

4 Interviews mit Abschieds- und Trauerbegleiter*innen

In diesem Kapitel erfolgen nun die Vorstellung der Interviewteilnehmer*innen von Studie 1 sowie die Darstellung der Ergebnisse dieser Studie. Dabei liegt der Fokus auf den für dieses Buch relevanten Informationen aus den Interviews. Zunächst werden die Interviewteilnehmer*innen vorgestellt. Der Hauptfokus liegt anschließend auf der Darstellung der herausgefilterten Inhalte zu den verschiedenen Kategorien. Dazu werden die Kategorien inhaltlich vorgestellt und mit Zitaten aus den Interviews belegt.⁹

4.1 Darstellung der Interviewteilnehmer*innen

Für die Vorstellung der Stichprobe werden im Folgenden die befragten Abschieds- und Trauerbegleiter*innen sowie ihre inhaltliche Arbeit beschrieben.

Die Informationen wurden den Interviews entnommen. Innerhalb der nachfolgenden Darstellungen wurden die Personen sowie der Inhalt ihrer Interviews anonymisiert. Eine Ausnahme stellt dabei das Interview mit der vierten befragten Person dar. Diese Person hat die Nennung ihres Namens erbeten. Bei den anderen befragten Personen wurden die Namen durch Pseudonyme (BP1–BP10) ersetzt und personenbezogene Angaben derart verändert, dass sie nicht mehr den konkreten Personen zugeordnet werden können.

Die *erste befragte Person* (BP1) ist ausgebildete Sterbebegleiterin und Koordinatorin eines ambulanten Hospizdienstes. Die Arbeit des ambulanten Hospizdienstes wird von den Krankenkassen finanziert und durch

9 Textpassagen, die für die Betrachtungen der jeweiligen Kategorie nicht von Bedeutung sind, wurden entfernt und mit [...] markiert. Der Inhalt der jeweiligen Aussage wurde dabei nicht verändert.

ehrenamtliche Hospiz- und Sterbebegleiter*innen durchgeführt. BP1 ist in diesem Kontext für die Anwerbung, die Schulung sowie die Begleitung der Ehrenamtler*innen zuständig. Zudem führt sie die Erstgespräche mit den zu begleitenden Klient*innen. Anhand dieser Erstgespräche wird herausgearbeitet, was die Klient*innen innerhalb der Sterbebegleitung benötigen. Die*der passende Sterbebegleiter*in wird jeweils entsprechend den Anforderungen und Bedürfnissen der Klient*innen zugeordnet. »So, das ist mein Job. Und, ja, es ist meine Herzensangelegenheit. Dafür zu sorgen, dass die Menschen gut, also würdevoll gut begleitet, palliativ gut begleitet sterben können« (BP1).

Die *zweite und auch die dritte befragte Person* (BP2 und BP3) sind ehrenamtliche Hospiz- und Sterbebegleiter*innen. Beide haben die Ausbildung zu dieser Tätigkeit gemacht und arbeiten ehrenamtlich für unterschiedliche Institutionen. Ihre Tätigkeit gestaltet sich so, dass sie nach der Zuordnung durch ihre*n Koordinator*in eine sterbenskranke Person sowie deren An- und Zugehörige begleiten.

»Ich besuche Menschen jeden Alters. Also überwiegend sind es krebserkrankte Menschen. Und oftmals ist es auch die Familie, die Unterstützung braucht. Also die erkrankte Person kommt oftmals ganz gut zurecht mit ihrer Krankheit. Aber die Familie braucht noch mehr Unterstützung« (BP2).

In seltenen Fällen begleiten die Hospizbegleiter*innen zwei oder mehr Personen parallel, wenn beispielsweise ein akuter Fall spontan hinzukommt. In der Regel besuchen sie die Personen einmal die Woche. Die Dauer einer solchen Begleitung ist unterschiedlich, da sich zum einen die Krankheits- und Sterbeverläufe unterscheiden und zum anderen die Dienste der Hospizbegleitung zu unterschiedlichen Zeitpunkten des Verlaufs in Anspruch genommen werden. Die jeweilige Begleitung läuft meist bis kurz vor dem Eintreten des Todes. In sehr seltenen Fällen sind die Hospizbegleiter*innen im Moment des Sterbens anwesend. Wie oben bereits beschrieben, gestalten sich die Begleitungen unterschiedlich, je nach Bedürfnislage der zu begleitenden Personen. Darin enthalten ist »erstmal einfach da sein« (BP3) und Gespräche mit den Sterbenden sowie deren Angehörigen zu führen. Zudem berichten die befragten Abschieds- und Trauerbegleiter*innen unter anderem von Biografiearbeit, Hilfe bei der Nahrungsaufnahme, Gestaltung von Ausflügen bis hin zu pflegenden Tätigkeiten. Je nach Kompetenzen und Interessen der Hospiz- und Sterbebegleiter*innen werden

zusätzliche Tätigkeiten angeboten. Die Hospizbegleiter*innen nehmen an regelmäßigen Supervisionen teil, um sich unterstützend über Erlebtes auszutauschen und dieses zu reflektieren.

