



WESTFÄLISCHE
WILHELMS-UNIVERSITÄT
MÜNSTER



Umgang mit existenziellem Leid

8. Internationale Sylter
Palliativtage
24.03.2019

Traugott Roser, Münster





Gliederung

1. Überforderung im Umgang mit Leid: professionsspezifische Aspekte
2. Was ist existenzielles Leid / existenzielle Verzweiflung? Annäherungen
3. Konfrontation mit existenzieller Verzweiflung in Hospiz-/Palliativ-Teams: Erfahrungen aus Österreich
4. Deutungen
5. Rückbesinnung „care“ - Sorge
6. Professionsspezifische Ansätze für einen konstruktiven Umgang mit Leid



„Helfende“ Berufe – das Beispiel Seelsorger*in / Pfarrer*in

Andreas von Heyl, Salutogenese im Raum der Kirche, Leipzig: EVA, 2015, bes. S. 347–371

- Beruf, der das Wohlbefinden von Menschen positiv oder negativ beeinflussen kann
- **Anfällig für Überlastung und Burnout**
(Heyl 2003: 49,5% der Pfarrer*innen gefährdet)
- Stichprobe unter badischen Pfarrer*innen (Bauer et al, 2009): Dysbalance zwischen Verausgabung und Anerkennung. 20% zeigen **stressbedingte Gesundheitsstörungen**

„Anmaßungen von innen“: Ursachen für Burnout in helfenden Berufen

A. von Heyl, Salutogenese, Leipzig 2015

- unbewusstes Streben, ein ‚idealer Mensch‘ / braves Kind sein zu wollen (narzisst. Dynamik) (A. Miller 1997)
- Unbewusst Allmachtsphantasien / „Gotteskomplex“ (D. Funke 1990)
- rigide Über-Ich-Struktur verbindet Pflichtgefühl und Sendungsbewusstsein
- Verdrängte Aggression und Frustration helfender Berufe im sozialen Kontext



„Zumutungen von Außen“

Ursachen für Burnout in helfenden Berufen

Andreas von Heyl, Salutogenese im Raum der Kirche, Leipzig: EVA, 2015, bes. S. 347–371



© T. Roser,

- Rahmenbedingungen und Strukturen
- Erwartungen
- Mit schwierigen Themen und schwierigen Leuten umgehen müssen
- Gehäufte Konfrontation mit tiefem existenziellem Leid

Existenzielle Verzweiflung

„Das Konstrukt der Verzweiflung am Lebensende beinhaltet Hoffnungslosigkeit, Depression, Verlust an Bedeutung, Suizidgedanken und den Wunsch nach Beschleunigung des Sterbens“

William Breitbart, Reframing hope:
meaning-centered care for patients near the end of life.
J Palliat Med. 2003; 6:979-88





„Trias der existenziellen Verzweiflung“

1. Psychische Belastungen und Leiden
2. Körperliche Symptome und Leiden
3. Wunsch nach Beschleunigung des Sterbeprozesses

Leiden kann durch Schmerz (vermehrt) entstehen, und dadurch wird Schmerz verstärkt wahrgenommen, wenn der Schmerz die Kontinuität der Existenz, nicht unbedingt das Leben selbst, zu bedrohen scheint. Somit wird eine Gefahr für die **Integrität der Person** empfunden.

Ch. Gabl 2017, S. 43 ff



Spirituelles Wohlbefinden und Verzweiflung

Es gibt signifikante Korrelationen zwischen spirituellem Wohlbefinden und dem Wunsch nach beschleunigtem Tod ($r=-0.51$), Hoffnungslosigkeit ($r=-0.68$) und Suizidalität ($r=-0.41$). Spirituelles Wohlbefinden ist einer der stärksten Prädiktoren dieser outcome Variablen und wirkt sich signifikant deutlicher aus als Depression.

