»Die Schicksale haben mich geprägt«

Zwei Sterbebegleiterinnen berichten[1]

Evelyne Moser und Susanna Schmid

Wer schwer krank ist und leidet, soll selbst bestimmen können, wann und wie er geht. Evelyne Moser, 48, und Susanna Schmid, 67, begleiten bei EXIT sterbewillige Menschen in den Tod. Diese Tätigkeit fordert sie immer wieder von neuem. Doch sie bekommen auch viel.

Sterbewillige sollen alle Alternativen kennen

Mein Partner kämpfte über zwei Jahre lang gegen den Krebs. Er starb vor elf Jahren mit 46. Während der Vorbereitungen zu seiner Freitodbegleitung mit EXIT konfrontierte er mich damit, dass ich für die Tätigkeit als Begleiterin prädestiniert sei. Eine Aussage, die ich zu diesem Zeitpunkt nicht nachvollziehen konnte. Aber sie beschäftigte mich danach immer wieder, bis ich mich letztlich ein Jahr später beim Verein meldete.

In meiner beruflichen Tätigkeit im Personal-, Finanz- und Rechnungswesen war ich nicht direkt mit dem Thema Tod konfrontiert. Das änderte sich schlagartig mit der Krankheit meines Partners. Inzwischen bin ich seit zehn Jahren als Freitodbegleiterin bei EXIT tätig. Wie viele Sterbewillige ich in dieser Zeit in den Tod begleitet habe, weiß ich nicht. Es sind alles Einzelschicksale, die sich nicht addieren lassen.

Im Vorfeld einer Freitodbegleitung führe ich Gespräche und treffe Abklärungen. Dabei lerne ich die sterbewilligen Menschen und ihre Angehörigen kennen, im eigenen Umfeld zu Hause. Oft begegnen mir Menschen, die an diesem Punkt im Leben stehen, sehr offen. Diese manchmal nur kurzen Begegnungen können Vertrauen und somit auch Nähe schaffen.

Bei meiner Tätigkeit ist die Abklärung wichtig, damit ein Sterbewilliger alle möglichen Alternativen kennt. Auch für mich selber ist sehr wichtig: Jemand soll nach Kenntnisnahme und Abwägen aller Möglichkeiten seine Entscheidung treffen können. Mein Augenmerk richte ich zudem darauf, falls irgendwie möglich das familiäre Umfeld einzubeziehen.

1 Erstabdruck in Exit-Info Nr. 4/2015, mit freundlicher Genehmigung.

https://doi.org/10.14361/9783839467923-009 https://www.inlibra.com/de/page/agb - Open Access - (cc) BY

Es gibt jedoch leider auch Situationen, in denen der Sterbewillige dies klar ablehnt. Das ist zu akzeptieren. Während der Begleitungen achte ich darauf, die Balance zwischen menschlicher Nähe und professioneller Distanz zu finden. Jedes Schicksal, jede Begegnung ist anders und einzigartig. Es ist ein großer Unterschied, ob ich jemanden begleite, der 90 ist und auf ein erfülltes, glückliches und langes Leben zurückschaut. Oder ob es sich um einen 30-jährigen krebskranken Mann handelt, dessen Tochter wir bei ihrer Rückkehr aus dem Kindergarten mitteilen müssen, dass ihr Vater sie verlassen hat. Die Schicksale berühren mich immer. Wenn das eines Tages nicht mehr der Fall sein sollte, ist die Zeit reif, mir eine neue Aufgabe zu suchen.

Eine Erfahrung, die erdet

Am intensivsten erinnere ich mich an Begleitungen, die harmonisch und liebevoll verliefen. Zum Beispiel an eine Frau, die ich im Beisein ihrer Familie und einer Freundin begleitete. Diese war Meditationslehrerin, und sie führte die Sterbewillige während einer Viertelstunde gemeinsam mit uns Anwesenden im übertragenen Sinn über eine prächtige Blumenwiese an den Übergang von Leben und Tod. Wenn ich heute durch die Schweiz fahre und an Orten vorbeikomme, wo ich jemanden begleitet habe, erinnere ich mich jeweils an die entsprechenden Menschen und an unsere Begegnungen.

Es gelingt mir, die existenziellen Grenzerfahrungen bei den Freitodbegleitungen sehr gut zu verarbeiten. Ich habe das Glück, inzwischen meiner großen Liebe begegnet zu sein. Mit ihm kann ich nicht nur das Leben genießen, sondern auch viel diskutieren und Belastendes teilen. Daneben hilft mir der Austausch mit meinen Kolleginnen und Kollegen aus dem Freitodbegleitungsteam, um mit schwierigen Situationen umgehen zu können.