Die *vierte befragte Person* (Claudia Cardinal) ist Sterbeamme und Trauerbegleiterin. Zudem ist sie Ausbilderin in der von ihr gegründeten Sterbeammen-/Sterbegefährten-Akademie, die Menschen für die Begleitung von Sterbenden und in einer Krise befindlichen Menschen ausbildet. Des Weiteren ist sie Autorin von diversen Büchern im Kontext von Sterbe- und Trauerarbeit. Sie versteht ihre Arbeit als Sterbebegleiter*in und Sterbeamme so, dass Menschen in Krisensituationen begleitet werden. »Eine Krise kennzeichnet sich dadurch, dass der Sinn des Lebens infrage gestellt ist. Und das passiert sehr, sehr häufig bei Todesfällen, kann aber auch beim Liebeskummer schon auftreten« (Claudia Cardinal). Das Ziel der Arbeit einer Sterbeamme ist es, durch Gespräche gemeinsam mit den begleiteten Menschen diesen Sinn wiederzufinden bzw. zu erarbeiten und ihnen Werkzeuge an die Hand zu geben, damit sie ihre jeweilige Situation selbstbestimmt gestalten können. Vorrangig arbeitet Claudia Cardinal mit Menschen, die sich aufgrund von (lebensbedrohlichen) Krankheiten mit Sterben, Tod und Trauer auseinandersetzen (müssen).

Die *fünfte befragte Person* (BP5) unterrichtete zunächst lange Zeit in der Ausbildung befindliche Pfleger*innen zu den Themen Trauer- und Sterbephänomene. Sie ist Sterbeamme und Trauerbegleiterin und betreut innerhalb ihrer Praxis Einzelfälle. »Und da kommen ganz oft Familien, die sagen ›Ja eigentlich, unser Sterbender ist gut versorgt. Aber wir nicht.‹ Oder eben Trauernde. Und ganz selten kommt mal auch wirklich eine Sterbende oder Sterbender« (BP5). In ihrer Arbeit mit den Klient*innen werden über die verschiedenen Vorstellungen zum Thema Sterben und den Übergang zum Tod gesprochen und darüber, was die Menschen benötigen, um den Abschied für sich im Guten zu gestalten und im besten Fall Ängste abzubauen:

»Was hindert jetzt am Sterben? Wo hakt's noch? Wo drückt der Schuh? Und es sind eben doch meistens die Themen von ›Das kann ich mir nicht verzeihen. Oder das kann ich jemand anderem nicht verzeihen.‹ Die dann aufs Tablett kommen und dann kann man gucken ›Wie gehen wir damit um, damit du gut gehen kannst und deinen Frieden hast?‹« (BP5)

Die *sechste befragte Person* (BP6) begleitet als Bestatterin und Trauerbegleiterin Angehörige durch den Bestattungsprozess und Teile des Trauer-

prozesses. Dazu gehören die Beratung der Angehörigen, die Durchführung von Überführungen¹⁰, Totenversorgungen¹¹, die Aufbahrung der Verstorbenen zur Abschiednahme, die Gestaltung von Trauerkarten sowie die Gestaltung und Durchführung der Trauerfeier und schließlich die Beisetzung. BP6 kam als Quereinsteigerin in den Beruf als Bestatterin in einem sogenannten alternativen Bestattungsinstitut. Sie beschreibt die Arbeitsweise unter anderem folgendermaßen: »Nämlich so zu arbeiten, [...] mit mehr Transparenz, mehr Zeit, mit vielen Informationen, sodass sich Menschen entscheiden können, was sie tun wollen eben in dieser Zeit des Abschiedes« (BP6).

Die *siebte befragte Person* (BP7) arbeitet in einer Institution, die sich mit Trauerarbeit beschäftigt. Sie ist ausgebildete Trauerbegleiterin und begleitet trauernde Erwachsene in Trauergesprächsgruppen und Einzelgesprächen. Innerhalb dieser Gespräche wird es den Trauernden ermöglicht, sich über das eigene Erleben und Gefühle mit anderen Trauernden auszutauschen. »Wir können ein Geländer sein und aufpassen, dass wir [...] sie gut im Blick haben, aber gehen müssen sie alleine. Und zu merken, dass sie nach einer gewissen Zeit auch wieder eigene Perspektiven haben. Nicht alle. Aber die meisten schon« (BP7).