McClain C, Rosenfeld B, Breitbart W (2003),
Effect of spiritual well-being on end-of-life despair in terminally-ill cancer patients,
in: The Lancet 361:9369

Spätmittelalterliche Bilder-Ars

Universitätsbibliothek Heidelberg

Religiöse und spirituelle Aspekte von Verzweiflung

Bild: spätmittelalterliche Bilder-Ars
Universitätsbibliothek Heidelberg





Trost in der Verzweiflung

Biblische Gestalten und ihre Geschichten von Schuld und Sünde werden erinnert:

- Paulus (stürzt vom Pferd),
- Maria Magdalena,
- Petrus (mit Hahn),
- Schächer am Kreuz

Folge: Teufel kriechen unter das Bett

Bild: spätmittelalterliche Bilder-Ars
Universitätsbibliothek Heidelberg



„Was ist Leiden?“ fragte Buddha und antwortete:

„Die Geburt ist Leiden, das Alter auch, die Krankheit auch, der Tod auch. Auch das Verbundensein mit Nichtliebem ist Leiden und das Getrenntsein von Liebem. Und dass man wünscht und trachtet und nicht erlangt, auch das ist Leiden.“

Zitiert bei Ingolf U. Dalferth: Leiden und Böses.
Vom schwierigen Umgang mit Widersinnigem, Leipzig 2006

Religiöse und spirituelle Aspekte von Verzweiflung

- Warum-Fragen

(warum jetzt, warum ich,
warum immer ich, warum
wird es nicht besser...)?

- Einzelschicksal

- großes Schicksal

- Trauer-Wut-Verzweiflung

- Verlassenheit

- Krankheit als Strafe

- Zukunftsangst

- Lebensbilanz

- Schuld

- Scham





Leiden

„Suffering can be defined as the state of severe distress associated with events that threaten the intactness of the person.“

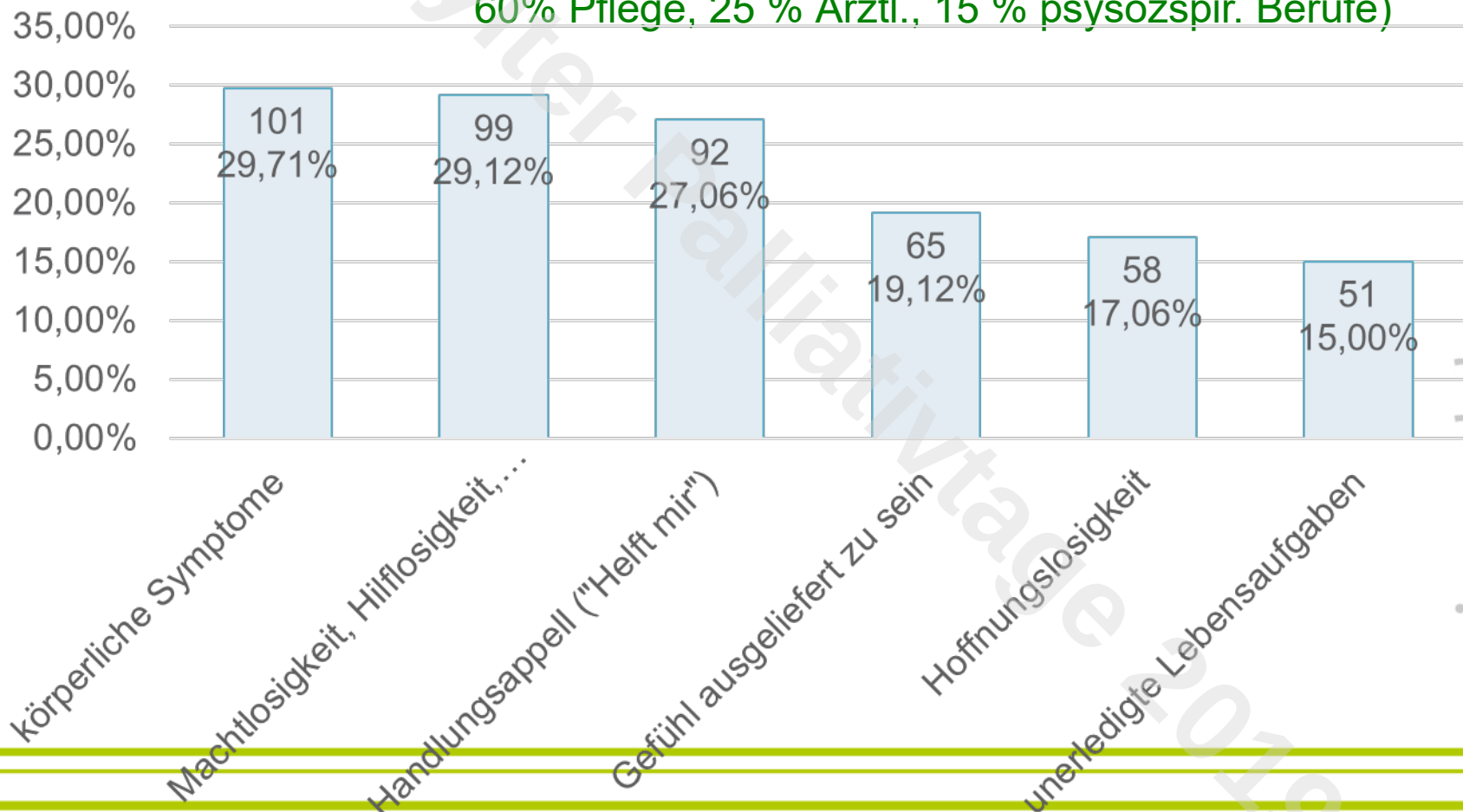
„Suffering can occur in relation to any aspect of the person, whether it is in the realm of social roles, group identification, the relation with self, body, or family, or the relation with a transpersonal, transcendent source of meaning“.

