

Einen geliebten Menschen im Sterben begleiten

Dittmar Rostig:
Wie wir Abschied gestalten und Trauer sinnvoll erleben
Ernst Reinhard Verlag 2014
209 Seiten
(ISBN 987-3-497-02469-8)
€ (D) 19,90; € (A) 20,50;
SFr 28,50

InteressentInnen:

MitarbeiterInnen in der Kranken-, Alten-, Palliativ- und Hospizpflege, ehrenamtliche MitarbeiterInnen in diesen Bereichen und Angehörige, die Sterbende pflegen und begleiten

Dr. Dittmar Rostig ist Sozio-, Trauer- und Traumatherapeut. Er leitet das „Zentrum für Trauerbegleitung und Lebenshilfe“ in Dresden und verfügt über langjährige und umfassende Erfahrungen in der Sterbe- und Trauerbegleitung.

Einen nahestehenden, geliebten Menschen in der letzten Lebensphase und im Sterben zu begleiten, in dem Bewusstsein, ihn unwiederbringlich zu verlieren, löst schmerzhaftes Gefühle und Trauer aus. Oft stehen wir einer solchen Situation hilflos gegenüber und machen auch vieles falsch. Wie aber soll man damit umgehen, sich verhalten, um für den Sterbenden und den Begleiter diese wichtige Zeit des Lebens sinnvoll und gut zu gestalten?

In dem Buch wird ein Bogen von der Überbringung der Diagnose einer lebensbedrohenden Krankheit, Sterben und Tod bis zur Trauer gespannt. Der Autor beschreibt, wie die Diagnose einer zum Tode führenden Krankheit vermittelt, aufgenommen und verarbeitet werden kann und welche Sterbephasen und Reaktionsmuster nach Kübler-Ross auftreten können.

Die Erfahrungen im Laufe des Lebens prägen Menschen, wenn sie Krisen standhalten und abschiedlich leben lernen. Es werden in diesem Zusammenhang die unterschiedlichen Grundformen der Angst, die nach F. Riemann den einzelnen Persönlichkeitsprägungen zugeordnet werden und die daraus resultierenden Verhaltensweisen auch in der letzten Lebensphase analysiert. Dadurch lässt sich das Verhalten Sterbender und Begleitender besser verstehen, um so auch entsprechend reagieren zu können.

Auf die Mehrfachbelastung der pflegenden Angehörigen, die Selbstfürsorge contra Burnout und die Stressbewältigung sowie die Unterstützungsmöglichkeiten durch die Hospizdienste und die Palliativmedizin wird näher eingegangen.

Die Bedürfnisse und Wünsche sterbender Menschen, auch der mit Demenz, die Validation, die basale Stimulation und die Kommunikation am Ende des Lebens, die Abschiednahme von ungeborenen und geborenen Kindern und die besondere Situation, wenn Geburt und Tod zusammenfallen sind weitere Schwerpunkte dieses Buches.

Was tun, wenn der Tod eingetreten ist? Die Rituale für den Abschied, die Trauer und ihre Modelle werden differenziert beschrieben. Es wird aber auch dargestellt, wie Kinder trauern und was ihnen hilft.

Das vom Autor aufgegriffene Thema ist hochaktuell, zumal in unserer Gesellschaft immer noch eine gewisse Tabuisierung von Sterben und Tod zu beobachten ist.

Das Buch vermittelt eine umfassende Sichtweise zu Sterben, Tod und Trauer. Die Thematik ist im Aufbau und Inhalt übersichtlich aufbereitet. Durch die in den Text eingefügten Interviews und praktischen Beispiele



ist das Buch anschaulich, praxisorientiert und verständlich geschrieben. Die markierten Merksätze heben das Wesentliche nochmals deutlich hervor.

Es ist leicht zu lesen und einprägsam, motiviert zum Weiterlesen. Das Buch gibt Handlungsorientierungen, ermutigt zu einer bewussten Abschiednahme und zu einer gesunden Trauer. Für den Laien, den „nichtprofessionellen“ Leser, aber auch für den „professionell“ Tätigen bietet das Buch viele praktische Hilfestellungen. Ich habe es mit Gewinn gelesen und kann das Buch nur weiterempfehlen.

Dr. med. habil. Wolfgang Zwingenberger