Die *achte, neunte und zehnte befragte Person* (BP8, BP9 und BP10) arbeiten als Mitarbeiter*innen in einer Beratungsstelle. Klient*innen suchen Beratungsstellen auf, um in Einzelgesprächen von einer Fachkraft rund um die Themen Abschied und Trauer beraten und informiert zu werden. Die interviewten Personen BP8, BP9 und BP10 sind ausgebildete Sterbe- und Trauerbegleiter*innen und bieten Einzelgespräche an. Diese Angebote für Einzelgespräche richten sich an Menschen, die mit einer todbringenden Krankheit leben, an pflegende und betreuende Angehörige sowie an Hinterbliebene, also trauernde Angehörige. Die Begleitung gestaltet sich unterschiedlich. So gibt es einmalige Gespräche, mehrmalige Gespräche oder auch längerfristige Begleitungen. Aufgrund des Erstarkens der

10 Als Überführungen werden die Transporte von Verstorbenen bezeichnet, beispielsweise vom Ort des Sterbens oder aus Krankenhäusern/Pathologien in einen Kühlraum, zum Krematorium oder zum Friedhof (vgl. Neuser & Wirthmann, 2019, S. 276f.).

11 Totenversorgung, auch hygienische Totenversorgung genannt, bezeichnet den Prozess des Waschens, Ankleidens und Herrichtens des Körpers einer verstorbenen Person, um diese für beispielsweise eine Aufbahrung, also die Abschiednahme am offenen Sarg, und die endgültige Beisetzung vorzubereiten. Dies geschieht im Sinne einer ästhetischen und würdigen Umsetzung (vgl. ebd., S. 437f.).

Hospiz- und Palliativarbeit haben die Begleiter*innen seltener mit sterbenden Menschen zu tun. Zudem bieten sie Fachberatungen sowie Schulungen für unterschiedliche Berufsgruppen an, für die die Begleiter*innen auch in externe Einrichtungen gehen. Für Beratungsgespräche kommen die Klient*innen in die Beratungsstelle.

»Und das ist so ein Ort, ein gehaltener Raum umrahmt, wo ich mich über meine Situation austauschen kann, eigentlich über alles reden kann und darf, was mich bewegt, was mir schwerfällt, was mich bedrückt, was schwer ist im Leben. Weil unsere Erfahrung ist, es gibt wenig Orte, für die meisten Trauernden würde ich sagen, wo sie frei über ihre Trauer sprechen können. Egal, welchen Lebensbereich es betrifft. Und hier darf das sein« (BP10).

4.2 Ergebnisdarstellung

Der Interviewleitfaden (siehe Anhang) setzte sich aus acht verschiedenen Themenblöcken bzw. Untersuchungskategorien zusammen, die in der folgenden Auswertung auf fünf Kategorien reduziert wurden, die mit Blick auf das Forschungsinteresse eine besondere Relevanz haben. Die Kategorien, die nachfolgend inhaltlich vorgestellt und mit ausgewählten Zitaten aus den Interviews belegt werden, lauten: (1) »Intimität, Körperlichkeit, Sexualität«, (2) »Körper«, (3) »Be-Greifen«, (4) »Berührungspunkte« und (5) »Normen und Moral«.

4.2.1 Intimität, Körperlichkeit, Sexualität

Um das persönliche Verständnis der Abschieds- und Trauerbegleiter*innen in Bezug auf die Begrifflichkeiten *Intimität*, *Körperlichkeit* und *Sexualität* zu erkunden, wurden die Befragten gebeten, ihr Verständnis davon zu erläutern.

Erkennbar ist, dass die interviewten Personen unter den genannten Begrifflichkeiten Unterschiedliches verstehen. BP2, BP3 und BP6 grenzen die Begriffe voneinander ab.

»Sexualität wäre für mich halt [...] sexuelle Handlungen [...]. Körperlichkeit [...], das ist dann schon ein breiterer Bereich. Das ist der Kontakt, das Berühren. Und Intimität, das fand ich ganz beeindruckend bei meinen

Eltern. Mein Vater [...] Stück für Stück verschwand er vom Leben. Aber es gab immer noch Momente von Zärtlichkeiten [...] er war stark in sich zurückgezogen und im Grunde genommen damit beschäftigt, was der Körper ihm alles so zu tun gibt. Und dennoch war es halt eben so, dass es [...] diese Momente gab und wo dann von ihm ein Streicheln meiner Mutter auftrat. Das wäre für mich halt Körperlichkeit. Aber halt eben auch Intimität, wo man so merkte, Ja, sie sind auf einer Welle« (BP3).

BP1 trennt hingegen die Begriffe nicht voneinander, da die Begrifflichkeiten für sie eine Einheit bilden:

»Das ist alles eins. [...] Ich glaube, ich könnte nicht jedes Einzelne für sich definieren. Also Körperlichkeit ist Umarmen. [...] Und das ist für mich schon ein Stück Sexualität. Und ob das nun eine Freundin ist oder ein Freund oder [...] mein Ehemann« (BP1).