Eric Cassell: The Nature of Suffering and the Goals of Medicine, in: Meier/Isaacs/ Hughes
(Hg.) Palliative Care. San Francisco 2010, 125-136

Aspekte tiefer existenzieller Verzweiflung, die Betreuungspersonen belasten

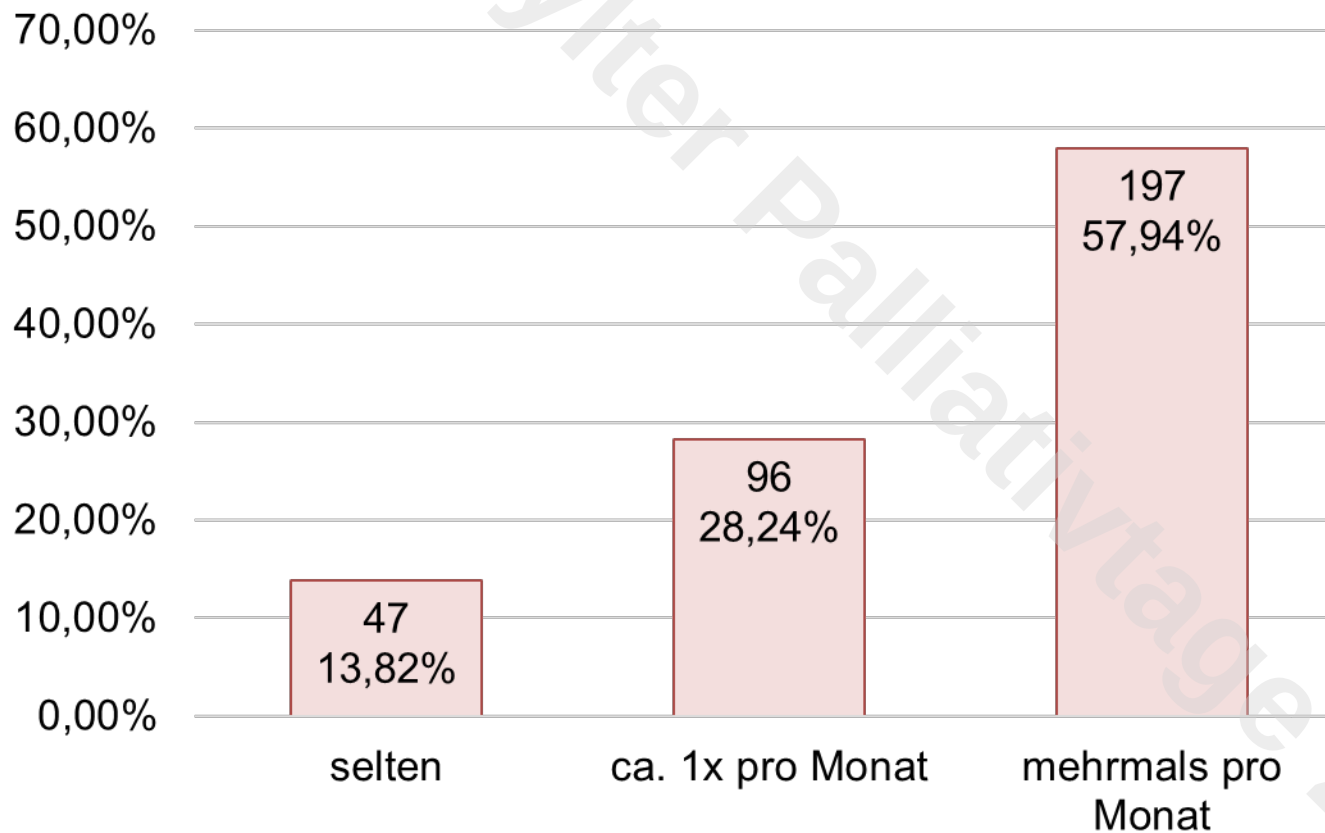
Ch. Gabl, 2017.

