Sterbenden befragt – häufig sind dies professionelle Fachkräfte aus Krankenhäusern, Pflegeeinrichtungen oder Hospizen. Als Pioniere der sozialwissenschaftlichen Sterbeforschung können Barney G. Glaser und Anselm L. Strauss bezeichnet werden, die ihre, aus Beobachtungs- und Interviewdaten generierten Erkenntnisse über das Sterben als sozialen Prozess in Krankenhäusern in drei Monographien niederschrieben: Im Jahr 1965 veröffentlichten beide ihre Studie *Awareness of Dying* (Glaser/Strauss, 2017[1965]), die in der deutschen Übersetzung als *Interaktion mit Sterbenden. Beobachtungen für Ärzte, Schwestern, Seelsorger und Angehörige* erschien (Glaser/Strauss, 1974), im Jahr 1968 das Buch *Time for Dying* (Gla-

ser/Strauss, 1968) und schließlich im Jahr 1970 *Anguish: A Case History of a Dying Trajectory* (Strauss/Glaser, 1970). Während die beiden letzten Publikationen das Sterben als Statuspassage thematisieren, welche verschiedene typisierbare Verlaufsformen annehmen kann, werden in der ersten Studie vier Bewusstseinskontexte von Sterbenden herausgearbeitet, welche die grundsätzliche Situation definieren und die Interaktion zwischen Sterbenden und dem Krankenhauspersonal bestimmen:

1. *Geschlossenes Bewusstsein*: Die PatientInnen sind ahnungslos und wissen nichts vom bevorstehenden Tod während das Krankenhauspersonal keine oder falsche Auskünfte erteilt.
2. *Argwohn*: Die PatientInnen werden misstrauisch, das Personal versucht, Nachfragen abzuwehren. Falls dies nicht gelingt, wird über die Situation aufgeklärt.
3. *Ritueller Spiel wechselseitiger Täuschung*: Die PatientInnen und das Personal wissen über die Situation Bescheid, jedoch wird so getan, als unterscheidet sich die Situation nicht von anderen PatientInnen. In diesem Kontext kann die Würde und Intimität gewahrt werden.
4. *Offenes Bewusstsein*: Die PatientInnen kennen ihre Situation, der nahe Tod wird thematisiert und es besteht die Möglichkeit, sich auf den Tod vorzubereiten.

Als weitere klassische Studie zählt das Buch *Organisiertes Sterben* von David Sudnow (1973), in dem er Sterbesituationen in einem Krankenhaus untersucht hat, welche von den Handlungslogiken der Institution Krankenhaus gekennzeichnet sind. Dabei wird die Wirkmächtigkeit des fachlichen Urteils durch Professionelle sehr deutlich, beispielsweise, wenn es ‚zu Ende geht‘ und die letzte Phase des biologischen Sterbens erreicht ist: Dann dürfen Angehörige die Sterbenden besuchen, es wird über die Möglichkeit von Organspenden gesprochen und der Transport in die Leichenhalle wird geplant. Es tritt der ‚soziale Tod‘ ein, durch den der noch lebende ‚Patient im wesentlichen als Leiche behandelt wird‘ (Sudnow, 1973, S. 98).

Aktuelle empirische Forschungen zeigen, dass es Sterbende auf Palliativstationen und in Hospizen gibt, die ihren bevorstehenden Tod

nicht wahrhaben wollen und die Rolle des Sterbenden nicht akzeptieren, so dass der professionelle Umgang mit Patientinnen und Patienten schwierig wird (Saake/Nassehi/Mayr, 2019). Offenbar existiert bei Sterbenden u.a. der Bedarf, sich nicht mit dem eigenen Sterben auseinanderzusetzen zu müssen, weshalb Palliativstationen und Hospize eine Offenheit praktizieren müssten, die dazu führt, dass diese Menschen nicht gezwungen werden, über ihr eigenes Sterben zu reden.