Ich denke, es sind nicht die Begleitungen, die mich geprägt haben. Sondern der Kontakt mit Betroffenen und ihren Schicksalen. Diese Erfahrung hat mich geerdet und hilft mir immer wieder, meinen eigenen »Kompass« neu auszurichten. Meine Tätigkeit hat mich gelehrt zu unterscheiden, was wichtig ist und was nicht.

Wann ist ein Leidensdruck unerträglich?

Wie gehe ich mit kritischen Stimmen um, die sagen, dass das Leiden des Menschen einen Sinn habe? All jene, die den Weg des begleiteten Freitods gehen, haben sich bewusst dafür entschieden. Wir von EXIT sind lediglich dazu da, den Wunsch und die Selbstbestimmung dieser Menschen zu unterstützen. Im Mittelpunkt stehen für mich allein der eigene Wille, die eigene Verantwortung sowie die Freiheit eines jeden Einzelnen, über sein Schicksal zu bestimmen.

Wann ein Leidensdruck unerträglich ist, muss jeder für sich selbst entscheiden. Meiner Meinung nach hat niemand das Recht, über andere zu urteilen – vor allem dann nicht, wenn man nicht selber betroffen ist und leidet. Kürzlich hat jemand zu mir gesagt: Erfahrungen macht man, um etwas daraus zu lernen, um in der Zukunft daran zu wachsen und Kraft zu schöpfen. Wenn ich jedoch diese Erfahrung erst am Ende meines Lebens mache und überzeugt bin, dass mit dem Tod alles endet, wozu soll mir diese leidvolle Erfahrung dienen?

https://doi.org/10.14361/9783839467923-009 https://www.inlibra.com/de/page/agb - Open Access - (cc) BY

Ich habe Menschen kennengelernt, die ihr Leben nicht mehr als lebenswert und menschenwürdig empfanden, sobald sie nicht mehr autonom für sich sorgen konnten. Andere waren pflegebedürftig und konnten das Bett nicht mehr verlassen. Trotz ihrer misslichen Lage konnten sie dem Leben immer noch Lebenswertes abgewinnen. Die Frage, wann ein Leben menschenunwürdig ist, muss jeder für sich selbst klären. Die Beantwortung spare ich mir auf, bis sich mir die Frage konkret stellt. Alles andere ist hypothetisch. Ich habe gelernt, mir eine Meinung erst dann zu bilden, wenn ich selbst die Erfahrung gemacht habe. Hingegen weiß ich, wie ich diesen Entscheid fällen werde. Nämlich so, wie ich gelebt habe: autonom und selbstbestimmt.

»Erinnerungen weglegen – ohne dass sie verloren gehen«

Während meiner 30-jährigen Tätigkeit als Jugendanwältin waren mir der Kontakt und die Auseinandersetzung mit Menschen immer das Allerwichtigste. Nach meiner Frühpension mit 60 genoss ich rund anderthalb Jahre meine freie Zeit in vollen Zügen. Doch dann drängte es mich, wieder eine sinnbringende Tätigkeit aufzunehmen. Gefunden habe ich sie als Freitodbegleiterin.

Akkurate Vorbereitung

Mit dem Tod wurde ich zum ersten Mal direkt konfrontiert, als meine Eltern starben. Ich war gegen Ende vierzig, als es meiner Mutter und meinem Vater schlecht ging. Es war nicht das Thema Tod, das mich aufwühlte, sondern vielmehr die Tatsache, wie stark beide leiden mussten. Als meine betagten Eltern dann gestorben waren, fühlte ich mich erleichtert, weil das Thema wieder an Präsenz verlor.

Wichtig bei den Vorbereitungen sowie bei den Freitodbegleitungen ist mir, dass ich mich sowohl auf die jeweilige neue Situation als auch auf den Sterbewilligen und seine Angehörigen einstellen kann. Zu diesem Zweck bin ich mit den betreffenden Menschen bereits im Vorfeld einer Begleitung länger im Gespräch. Ich achte darauf, dass ich selbst ruhig bin sowie Ruhe und Sicherheit vermitteln kann. Ich bereite jeweils alles akkurat vor, damit es bei der Begleitung falls irgend möglich nicht zu Störungen kommt, auch nicht von Seiten der Behörden.