n=340 (1/5 aller Fachkräfte in spezialisierten Pall.-Teams Österreich;
60% Pflege, 25 % Ärztln., 15 % psysozspir. Berufe)



Häufigkeit der Konfrontation mit existenzieller Verzweiflung

Befragung Christoph Gabl, Innsbruck, 2017





Reaktionen auf Konfrontation mit existenzieller Verzweiflung

Ch. Gabl, 2017

Ein Viertel der Umfrageteilnehmer*innen berichtet von einer Reduktion der Kontakte zu Patientinnen und Patienten
Folge: soziale Isolation entstehen kann.

Knapp die Hälfte beobachtet den Wunsch nach einer Verabreichung von Psychopharmaka oder einer Palliativen Sedierungstherapie.

Folge: Abschaffung der leidenden Person,
zum sozialen Tod, und zu einer scheinbaren Abschaffung des Leidens.

Drei Viertel der Betreuungspersonen ziehen inadäquate Maßnahmen in Erwägung oder führen diese durch.

Folge: deutliche Verschlechterung der Betreuungsqualität



Deutungen

Pastoralpsychologie: Umgang mit Fremdheitserfahrung

Häufige Reaktion auf Fremdartiges:

- Ausscheidung und Verdrängung
- Marginalisierung.

Strukturell / systembedingt: Weigerung von Kostenträgern und Trägern, wenig Räume und Angebote zu finanzieren, Gesprächszimmer mehrfach zu belegen, Räume der Stille oder Kapellen umzufunktionalisieren

M. Foucault: „Heterotopien“ sind sinnvoll und nötig. Das Andere, Bedrohliche wird an einen Ort oder ein Angebot (Betreuung, Seelsorge) gebunden und ist damit gebannt.



„Kontagiöse Natur“ existenziellen Leidens

Wegen des Gefühls von Hilflosigkeit und Inkompetenz stellt die Konfrontation mit diesen Situationen einen Hauptauslöser von Burnout und Erschöpfung des Mitgefühls bei professionellen Palliative Care Teams dar.

Ch. Gabl, Existenzielle Leiderfahrung (Masterarbeit) 2017

David Kissane: kontagiöse Natur des existenziellen Leidens durch Identifikation. Manche Teammitglieder distanzieren sich von den Betroffenen, was zu einer Verschlechterung der Betreuungsqualität führt.