3 Theorien zu Trauer

Nachfolgend werden nun gängige wissenschaftliche Theorien zur Trauer kurz vorgestellt. Diese können dabei unterstützen, individuelle Trauerprozesse besser zu verstehen. Jedoch darf nicht vergessen werden, dass Theorien nicht die Realität sind, sondern nur Konstrukte, die helfen sollen, die Realität zu verstehen. Bereits Freud hat sich in seiner 1915 erschienenen Schrift „Trauer und Melancholie“ intensiv mit Trauer beschäftigt. Er stellte fest: „Trauer ist regelmäßig die Reaktion auf den Verlust einer geliebten Person oder einer an ihre Stelle gerückten Abstraktion“ (Freud 1991[1915], S. 428). Trauer ist eine wichtige psychische Funktion, die hilft, mit dem Verlust umzugehen. Ziel dabei ist, so Freud, eine innere Loslösung vom Verstorbenen. Die emotionale Energie, die Trauernde noch mit Verstorbenen verbindet, soll nach und nach zurückgeholt werden. So stabilisieren sich Hinterbliebene und erlangen wieder Kraft für ihr weiteres Leben ohne den verstorbenen Menschen. Dies erfordert neben Zeit auch eine große psychische Anstrengung, die Freud „Trauerarbeit“ nennt (Freud, 1991[1915]).

3.1 Trauerphasen-Modelle

Zunächst wurde davon ausgegangen, dass sich ein Trauerprozess in typische Phasen einteilen lässt. Es gibt eine Vielzahl verschiedener Trauerphasen-Modelle. Bereits die von Freud beschriebene Trauerarbeit wird üblicherweise in drei Phasen unterteilt: 1) das Anerkennen der Realität des Verlustes, 2) Trauern und Auflösung der Gefühlsbin-

dung, 3) die Wiederaufnahme des Lebens einschließlich der Bereitschaft, neue nahe Bindungen einzugehen (Znoj, 2016, S. 7). Ein weiteres recht bekanntes Modell der Trauerphasen stammt von Bowlby, der vier Phasen nennt: 1) Betäubung, 2) Sehnsucht und Suche, 3) Desorganisation und Verzweiflung, 4) Reorganisation (Bowlby, 1983, S. 114). Eines der häufig zugrunde gelegten Phasenmodelle ist das von Verena Kast, auf das hier beispielhaft etwas näher eingegangen wird. Kast unterscheidet vier Trauerphasen:

1. *Phase des Nicht-wahrhaben-Wollens*: Sie tritt auf direkt nach Erhalt der Nachricht über den Tod eines geliebten Menschen und ist gekennzeichnet durch Schock und Empfindungslosigkeit. Auch verleugnen Hinterbliebene in dieser Phase oft den Tod, glauben z.B. an einen Irrtum, ein Missverständnis oder eine Verwechslung. Diese Betäubung kann von einigen Stunden bis Tagen andauern (Kast, 2006, S. 14-16).
2. *Phase der aufbrechenden Emotionen*: Wenn die Betäubung nachlässt, brechen intensive Gefühle auf, wie z.B. Schmerz, Traurigkeit, Verzweiflung, Hilflosigkeit, Ohnmacht, Wut, Angst, Ruhelosigkeit, Schuldgefühle. Manchmal erleben Trauernde in dieser Phase zwischendurch auch starke Gefühle der Freude, dass es diesen Menschen in ihrem Leben gab (Kast, 2006, S. 16-23).
3. *Phase des Suchens und Sich-Trennens*: In dieser Phase wird gesucht, was an die verstorbene Person erinnert, z.B. gemeinsame Orte der Erinnerung, alte Fotos, Ähnlichkeiten in Gesichtern Unbekannter. Manchmal werden Gewohnheiten Verstorbener übernommen. Oft führen Trauernde innere Gespräche mit dem Toten. Diese intensive Phase der Auseinandersetzung mit dem Menschen, den man verloren hat, ist schön und schmerzhaft zugleich. Denn jedem Finden folgt ein erneutes Sich-trennen-müssen. Diese Phase kann Wochen bis Jahre dauern (Kast, 2006, S. 23-28).
4. *Phase des neuen Selbst- und Weltbezugs*: In dieser Phase kehrt bei Trauernden allmählich innere Ruhe und Frieden zurück. Der Verlust des geliebten Menschen kann nun als Realität akzeptiert werden. Es werden neue Wege gesehen für das weitere Leben ohne

diesen Menschen. Der Trauerprozess hat die Person verändert, sie reifen lassen. Ist ein neuer Selbst- und Weltbezug gewachsen, dann wird das Leben wieder als sinnvoll erlebt (Kast, 2006, S. 29-33).