Claudia Cardinal unterscheidet die Begrifflichkeiten ebenfalls voneinander, bringt aber zudem verschiedene Ebenen mit hinein, beispielsweise den Kontakt mit sich selbst und das eigene Erleben von Körperlichkeit und Intimität. Sie hat ein weit gefasstes Verständnis von Sexualität und der sexuellen Erfahrungsebene im Kontakt mit anderen Menschen. Aber auch mit Blick auf einen sinnlichen Genuss, der sich nicht nur auf Menschen, sondern auch auf weitergefasste Phänomene bezieht. Zudem unterscheidet sie zwischen männlichem und weiblichem Erleben:

»Ich würde mal sagen eine Körperlichkeit, [...] das bringt es schon mit sich, wenn man mal barfuß läuft, anständig duscht und dieses so ganz und gar im Körper drin sein. [...] Und Intimität ist etwas, was ich sozusagen nicht nach außen zeige. Was ich nicht nach außen zeigen möchte, weil das für mich in meinen Privatsphärenbereich reinkommt. Und Sexualität fasse ich sehr weit. Ich glaube, alles das, was für mich als Frau, alles das, was einen sinnlichen Genuss verschafft, könnte man im weitesten Sinne dazu nehmen. Vielleicht sogar das Schmelzen von einem Stück Schokolade, könnte eigentlich in die Richtung auch schon gehen. Ein körperlicher Genuss« (Claudia Cardinal).

BP5 fügt ihrer Definition der Begrifflichkeiten bestimmte Attribute, wie Vertrauen, Offenheit, Mut und Nähe hinzu, die zum Gelingen verhelfen können. Es wird deutlich, dass sie ebenfalls ein weites Verständnis der Begriffe hat:

»Es gibt auch Sexualität, wo ich sage, die läuft ohne jeden Kontakt. Die gibt es eben auch. Und ich will das jetzt nicht abwerten, weil viele von uns kennen vielleicht gar nichts anderes. Wir sind in einer Kultur, in der es heißt, wir hätten eine Befreiung erlebt, aber ich sehe das nicht so. Das, was ich eine erfüllende Sexualität nenne, braucht mehr als das, was wir gelernt haben. [...] Und der Körper ist natürlich ein wunderbares Instrumentarium. [...] Wir sind garantiert Wesen, die Berührung brauchen, um gesund zu sein« (BP5).

BP7 bringt die Begrifflichkeiten in eine systematische Ordnung, wobei Sexualität der »Oberbegriff« ist und Körperlichkeit als Grundlage dient:

»Sexualität wär für mich mehr der Oberbegriff, wo all das andere mit reinspielt. An Intimität und auch an Körperlichkeit. Sexualität würde für mich nicht nur Sex im engeren Sinne, also sprich sehr enge Körperkontakte beinhalten, sondern Sexualität ist zwischenmenschliche Nähe. [...] Also Körperlichkeit ist ja die Basis für Sexualität für mich. [...] Für mich ist Sexualität auch positiv behaftet. [...] Und da hängt alles zusammen, was an Körperlichkeit, an Nähe, an Austausch, an Miteinander möglich ist und da sein darf« (BP7).

BP8 setzt die Begriffe unter die Überschrift von Sinnlichkeit und bezieht die Körperlichkeit auf die Ebene des Individuums, wohingegen Intimität zwischen zwei Menschen geschieht:

»Körperlichkeit [...] würde ich sagen, ist alles was Sinnliches. Berühren können, hören können, nochmal anschauen können, riechen können, (...) Stimme, also alles von diesem wunderbaren und leitbringenden Körper, erst einmal diese Dimension von Sinnlichkeit, sinnlicher Austausch im sinnlichen Bereich. [...] Kann man auch mit sich selber intim sein? Weiß ich gar nicht. Spontan würde ich sagen, ist Intimität etwas, was sich zwischen dem Raum zwischen zwei Körpern abspielt. Aber ich würde erst mal sagen, so ist diese Körperlichkeit plus [...] Seele, Bewusstsein [...] in Schwingung versetzt zwischen Zweien. [...] Was ist denn Sexualität? [...] Also natürlich denke ich als Erstes an Miteinander-Schlafen, an Erotik, an alles das, was zwischen zwei Menschen (...)« (BP8).

BP9 konzeptualisiert die Begrifflichkeiten in der eigenen Arbeit:

»Also Körperlichkeit fällt mir ein [...], dass der Körper häufig in der Trauer auch so ein Transporteur ist für bestimmte Zustände. Also der Körper trans-

portiert Stimmungen, Betroffenheit, Gefühle. Und der steht öfter auch den Menschen, die zu uns kommen, im Weg. Weil der macht was anderes. Also der Körper tut zum Beispiel weh, und es ist nicht nachzuvollziehen, warum der jetzt wehtut. [...] was mit Trauer zu tun haben könnte, das ist nicht immer so einfach das sozusagen in Verbindung zu bringen. [...] Bis hin >Ist das denn normal, dass mir das jetzt so geht?< [...] Und Sexualität ist meinem Empfinden nach, oder meinen Erfahrungen nach, das hat in der Trauer überhaupt nix zu suchen. Weil da ist das völlig tabu. Obwohl es ein Thema ist. Aber da spricht man nicht drüber« (BP9).