D. Kissane, Demoralization. J Palliat Care
2014; 30:255-8, S. 253

Care – Sorgen, wo Leid ist

Etymologisches zu „Kar-“

ahd. *kara* (9. Jh.), mhd. *kar* ‘Trauer, Wehklage’, asächs. *kara* ‘Sorge, Klage’, aengl. *caru*, *cearu*, engl. *care* ‘Sorge, Kummer’, anord. *kǫr* ‘Bett’, bes. ‘Krankenbett’, dichterisch ‘Kummer, Schmerz’, got. *kara* ‘Sorge’ (germ. **karō*). Dieses gehört mit ahd. *karōn* (um 800), asächs. *karon* ‘wehklagen’, *karm* ‘Wehklage’, aengl. *carian* ‘sorgen’, *cearm*, *cirm* ‘Lärm, Geschrei’, got. *(ga)karōn* ‘sich kümmern’, mhd. *karmen*, *karn* ‘trauern, klagen’, mnd. *karmen* ‘wimmern, jammern, seufzen’ und den außergerm. Verwandten osset. *zaryn* (зарын) ‘Gesang’, *zard* (зард) ‘Lied, Gesang’, griech. *gērys* (γῆρυς) ‘Stimme, Ruf’, lat. *garrīre* ‘schwatzen, plaudern, plappern’, air. *gairm* ‘Ruf, Geschrei’, *gāir* ‘Geschrei’, *gāire* ‘Lachen’, kymr. *ganr* ‘Geschrei, Kampf’ zu einer Schallwurzel ie. **ǵǵr-* ‘rufen, schreien’.

E. Frick, Vortrag in München 20.11.2015

Resilienz-Faktoren in Teams

- Team
- Humor
- Privatleben
- Familie
- Mitgefühl
- Rituale

Müller M, Pfister D, Markett S, Jaspers B (2009) Wie viel Tod verträgt das Team? Eine bundesweite Befragung der Palliativstationen in Deutschland, Schmerz 23:600-8