In jeder dieser Phasen kann es laut Kast zu Problemen kommen, die unterdrückte und verschleppte Trauerprozesse zur Folge haben können (Kast, 2013, S. 89ff). Trauerphasen-Modelle stellen den Trauerverlauf als linear und chronologisch dar, auch wenn eingeräumt wird, dass eine genaue Unterteilung nicht möglich ist und Trauernde zwischen Phasen hin- und herpendeln können (Bowlby, 1983, S. 114). Der amerikanische Trauerforscher Worden kritisiert, dass der Begriff „Phasen“ Trauernde passiv erscheinen lässt. Sie müssen die einzelnen Phasen und das, was zu ihnen gehört, durchstehen und aushalten (Worden, 2006, S. 45). Aus dieser Kritik heraus entwickelte er das Konzept der Traueraufgaben, das in den USA bereits 1982 veröffentlicht wurde.

3.2 Das Konzept der Traueraufgaben nach Worden

Worden greift in seinem Konzept der Traueraufgaben Freuds Idee der Trauerarbeit auf. Hinterbliebenen stellen sich im Trauerprozess Aufgaben, die von ihnen aktiv angegangen werden können und müssen. Dieses Konzept betont also die Handlungsfähigkeit der Betroffenen (Worden, 2006, S. 45). Trauernden stellen sich vier große Aufgaben, deren Bewältigung Anstrengung erfordert:

1. *Den Verlust als Realität akzeptieren:* Stirbt ein geliebter Mensch, ist es zunächst schwer, dies zu glauben. Die erste Traueraufgabe verlangt, zu akzeptieren, dass der Mensch tot ist, und dass ein Wiedersehen mit ihm - mindestens in diesem Leben - unmöglich ist. Solange Trauernde den Verlust leugnen oder verdrängen, wird diese Aufgabe als nicht bewältigt angesehen (Worden, 2006, S. 19-21).
2. *Den Trauerschmerz zulassen und verarbeiten:* Einen geliebten Menschen zu verlieren wird immer weh tun. Trauern ist eine Zeit voller schmerzhafter Gefühle, die man nicht vermeiden kann. Dazu gehören Traurigkeit, Niedergeschlagenheit, Angst, Wut,

Einsamkeit, Schuldgefühle. Diese Aufgabe wird oft umgangen durch Ausweichen in Empfindungslosigkeit, Ablenkung, Idealisieren des Verstorbenen oder auch das Verdrängen von Erinnerungen an ihn (Worden, 2006, S. 21-23).

3. *Sich an eine Welt ohne den verstorbenen Menschen anpassen:* Verstorbene haben vor ihrem Tod im Leben ihrer nahen Angehörigen oft viele verschiedene Rollen und Aufgaben übernommen. Die Hinterbliebenen müssen nun lernen, diese in ihrem Leben selbst zu übernehmen. Trauernde müssen sich also verändern und neues hinzulernen (Worden, 2006, S. 23-24).
4. *Sich auf neue Bindungen einlassen:* Zunächst ging es Worden hier darum, die emotionale Energie vom Verstorbenen abzuziehen und sich von ihm zu lösen. Ziel war es, frei zu werden, sich auf neue Bindungen einzulassen - dies betraf vor allem Witwen und Witwer (Worden, 2006, S. 24-25). Nach Auseinandersetzung mit dem Modell „Continuing Bonds“, das in Abschnitt 3.4 vorgestellt wird, hat Worden diesen Punkt verändert: Es geht für Trauernde in dieser Aufgabe nun darum, dem Verstorbenen einen neuen Platz im Leben zu geben. Dieser neue Platz ermöglicht es, eine dauerhafte Verbindung aufrecht zu erhalten und sich gleichzeitig wieder dem Leben zuzuwenden und neue Beziehungen eingehen zu können (Jungbauer, 2013, S. 60).