BP10 fasst die Abgrenzung der Begriffe kurz: »Sind ja sehr unterschiedliche Bereiche erst mal, was mehr oder minder dennoch einander berührt und zusammenhängt« (BP10).

4.2.2 Körper

Diese Kategorie bezieht sich auf die Rolle und den Stellenwert des Körpers im Abschieds- und Trauerprozess. Um Körperlichkeit, Intimität und Sexualität zu erleben, wird (meistens zumindest) der Körper als Medium benötigt, also als vermittelndes Element zwischen beispielsweise zwei Menschen. Dazu wurden Aussagen herausgefiltert, die den Umgang mit Körper(n) in der jeweiligen Arbeit darstellen und die Bedeutung des Körpers von Abschiednehmenden, Sterbenden, Verstorbenen, Hinterbliebenen und Trauernden in der Arbeit deutlich machen.

In der Arbeit als Sterbebegleiterin und Koordinatorin von ehrenamtlichen Sterbebegleiter*innen berichtet BP1, dass der Körper zwei Bedeutungen einnimmt. Einerseits ist der Körper eines*einer Sterbenden ein erkennbar verfallender Körper, der die Endlichkeit sozusagen sichtbar macht. Das heißt, die Angehörigen haben nur einen bestimmten, wenn auch oft ungewissen Zeitraum mit diesem sterbenden Körper. Und andererseits beschreibt sie den Körper als Möglichkeit, Kontakt zu den Menschen aufzubauen, mit denen die Sterbebegleiter*innen arbeiten. Dabei betont sie die Herangehensweise, den Klient*innen dies anzubieten, ohne den Kontakt aufzudrängen und ohne sich im sexualisierten Bereich zu bewegen:

»Einmal als der Körper, der zerfällt. [...] Und das Sichtbare, das Körperliche verfällt, so [...] dass ich das sehen kann. [...] Und das andere, die Körper-

lichkeit. Wir sind ganz viel in Kontakt mit den Menschen. Wir fassen ganz viel an. [...] wir sind die Menschen der offenen Hand. Aber wir schieben die Hand unter. Also andere kommen und machen fest oben auf und legen die Hand drauf und dann kann dieser Mensch ja nicht mehr weg. [...] Wir bieten an, anzufassen, wenn gewollt wird. Und dann schieben wir die Hand unter und manchmal ist es wirklich nur der kleine Finger, den wir so hinlegen. Und wenn dieser kleine Finger berührt wird, dann wissen wir, ja, wir dürfen, und dann können wir weitermachen« (BP1).

Für BP2 sind in der Sterbebegleitung »Körper und Geist [...] und Seele [...] eine Einheit« (BP2). Für BP3, ebenfalls ambulanter Hospizbegleiter, nimmt der Körper in seiner Arbeit an sich keinen besonderen Stellenwert ein. Ausschließlich in der Begleitung eines Paares spielt der Körper eine besondere Rolle, und zwar als ein Körper eines Sterbenden, der gepflegt werden muss und berührt werden will:

»Also im Grunde genommen in allen anderen Fällen gar keinen. Aber in dem Fall war es natürlich so, dass ich da auch körperlich am Körper gearbeitet hab, wie ich, wie ich es ja beschrieben hab, ne?! [...] [Er] war geistig noch fit. Aber halt der Körper halbseitig gelähmt und von daher, ja, mit einer Hand konnte er noch was machen. Aber halt, er war beständig auf Hilfe angewiesen. Und ja, Berührung auch. Das hat er sehr genossen, wenn ich mich halt aufs Sofa gesessen hab und ihn in den Arm genommen hab« (BP3).

Für Claudia Cardinal ist der Körper als solcher zunächst nicht so wichtig wie beispielsweise die Seele. Es wird deutlich, dass sie den Körper bzw. die Materie zunächst nur als Hülle für die Seele betrachtet: »Eigentlich ist der mir nicht so wichtig wie die Seele. [...] Ich sage, der Geist hat die Prämisse, nicht der Körper. Und gleichzeitig stehe ich manchmal staunend faszinierend vor der Materie selber« (Claudia Cardinal). Dabei beschreibt sie den Körper als wichtiges Instrumentarium, um in Kontakt treten zu können, und wenn »ich die Materie erfahren will, dann brauche ich den Körper« (Claudia Cardinal).