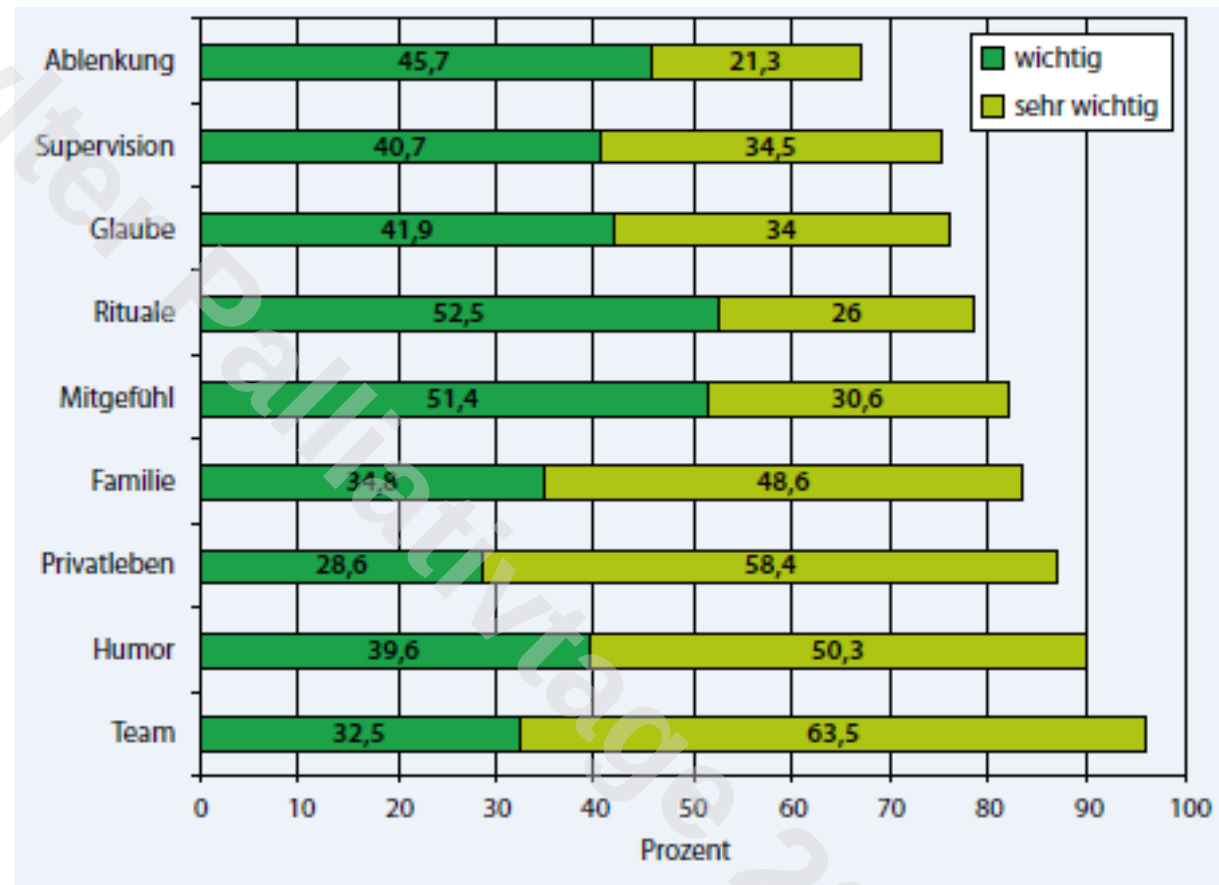


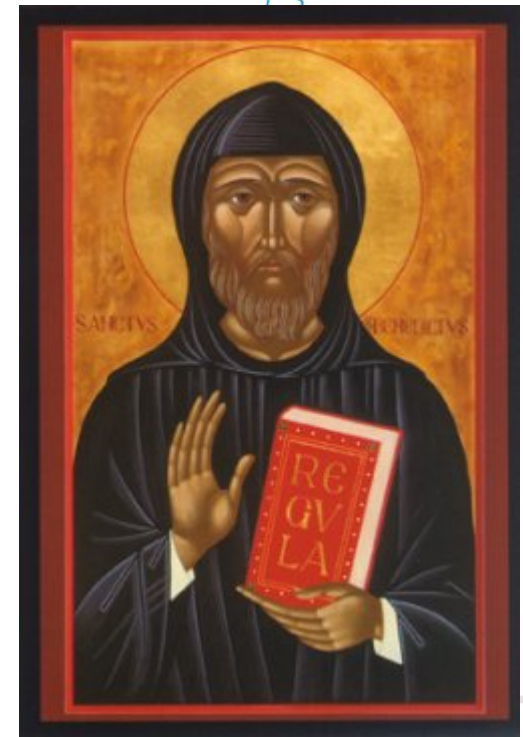
Abb. 3 ▲ Anteile wichtiger und sehr wichtiger Schutzfaktoren in %, n=873; Mehrfachnennungen möglich

Selbstsorge nach der benediktinischen Regel

C. Keller-Wentorf, Salutogenese und
Aszetik am Beispiel der Regula Benedicti, 2015

Auf Heil und Gesundheit ausgerichteter Lebensstil
(inkl. Ernährung, Zeiten...)

- Achtsamer Umgang mit persönlichen Ressourcen
- Ausrichtung auf „Liebe“ (amare)
 - nach 5 Mose 6,5 „Du sollst den Herrn, deinen Gott lieb haben von ganzem Herzen, von ganzer Seele, und mit all deiner Kraft“
 - Nach Mt 22,37-39 „Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst“
- Zuwendung zu Menschen in Not, die es zu „ehren“ gilt, weil Christus in allen Menschen anwesend ist (RB 4,8).



Ein Fall gelungener Begleitung bei existenzieller Verzweiflung





Der Weg nach Emmaus (zum Umgang mit existenzieller Verzweiflung)

Und siehe, zwei von ihnen **gingen** [...] in ein Dorf, ... von Jerusalem **etwa zwei Wegstunden** entfernt... Und sie **redeten miteinander** [...] Und es geschah, als sie so redeten und **sich miteinander besprachen**, da nahte sich Jesus selbst und ging mit ihnen. Aber ihre Augen wurden gehalten, dass sie ihn nicht erkannten.

Er sprach aber zu ihnen: **Was sind das für [Reden], die ihr zwischen euch verhandelt unterwegs? Da blieben sie traurig stehen.**

Und **der eine** ... **antwortete und sprach** zu ihm: Bist du der einzige unter den Fremden in Jerusalem, der nicht weiß, was in diesen Tagen dort geschehen ist? Und er sprach zu ihnen: **Was denn?** Sie aber sprachen zu ihm: Das mit Jesus von Nazareth, der ein Prophet war, mächtig in Taten und Worten vor Gott und allem Volk; [...] **Wir aber hofften**, er sei es, der Israel erlösen werde. Und über das alles ist heute der dritte Tag, dass dies geschehen ist. Auch haben uns **erschreckt** einige Frauen aus unserer Mitte; die sind früh bei dem Grabe gewesen, haben seinen Leib nicht gefunden, kommen und sagen, sie haben eine Erscheinung von Engeln gesehen, die sagen, er lebe. [...]