Wordens Ansatz der Traueraufgaben ist seit vielen Jahren ein wichtiges Modell in der Trauerbegleitung, ebenso wie Trauerphasen-Modelle. Jedoch finden zunehmend auch neuere Konzepte Beachtung, wie z.B. das Duale Prozessmodell, auf das im folgenden Punkt eingegangen wird.

3.3 Das Duale Prozessmodell (DPM) nach Stroebe und Schut

Die auf Freud zurückgehende Idee der Trauerarbeit findet sich sowohl in den Phasenmodellen als auch in Aufgabenmodellen als grundlegend wieder. Die Auseinandersetzung mit dem Verlust und das Durchleben der dazugehörigen Emotionen gelten als unvermeidbar für eine erfolgreiche Anpassung an ein Leben ohne den geliebten

Menschen. Dieser Konfrontation auszuweichen, so die einhellige Meinung, führe langfristig zu psychischen Problemen (Müller & Willmann, 2016, S. 44). Stroebe und Schut stellen das Postulat der Trauerarbeit in Frage, auch weil wissenschaftliche Nachweise ihrer Wirksamkeit bislang nicht ausreichend erbracht werden konnten (Stroebe/Schut, 1999). So entwickelten sie ein neues Erklärungsmodell, das viele Ansätze integriert, unter anderem das transaktionale Stressmodell von Lazarus und Folkman und nennen es Duales Prozessmodell, kurz DPM (Müller & Willmann, 2016, S. 47; Stroebe/Schut, 1999, S. 213).



Abb. 1: Schema des Dualen Prozessmodells (DPM) nach Stroebe & Schut (Müller & Willmann, 2016, S. 51; Stroebe/Schut, 1999, S. 213)

Das DPM sieht einen Trauerfall als Stress- und Krisensituation. Es unterscheidet zwei große Stressoren oder Herausforderungen. Auf der einen Seite geht es um die Bewältigung des Verlustes, zu der eine große Anzahl verlustorientierter Aufgaben gehören (Müller & Willmann, 2016, S. 48). Auf der anderen Seite geht es um die Bewältigung des veränderten Lebens, also wiederherstellungsorien-

tierte Aufgaben (Müller & Willmann, 2016, S. 48-49). Da die beiden Aufgabenbereiche sich konträr gegenüberstehen, kann man sich ihnen nicht gleichzeitig widmen und Betroffene pendeln oder oszillieren von Anfang an zwischen den beiden. Wird ein Bereich dauerhaft vernachlässigt, können Probleme entstehen. Sinnvoll ist also eine gute Balance zwischen Verlustbewältigung und Neugestaltung des Lebens zu finden. Auch berücksichtigt dieses Modell, dass Trauerarbeit emotional anstrengend ist und Betroffene Pausen von ihrer Trauer brauchen (Znoj, 2016, S. 11). Obwohl das DPM komplexer ist als andere Modelle, finden viele Trauernde ihr Erleben darin gut abgebildet (Müller & Willmann, 2016, S. 50). Ebenso dürfte das Modell „Continuing Bonds“ vielen Betroffenen entgegenkommen, das nachfolgend vorgestellt wird.

3.4 Das Modell „Continuing Bonds“

Freuds Hauptziel der Trauerarbeit war die Lösung der emotionalen Bindung zur verstorbenen Person. Dieses Ziel wurde im medizinischen und psychologischen Diskurs lange vertreten. Aktuelle Ansätze betrachten dies inzwischen kritisch. Trauernde haben oft das Bedürfnis, eine Verbindung aufrecht zu erhalten (Jungbauer, 2013, S. 59). Diesem Bedürfnis trägt das Modell „Continuing Bonds“ Rechnung. Es hat sich zeitgleich in der psychologischen Forschung durch Klass und in der soziologischen Forschung durch Walter entwickelt (Jakoby, 2014, S. 189).