Bei einer Freitodbegleitung überschreitet der Sterbewillige zwar eine Grenze, aber ich erlebe dies nicht als etwas Klares oder Abruptes. Für mich ist es vielmehr ein Hinübergleiten. Sehr viele der Begegnungen sind noch präsent, vor allem jene zu Beginn meiner Tätigkeit vor sechs Jahren und besonders stimmungsvolle. Es gibt auch Begleitungen, die Amüsantes beinhalten. Wenn zum Beispiel jemand kurz vor seinem Sterben Anekdoten aus seinem Leben erzählt und alle Anwesenden gemeinsam darüber lachen. Das bleibt haften.

Viele Menschen leiden

Herausfordernd an meiner Tätigkeit ist, dass man es manchmal mit komplizierten Sterbewilligen und Behörden zu tun hat. Natürlich kann es auch schwierig werden mit Ange-

https://doi.org/10.14361/9783839467923-009 https://www.inlibra.com/de/page/agb - Open Access - (cc) BY

hörigen, wenn sie negativ auf eine Begleitung reagieren. Doch das ist eine absolute Minderheit. Dass ich bei meiner Aufgabe verschiedene Aspekte gleichzeitig beachten muss, ist für mich kein Problem, weil ich es von meinem ursprünglichen Beruf gewohnt bin. Zentral ist für mich, jederzeit zu wissen, wer von den Beteiligten wo steht, und angemessen zu handeln respektive darauf zu reagieren.

Ich werde oft gefragt, ob mich meine Tätigkeit belaste. Ich antworte jeweils, dass es vielmehr eine große Beanspruchung ist. Ich muss sehr präsent sein für alle Anwesenden. Jeweils länger beschäftigen mich die sehr jungen Menschen, die »vor ihrer Zeit« aufgrund schwerer Erkrankungen gehen müssen und allenfalls halbwüchsige oder kleine Kinder hinterlassen. Ich kann solche Erinnerungen auch wieder weglegen – ohne dass sie verloren gehen. Schwierige Erfahrungen kann ich im Gespräch mit mir selbst, mit mir nahestehenden Menschen oder bei Bedarf auch mit der Leiterin Freitodbegleitung von EXIT verarbeiten.

Der Umgang mit den Sterbewilligen und Angehörigen hat mich geprägt. Ich treffe auf Menschen, die sehr krank sind oder auch sehr betagt mit mehrfachen Leiden. Diese Betroffenen sehen wir ja im Alltag nicht auf der Straße, man muss sie zu Hause, in einem Alters- oder Pflegeheim oder allenfalls im Spital besuchen. Wenn man vermeintlich gesund durch sein Leben geht, weiß man in der Regel nicht, wie stark viele Menschen leiden müssen. Das beeindruckt mich immer wieder zutiefst.

In meiner Aufgabe begleiten mich die Themen Lebensqualität und Leidensdruck. Letzterer kann ganz verschiedene Aspekte haben: Er kann ein gesundheitlicher sein oder ein sozialer. Wenn man zum Beispiel realisiert, dass man sehr betagt ist, alle Bezugspersonen im Altersheim oder bereits gestorben oder dement sind. Wenn also keine Menschen mehr im Umfeld mit einem kommunizieren können oder wollen. Dann kann man sich schnell einsam fühlen. Auch das ist leiden.

Kurze Wegstrecke der Nähe

Als anspruchsvoll erlebe ich die Aufgabe, jemandem bisher Unbekannten nahe zu treten und nachher wieder einen Schritt zurück zu machen. Diese Art Intimität ist beidseitig, sie hält nur für eine kurze Wegstrecke an. Dann ist der Sterbewillige nicht mehr da. Während man mit den Angehörigen auf die Behörden wartet, ist immer noch eine gewisse Intimität spürbar. Dann geht man wieder auseinander. Ich rufe die Hinterbliebenen aber etwas später nochmals an, um zu fragen, wie es ihnen geht. Nun ist diese Intimität definitiv vorbei. Im Nachhinein denke ich oft: Es wäre schön gewesen, wenn man diesen Menschen länger gekannt hätte. Das sagen übrigens zuweilen auch Sterbewillige: »Schade, dass ich Sie erst jetzt kennengelernt habe.« Damit gilt es umzugehen.

Ich gebe sehr viel von mir, bekomme aber auch sehr viel Vertrauen und Wertschätzung von den Sterbewilligen und Angehörigen zurück. Das ist für mich gleichzeitig Motivation und Sinnhaftigkeit. Ich empfinde es als sehr bereichernd, Freitodbegleitungen machen zu können.

https://doi.org/10.14361/9783839467923-009 https://www.inlibra.com/de/page/agb - Open Access - (cc) BY