Als feines Sensorium und Instrumentarium beschreibt auch BP5 den Körper und schreibt ihm zudem eine große Bedeutung zu. Denn der Einbezug von Körpern kann häufig mehr an Gefühlen und Empfindungen auslösen, als gesprochene Worte es können:

»Einfach weil ich viel über den Körper wahrnehme und viel über den Körper sehe von meinem Gegenüber. Das ist ja verkörperte Lebensgeschichte. Also das heißt nicht, dass ich es thematisiere, aber ich nehme viel wahr über den Körper. Ich mag gerne auch Menschen berühren, in Kontakt sein. Gerade auch bei Trauernden. [...] Aber eigentlich berühre ich gern, um zu signalisieren ›Pass auf. Du bist nicht allein.‹ Weil das ist eigentlich das Dramatische, was ausgelöst wird, wenn jemand geht. Da dieses ›Du bist nicht allein‹. Und das über ne Berührung viel, das sagt tausendmal mehr als wenn ich, wenn ich das ausspreche. Wenn's der Körper fühlt, das ist's eine andere Nummer« (BP5).

Für BP7 als Trauerbegleiterin, die den Menschen in Einzel- oder Gruppengesprächen begegnet, nimmt der Körper ebenfalls zunächst eine untergeordnete Rolle ein. Sie betont, dass sie in ihrer Arbeit keine Körperarbeit anbietet. Allerdings bemerkt sie einen Wandel des Stellenwerts vom Körper im Verlauf der Treffen. Das heißt, der Körper und die nonverbale Kommunikation nehmen von Gespräch zu Gespräch mehr Bedeutung ein, da der Körper als Transporteur von Gefühlen und psychosomatischen¹² Abläufen dient, wahrgenommen und bearbeitet werden kann.

Während der Körper in der Arbeit vieler der Befragten größtenteils eine eher nebensächliche Rolle spielt, da sie mit den Menschen mehr über die gesprochene Sprache in Kontakt treten, nimmt der Körper in der Arbeit von BP6 als Bestatterin und Trauerbegleiterin einen zentralen Stellenwert ein. Denn mit dem Körper der Verstorbenen wird im Laufe des Bestattungsprozesses konkret gearbeitet. Durch den Tod eines Menschen verlässt das Leben den Körper und hinterlässt die Hülle, die aber für die Hinterbliebenen weiterhin von Bedeutung sein kann. Bei gemeinsamen Totenversorgungen, Aufbahrungen und Beerdigungen kann der Körper im Abschieds- und Trauerprozess damit eine wichtige Rolle einnehmen. Den Hinterbliebenen wird somit begreiflich, dass der Mensch tot und sein Bewusstsein unwiederbringlich abwesend ist. Diesen Körper können sie nun die letzten Male sehen, anfassen und darüber ins Verarbeiten gelangen:

»Der Körper der Verstorbenen gehört sehr eng zum Abschiednehmen mit dazu aus meiner Erfahrung heraus. So, dass die Angehörigen auch diese Kör-

12 Psychosomatisch bedeutet, dass psychische Beschwerden körperliche Symptome erzeugen können.

perlichkeit wahrnehmen können [...]. Aber auch im Sehen. Also jemanden einfach liegen zu sehen. [...] Dass, das was so schwierig ist, wenn man jemanden tot daliegen sieht, ist die, das hat ein Schriftsteller so beschrieben ›Das ist das Wahrnehmen der Anwesenheit der Abwesenheit.< [...] Und oft werden die Verstorbenen so beschrieben, als würden sie schlafen. Aber sie sind tot, sie atmen nicht mehr, und es ist keine Regung mehr da« (BP6).

Trauer kann Schmerzen und Symptome im Körper auslösen. Sehnsucht und Verlust können sich im Körper der Hinterbliebenen und Trauernden ausdrücken. Diese über den Körper abzulesen und anzusprechen, wird als Aufgabe für zum Beispiel Trauerbegleiter*innen beschrieben. Zudem kommen Erinnerungen an den Körper und die Sehnsucht nach Körperlichkeit mit der verstorbenen Person hinzu:

»Trauer ist auch etwas sehr Leibhaftes. Es drückt sich auch im Körper aus. [...] Und der trauernde Mensch ist natürlich immer auch irgendwie mit seinem Körper oder muss sich mit den körperlichen Empfindungen befassen. Das, was ich fühle, das schlägt sich im Körper nieder. Oder was ich denke manchmal auch. Und vor allen Dingen, dass die Gefühle, die so stark sind in Trauer, diese Sehnsucht und Erinnerungen haben ja auch Spuren in dem Körper hinterlassen. Und das sind manchmal auch Gesprächsthemen. ›Wo spüre ich den Trauerschmerz gerade? Womit hängt das zusammen? Weil, das war so eine schöne Berührung, und niemand, niemand kann mich so anfassen und nie wieder. (...) Und das fehlt mir, weil das hat mir so gutgetan. Das hat mich immer total beruhigt. Und dann war ich irgendwie wieder bei mir. Und ich krieg das selber nicht hin. Ich weiß noch nicht, wie das gehen soll.<« (BP10)