Diese Theorie bietet einen neuen Blick auf Trauer. Die Erinnerung an den verstorbenen Menschen wird als wertvoll und wichtig erachtet, er bekommt einen neuen Platz und darf im Leben der Hinterbliebenen präsent bleiben. Angehörigen ist damit also eine Erinnerungskultur „erlaubt“ (Jakoby, 2014, S. 183). Es gibt viele Möglichkeiten, eine weiter bestehende Bindung zum Verstorbenen zu gestalten: Manche spüren, dass der Verstorbene anwesend ist. Es werden vielleicht innere Dialoge mit dem geliebten Menschen geführt. Oft wird in der Familie oder mit Freunden über den Verstorbenen gesprochen. Der Besuch auf dem Friedhof ist ebenso eine Möglichkeit, die Verbindung zu nähren. Das Gedenken an den Verstorbenen an Jahrestagen oder

das Entwickeln von Ritualen können ebenfalls zur Erinnerungskultur gehören (Müller & Willmann, 2016, S. 72-79). Für Walter ist der Zweck der Trauer, zu lernen, mit den Toten zu leben und ihnen einen Platz in der eigenen Biographie zu geben. Der Tod eines nahestehenden Menschen bedroht zudem das eigene Identitätsgefühl, das Erinnern kann es wieder stärken (Jakoby, 2014, S. 190).

Ob es für Trauernde hilfreich ist, eine Verbindung zum verstorbenen Menschen in veränderter Form fortzusetzen oder sie zu lösen, sollte nicht von außen normativ vorgegeben werden. Manche Menschen wollen die Verbindung fortsetzen, andere wollen sie lösen. Beides kann heilsam oder schädlich sein, eine pauschale Bewertung ist nicht möglich. Wichtig ist in jedem Fall, die Realität und Unumkehrbarkeit des Todes anzuerkennen, und dass die Beziehung, so wie sie zu Lebzeiten war, nicht mehr weiter besteht. Eine fortgesetzte Bindung zum Verstorbenen in neuer Form sollte neue Beziehungen nicht verhindern (Müller & Willmann, 2016, S. 85-87).

Es gibt noch eine Vielzahl weiterer Modelle, die den Trauerverlauf abbilden. Die vorgestellten Theorien sind eine Auswahl der gängigsten. Auch wenn sie sich teilweise widersprechen, schließen sie sich gegenseitig nicht aus. Sie setzen unterschiedliche Schwerpunkte und bieten verschiedene Perspektiven für den Blick auf Trauerprozesse. Es ist hilfreich, verschiedene Theorien zu kennen, wenn man es mit Hinterbliebenen zu tun hat. So kommt man idealerweise weniger in Gefahr, den Trauerverlauf in ein festes Schema pressen zu wollen. Neben Theorien zum möglichen Verlauf von Trauerprozessen ist es noch wichtig zu erwähnen, dass es einige Faktoren gibt, die die Trauer entscheidend beeinflussen. Die wichtigsten werden im Folgenden kurz genannt.

3.5 Einflussfaktoren auf den Trauerprozess

Das Durchleben der Trauer ist individuell, jedoch gibt es einige Faktoren, die den Trauerverlauf beeinflussen. Worden nennt unter Bezugnahme auf die Harvard Bereavement Studie von Parkes die folgenden (Worden, 2006, S. 41-44):

1. *Wer ist gestorben?* Wie jemand auf einen Todesfall reagiert, hängt stark davon ab, wer gestorben ist: die Partnerin oder der Partner, ein Elternteil, ein Großelternteil, Bruder oder Schwester, jemand aus der entfernten Verwandtschaft, jemand aus dem Freundeskreis, das eigene Kind.
2. *Wie war die Bindung zum Verstorbenen?* Je stärker die Bindung zum Verstorbenen, desto tiefer wird die Trauer sein. Jedoch ist zu bedenken, dass eine schwierige Beziehung zur verstorbenen Person häufig den Trauerverlauf erschwert.
3. *Todesumstände:* Ob jemand nach langer Krankheit oder plötzlich gestorben ist, durch einen Unfall, ein Gewaltverbrechen oder Suizid - all das beeinflusst den Trauerprozess Hinterbliebener.
4. *Frühere Verluste:* Mehrere Todesfälle in kurzer Zeit oder nicht verarbeitete Trauer aus vergangenen Verlusten können den Verlauf der Trauer erschweren.
5. *Persönliche Faktoren:* Zu diesen zählen das Alter eines Menschen, seine Vulnerabilität und seine Resilienz.
6. *Soziale Faktoren:* Hierzu gehört das soziale Umfeld Trauernder aber auch ihre Religion und Weltanschauung. All dies kann Orientierung geben durch Richtlinien, Traditionen und Rituale.