Und **er** sprach zu ihnen: **O ihr Toren**, zu trägen Herzens, all dem zu glauben, was die Propheten geredet haben! Musste nicht Christus dies erleiden und in seine Herrlichkeit eingehen? Und er fing an bei Mose und allen Propheten und legte ihnen aus, was in der ganzen Schrift von ihm gesagt war.

Und sie kamen nahe an das Dorf, wo sie hingingen. [...] Und **sie nötigten ihn und sprachen**: Bleibe bei uns; denn es will Abend werden, und der Tag hat sich geneigt. Und er ging hinein, bei ihnen zu bleiben. Und es geschah, **als er mit ihnen zu Tisch saß, nahm er das Brot, dankte, brach's und gab's ihnen**. Da wurden ihre Augen geöffnet, und sie erkannten ihn. Und er verschwand vor ihnen.

Und sie sprachen untereinander: Brannte nicht unser Herz in uns, als er mit uns redete auf dem Wege und uns die Schrift öffnete?
(aus: Lukas 24,13-32)



Und siehe, zwei von ihnen **gingen** [...] in ein Dorf, das war von Jerusalem **etwa zwei Wegstunden** entfernt; dessen Name ist Emmaus. Und sie **redeten miteinander** [...] Und es geschah, als sie so redeten und **sich miteinander besprachen**, da nahte sich Jesus selbst und ging mit ihnen. Aber ihre Augen wurden gehalten, dass sie ihn nicht erkannten. Er sprach aber zu ihnen: **Was sind das für [Reden], die ihr zwischen euch verhandelt unterwegs? Da blieben sie traurig stehen.**

Und **der eine** mit Namen Kleopas **antwortete und sprach** zu ihm: Bist du der einzige unter den Fremden in Jerusalem, der nicht weiß, was in diesen Tagen dort geschehen ist? Und er sprach zu ihnen: **Was denn?** Sie aber sprachen zu ihm: Das mit Jesus von Nazareth, der ein Prophet war, mächtig in Taten und Worten vor Gott und allem Volk; [...] **Wir aber hofften**, er sei es, der Israel erlösen werde. Und über das alles ist heute der dritte Tag, dass dies geschehen ist. Auch haben uns **erschreckt** einige Frauen aus unserer Mitte; die sind früh bei dem Grabe gewesen, haben seinen Leib nicht gefunden, kommen und sagen, sie haben eine Erscheinung von Engeln gesehen, die sagen, er lebe. [...]

Und **er** sprach zu ihnen: **O ihr Toren**, zu trägen Herzens, all dem zu glauben, was die Propheten geredet haben! Musste nicht Christus dies erliden und in seine Herrlichkeit eingehen? Und er fing an bei Mose und allen Propheten und legte ihnen aus, was in der ganzen Schrift von ihm gesagt war.

Und sie kamen nahe an das Dorf, wo sie hingingen. [...] Und **sie nötigten ihn und sprachen**: Bleibe bei uns; denn es will Abend werden, und der Tag hat sich geneigt. Und er ging hinein, bei ihnen zu bleiben.

Und es geschah, **als er mit ihnen zu Tisch saß, nahm er das Brot, dankte, brach's und gab's ihnen**. Da wurden ihre Augen geöffnet, und sie erkannten ihn. Und er verschwand vor ihnen.

Und sie sprachen untereinander: Brannte nicht unser Herz in uns, als er mit uns redete auf dem Wege und uns die Schrift öffnete?

Prozess (Dauer)
Bewegung
Gleichzeitigkeit
Gespräch

Nachfragen
Ermutigen Hören

Einzeln erzählen
von Gefühlen,

Deutung, „sich von
der Seele reden“

Antwort
Korrektur /
Humor?

Einladen zu
bleiben

Essen / Ritual in
Gemeinschaft

Reflektion und
Reaktion



Begleitung, nicht Versorgung

Existenziell leidende Menschen sind auf die persönliche Begleitung durch Mitmenschen angewiesen, die durch die Reflexion der eigenen existenziellen Fragen innerlich gefestigt genug sind, um auch angesichts von Leiden und Verzweiflung präsent bleiben zu können.

Ch. Gabl 2017