So ist auch für BP8, BP9 und BP10 der Körper ein Medium und Transporteur von Bedürfnissen, Gefühlen und weiteren Aspekten. Der Körper bringt somit wichtige, auch schmerzhaft und leidvolle Faktoren in die Arbeit hinein, auf die die Berater*innen eingehen können. Somit können sie den Menschen auch auf der körperlichen Ebene helfen. Allerdings werden sie nicht konkret körperlich tätig, sondern nutzen die gesprochene Sprache, um dem Körper Raum und Aufmerksamkeit zu geben:

»Der Körper erzählt ganz viel. [...] Über Emotionen, über Verzweiflung, über Unruhe, Unsicherheit, die ganze große Palette von unterschiedlichen

Empfindungen und Gedanken manchmal auch. Und es ist gut, den Körper im Gespräch auch vor mir zu haben, weil er eine eigene Sprache hat. Und Telefonieren ist was anderes. Da muss man sehr genau hinhören. [...] Nur wenn ich im Gespräch bin mit jemandem, also ein Gegenüber habe, dann habe ich viel mehr Informationen. Die man manchmal auch nicht so in Worte fassen kann. Und muss man auch gar nicht« (BP10).

Der Körper und die Körperlichkeit der Verstorbenen nehmen einen wichtigen Stellenwert für die Hinterbliebenen ein. Sie versuchen die Körperlichkeit der Verstorbenen in unterschiedlicher Weise zu konservieren, so berichtet BP8, beispielsweise in Form von Videoaufzeichnungen, durch die Stimme auf dem Anrufbeantworter oder den Geruch in Kopfkissen und Kleidung. Zusätzlich wird beschrieben, dass die Aufmerksamkeit der Trauernden für den eigenen Körper in Zeiten der Trauer oftmals zurücktritt. Dies macht beispielsweise BP9 deutlich. Im Kontext der Beratung wird dann versucht den Körper des*der Klient*in in den Blick zu nehmen, um wieder im Hier und Jetzt anzukommen:

»weil viele tatsächlich ihren Körper über diesen Schmerz auch vergessen. Viele essen nicht, viele trinken nicht oder trinken zu viel Alkohol oder essen zu viel Chips oder die ganze Palette. [...] Und diese Aufmerksamkeit für den Körper findet halt eben oft nicht statt, sondern es sind andere Emotionen, andere Beweggründe, andere Süchte, die plötzlich da sind, die völlig unkontrolliert dann noch gelebt werden. Und dann so eine Einladung auch auszusprechen, zu gucken ›Guck mal. Wo spürst du dich gerade? Wie nimmst du dich wahr? [...] Und gibt es irgendwelche Punkte, die besonders intensiv sind?‹ Deshalb finde ich ist das schon (...) also ich arbeite ja relativ viel, mit solchen Einladungen zu gucken ›Wie geht's mir gerade?‹ « (BP9)

4.2.3 Be-Greifen

Innerhalb dieser Kategorie wird das Verstehen von Sterben, Tod und Trauer näher betrachtet. Dabei handelt es sich meist um Ansätze zum Verstehen. Ebenso geht es um Aspekte, die den Sterbenden und Hinterbliebenen nützlich sein können, um das Sterben und den Tod besser begreifen zu können.

Das (eigene) Sterben begreifen

Mit Blick auf sterbende Menschen erläutert BP1, dass das Begreifen ein Teil des biochemischen Sterbeprozesses ist. Sterbende haben somit begriffen, dass sie sterben werden – auch wenn das Wahrhaben-Wollen oftmals schwerer fällt. Sie unterscheidet dabei zwischen gutem und schwerem Sterben. Die Ermöglichung des guten Sterbens steht im Mittelpunkt ihrer Arbeit. Es wird versucht, offen über das Sterben zu reden und somit das Begreifen in der Trauer zu erleichtern:

»Ich glaube, wenn man von einem guten Sterben reden kann, ist das, wenn beide Seiten darüber offen reden und das entsprechend ritualisieren, Leben pflegen. [...] Und ich glaube, dann ist das Trauern hinterher leichter. [...] die können zärtlich Abschied nehmen. Die haben das die ganze Zeit, miteinander getragen, [...]. Und die können, ganz anders dem Menschen auch die Hände irgendwie nochmal nehmen, ihn anfassen, küssen, sich neben ihnen legen, hab ich schon erlebt. Die brauchen das nicht mehr so begreifen, weil die das ja die ganze Zeit gelebt haben. [...] Und die anderen müssen es begreifen, aber eher im Sinne von festhalten. [...] Also ich versuche ganz oft zu vermitteln. »Möchten Sie noch was sagen? Gibt's noch irgendwas, wo Sie denken, das wäre noch mal ein Thema zwischen Ihnen beiden oder so.« [...] Und wieder, wir sind keine Therapeuten, und ich hab keinen Auftrag, die beiden da zusammenzubringen. Wir versuchen es, und manchmal gelingt es und dann ist das fantastisch. Und dann sind sie hinterher auch alle dankbar, weil die Trauer einfach leichter ist« (BP1).