Dieser letzte von Worden genannte Punkt, soziale Faktoren, enthält einen gewichtigen Aspekt. Trauer ist nicht nur ein individuelles Erleben, sondern stark geprägt von der Kultur. Wie für alle Lebensbereiche gibt es auch für das Trauern soziale Regeln, deren Einfluss auf den Verlauf oft sehr unterschätzt werden (Müller & Willmann, 2016, S. 17-18). All die genannten Faktoren beeinflussen den Trauerverlauf. Im ungünstigen Fall kann das in eine sogenannte komplizierte Trauer münden.

3.6 Komplizierte Trauer

Der Verlauf der Trauer, ihre Intensität und ihre Dauer sind sehr unterschiedlich und es gibt eine große Bandbreite. Ein „normaler“ Verlauf zeichnet sich jedoch dadurch aus, dass im Laufe der Zeit die Intensität der Trauerreaktion nachlässt und der Mensch sich zunehmend wieder dem Leben zuwenden kann (Bonanno, 2012, S. 17).

Es gibt jedoch auch Störungen im Trauerverlauf, die als pathologisch definiert werden, da sie zu langfristigen Einschränkungen im Leben führen. Unterschiedliche Autoren definieren diese unterschiedlich. Es wird gesprochen von „ausbleibender Trauer“, „anhaltender Trauer“ oder „chronischer Trauer“, von „erschwerter Trauer“ oder auch von „traumatischer Trauer“. Der Begriff „komplizierte Trauer“ scheint der neutralste, der alle anderen beinhaltet (Wagner, 2016, S. 251).

Eine komplizierte Trauer unterscheidet sich zunächst nicht von einer „normal“ verlaufenden Trauer. Wenn jedoch auch Jahre nach dem Verlust die Belastung kaum nachgelassen hat, kann man von einem chronischen Verlauf sprechen (Znoj, 2016, S. 19-20). Jedoch ist es schwierig festzulegen, wie lange ein gesunder Trauerprozess dauert, und ab wann von einem komplizierten Verlauf gesprochen werden kann. Dies wird in der Fachwelt kontrovers diskutiert.

Bonanno (2012, S. 121-122) vertritt die Ansicht, dass man von einer komplizierten Trauer frühestens nach einem halben Jahr sprechen kann, so wie auch eine posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) frühestens nach einem halben Jahr diagnostiziert werden kann. Komplizierte Trauerverläufe weisen oft Ähnlichkeiten mit Depressionen oder mit PTBS auf. In den Diagnose-Klassifikationssystemen DSM (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) und ICD (International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems) wird um diagnostische Kriterien gerungen, um Betroffenen professionelle Hilfe zukommen zu lassen (Znoj, 2016, S. 16-18).

Im DSM-5, dem seit 2013 in den USA geltenden Klassifikationssystem psychiatrischer Erkrankungen, wurde die „anhaltende Trauerstörung“ entgegen vorheriger Diskussionen nicht aufgenommen. Stattdessen wurde die Trauer als Ausschlusskriterium bei den Depressionsdiagnosen aufgehoben. Das führt dazu, dass bei Trauernden, wenn ihre Symptomatik länger als zwei Monate anhält, eine Depression diagnostiziert werden kann (Wagner, 2016, S. 252). Im bei uns aktuell geltenden Diagnoseklassifikationssystem ICD-10 werden pathologische Trauerreaktionen meist als Anpassungsstörung, Depres-

sion oder PTBS diagnostiziert. Im ICD-11 soll die anhaltende Trauerstörung als neue Diagnose aufgenommen werden. Als zeitliches Kriterium wird hier von mindestens sechs Monaten ausgegangen (Wagner, 2016, S. 253).

Die diagnostische Erfassung von Trauerstörungen ist umstritten, denn sie vermittelt der Gesellschaft den Eindruck, Trauer hätte einen Krankheitswert und kann so Druck auf Hinterbliebene ausüben (Deutsche Hospiz- und Palliativverband (DHPV), 2018).

4 Forschungsmethodik

Im Folgenden wird das methodische Vorgehen vorgestellt, das in beiden Forschungsarbeiten zur Anwendung kam.

4.1 Datenerhebungen: Das leitfadengestützte Interview

Zur Datenerhebung bot sich in den Studien das leitfadengestützte Interview an, da dieses eine halboffene bzw. halbstrukturierte Interviewmethode darstellt. Die Offenheit der Methode soll Befragten ein möglichst freies Erzählen ermöglichen. Der vorab formulierte Leitfaden bildet eine grobe Struktur, indem er die relevanten Themen vorgibt. Diese werden mit einer offen gehaltenen Frage eingeleitet, die zum Erzählen anregen soll. Nachdem der oder die Befragte die Erzählung abgeschlossen hat, werden bei Bedarf noch konkretere Nachfragen gestellt. Diese können sich aus der Erzählung ergeben oder den vorab formulierten Fragen zum Themenblock entnommen werden. Die einzelnen Nachfragen im Leitfaden werden im Interview flexibel gehandhabt, sie können, müssen aber nicht alle gestellt werden. Bei der Formulierung des Leitfadens ist darauf zu achten, dass die Reihenfolge der Themen und Fragen logisch aufeinander aufbaut. Dies erleichtert es Befragten, sich auf das Interview einzulassen. Der Leitfaden ist also eine Hilfe, das Gespräch in Gang zu bringen und einen Themenbogen zu spannen. Im Idealfall entsteht eine Gesprächsdynamik, die als äußerst wertvoll erachtet wird (Kaufmann, 1999, S. 65-67). Das leitfadengestützte Interview bietet zudem den Vorteil, dass die Interviews gut miteinander verglichen werden können, weil die

Interviewten zu den gleichen Themen befragt werden (Nohl, 2017, S. 16-18).

4.2 Datenauswertung: Die Sequenzanalyse

Da eine möglichst intensive Auseinandersetzung mit den Interviews angestrebt wurde, bot sich zur Auswertung die Sequenzanalyse an. Diese ist in der Objektiven Hermeneutik angesiedelt, die auf Ulrich Oevermann zurückgeht. Das Wort „Hermeneutik“ ist griechischen Ursprungs und hat zwei Bedeutungen. Zum einen wird darunter die Lehre von der Auslegung von Texten verstanden, zum anderen das Verstehen von Sinn (Sammet & Erhard, 2018, S. 21).

Jeder Mensch schreibt dem, was er tut oder sagt, selbst einen Sinn zu. Diese Sinnzuschreibung ist subjektiv und intentional. Die Objektive Hermeneutik gibt sich nicht mit dem subjektiven Sinn zufrieden. Sie versucht auch den dahinter liegenden Sinn zu ergründen, und nennt diesen latent oder objektiv (Sammet & Erhard, 2018, S. 21). Die Spannung zwischen diesen beiden Sinnebenen, also der subjektiven und der objektiven, findet in der Objektiven Hermeneutik besondere Aufmerksamkeit (Przyborski & Wohlrab-Sahr, 2009, S. 240).

Der latente Sinn ergibt sich aus den Regeln, die sozialem Handeln zugrunde liegen. Diese Regeln haben wir als Mitglieder der Gesellschaft verinnerlicht. Sie zwingen uns nicht, etwas Bestimmtes zu tun. Aber wir wissen (aufgrund der Regeln), was es bedeutet, etwas zu tun oder nicht zu tun, z.B. jemanden grüßen (Sammet & Erhard, 2018, S. 24). Die objektiv-hermeneutische Interpretation greift auf dieses Regelwissen zurück und stützt sich bei der Analyse darauf (Wernet, 2006, S. 13-14). Die Textinterpretation nach der Objektiven Hermeneutik orientiert sich an folgenden Prinzipien:

- *Sequenzialität*: Dieses Prinzip hat für die Objektive Hermeneutik eine zentrale Bedeutung. Dies kommt darin zum Ausdruck, dass Oevermann selbst die Objektive Hermeneutik oft als „Sequenzanalyse“ bezeichnet. Das Prinzip der Sequenzialität fordert, den Text in seiner chronologischen Reihenfolge zu analysieren. Der Text soll als Protokoll der Wirklichkeit ernst genommen werden. Dazu gehört, seinem Aufbau zu folgen. Ein „Ausschlachten“

des Textes ist verboten (Wernet, 2006, S. 27). Das bedeutet nicht zwangsläufig, den gesamten Text zu analysieren. Diesem Prinzip wird entsprochen, indem die ausgewählten Interviewpassagen in der Reihenfolge analysiert werden, in der sie erzählt wurden. Dabei werden evtl. Verbindungen zu vorherigen Passagen hergestellt, jedoch Verbindungen zu späteren Textstellen vermieden.

- *Wörtlichkeit*: Dieses Prinzip verlangt, die gesagten Worte ernst zu nehmen, auch wenn es sich um „Versprecher“ handelt. Gerade in diesen werden Diskrepanzen zwischen dem Gemeinten und dem dahinter Liegenden deutlich, also zwischen subjektivem und objektivem Sinn. Das Prinzip der Wörtlichkeit hilft Interpretierenden, einen wissenschaftlich-distanzierten Blick beizubehalten (Wernet, 2006, S. 23-27).
- *Kontextfreiheit*: Eine Textpassage soll zunächst aus ihrem Kontext heraus gelöst und unabhängig von ihm interpretiert werden. In gedanklichen Experimenten werden so viele verschiedene Kontexte wie möglich überlegt, in denen die Äußerung passend wäre. Es werden also möglichst viele Lesarten gebildet. Der tatsächliche Kontext wird dabei aber immer ausgeklammert. Erst nach diesem Experiment wird der tatsächliche Kontext zur Kontrastierung herangezogen. Dadurch fallen mögliche Diskrepanzen besonders deutlich auf (Wernet, 2006, S. 21-23).
- *Extensivität und Sparsamkeit*: Diese beiden Prinzipien bilden Gegenpole und ergänzen sich gegenseitig. Extensivität fordert eine möglichst vollständige und ausführliche Interpretation. Das bedeutet nicht, dass der gesamte Text in die Analyse einbezogen werden muss. Die einbezogenen Passagen sollen jedoch möglichst ausführlich analysiert werden. Auch sollen alle möglichen Lesarten gebildet werden (Wernet, 2006, S. 32-35). Allerdings ist dabei – dem Prinzip der Sparsamkeit folgend - darauf zu achten, dass nur solche Lesarten gebildet werden dürfen, innerhalb deren die Passage passend wäre (Wernet, 2006, S. 35-38).

Die Interpretation nach der Objektiven Hermeneutik sollte in einer Gruppe vorgenommen werden (Flick, 1999, S. 227). Dies hilft bei der

Entwicklung unterschiedlicher Lesarten. Allein Interpretierende werden aufgrund eigener Erfahrungen zu bestimmten Interpretationen neigen, andere eher übersehen. Dies kann vermieden werden, indem Interpretationen in einer Gruppe gesammelt und diskutiert werden (Przyborski & Wohlrab-Sahr, 2009, S. 255). Um dieser Anforderung gerecht zu werden, wurden in beiden folgenden Forschungsarbeiten die Interviews in Interpretationssitzungen mit jeweils zwei weiteren Personen analysiert und diskutiert. Die ausführliche Analyse wurde von der jeweiligen Autorin im späteren Verlauf mit Hilfe ihrer Notizen aus den Interpretationssitzungen angefertigt.

Zum Abschluss der ausführlichen Sequenzanalyse jedes einzelnen Interviews ist, um den Regeln der Objektiven Hermeneutik gerecht zu werden, eine Fallstrukturhypothese zu bilden. Diese soll das Besondere an dem jeweiligen Fall deutlich machen. Aus dem ganz individuellen Fall lässt sich auch immer eine allgemeine Struktur erkennen. Aus der Essenz der individuellen Hypothese wird eine generalisierte herausgearbeitet. Die Ergebnisse der Fallstrukturhypothese führen somit zur Formulierung einer generellen Theorie (Wernet, 2006, S. 19-20).

Wenden wir uns nun in den folgenden zwei Kapiteln den beiden qualitativen Studien *Geschwister sterbender Kinder: Belastungen und Bewältigungsstrategien* von Lisa Bott sowie *Trauerprozesse verstehen* von Monika Rapp zu.