Weitere Aspekte, die beim Begreifen helfen, sind laut BP1 Zeit und Aufklärung: den Angehörigen zu vermitteln, dass sie sich Zeit lassen dürfen im Abschiednehmen, um dem Begreifen Raum und Zeit zu geben. Es ist eine Aufgabe der Sterbebegleiter*innen den Menschen zur Seite zu stehen und ihnen zu vermitteln, welche Möglichkeiten sie haben. Es soll sichergestellt sein, dass der Abschiedsprozess so gestaltet wird, wie die Personen es für sich benötigen. Auch BP2 sieht sich in ihrer Arbeit als Sterbebegleiterin in der Rolle einer Vermittlerin, die den Angehörigen Hilfe vermittelt und somit die Grenzen der eigenen Profession nicht überschreitet. Mit Blick auf das Begreifen des Sterbeprozesses kann es aus ihrer Perspektive hilfreich sein, einem Glauben anzugehören oder anhand der Natur die Vergänglichkeit des Lebens zu sehen.

Aus der Perspektive von BP3 nimmt die gedankliche und intellektuelle Auseinandersetzung mit dem Sterben eines nahestehenden Menschen eine wichtige Bedeutung ein, wenn es um das Begreifen dessen geht. Das Begreifen fällt schwerer, wenn die Angehörigen nicht loslassen können:

»Ja, also der Kopf hat [ihm] da tatsächlich geholfen, das nüchtern zu betrachten. Und ich denke, die alle anderen, die ich gesehen habe, wollen es nicht wissen. Die wollen es erst (...) im Grunde genommen, der muss schon tot sein und dann fängt es so langsam an durchzurippeln. [...] Manchmal hab ich auch das Gefühl ... es klingt vielleicht idiotisch (...) aber dass die Pflegenden den Sterbenden am Leben erhalten. Um jeden Preis. Und nicht gehen lassen können. [...] die Situation herstellen zu können, im Gespräch oder durch Intimität zu zeigen, »Es ist Zeit zu gehen und lässt du mich gehen?« (BP3)

BP5 sieht den Aspekt des Loslassens aus einem anderen Blickwinkel. So können aus ihrer Perspektive Hinterbliebene Sterbende nicht festhalten und somit am Sterben hindern. Vielmehr sei es dann so, dass die Sterbenden noch nicht final mit ihrem Leben abgeschlossen haben. Das eigene Sterben zu begreifen, findet laut BP5 über das Erleben des Nachlassens der körperlichen Fähigkeiten statt. Und so kann auch der Ortswechsel beispielsweise in ein Hospiz oder ein Vorsorgegespräch in einem Bestattungsinstitut das eigene Sterben bewusst(er) machen. Dafür benötigt es aber eine gewisse Form von Bewusstsein, um entsprechende Momente bewusst zu erleben und das Dahinterliegende zu realisieren. Zudem helfe es darüber zu reden. Und gleichzeitig nennt sie auch den Prozess des Verdrängens als Möglichkeit der Resilienz.

Möglichkeiten im Abschied

Um den Prozess des Begreifens zu unterstützen, helfe es die körperliche Nähe zu den Verstorbenen zu suchen. BP5 legt es am Beispiel von Personen dar, die sich neben den*die verstorbene*n Partner*in ins Bett legen. Das Berühren der Verstorbenen, sie zu waschen und noch einmal anzusehen (z. B. bei einer Aufbahrung) können ebenfalls hilfreich sein.

Mit Blick auf die Angehörigen stellt auch für Claudia Cardinal die Aufbahrung eine wichtige Möglichkeit des Begreifens dar:

»Das eine ist, dass ich eine absolute Befürworterin von Aufbahrungen bin. Das hat nicht nur für die Lebenden ne Bedeutung, sondern auch für die Verstorbenen. Nämlich, dass sie ihren Weg gut finden. So, das macht das ein Stückchen begreifbarer. Und ich sage dazu auch und da kommt natürlich unheimlich viel hinterher, dass ich sage »Weißt du was, nur tot sein reicht nicht, um nicht mehr Mutter zu sein.« Ja?! Das bleibt doch als Tatsache bestehen« (Claudia Cardinal).

Die Bedeutung des Mitgestaltens und Tätigwerdens im Bestattungs- und Trauerprozess sowie das Begreifen auf verschiedenen sinnlichen Ebenen wird auch von BP6 betont. Als Bestatterin hat sie konkrete Einblicke in diese Erfahrungsräume von Angehörigen, insbesondere dadurch dass Bestatter*innen oftmals zu den ersten Personen gehören, mit denen Angehörige nach dem Versterben in Kontakt treten. Durch Angebote wie die gemeinsame Totenversorgung, bei der die Angehörigen gemeinsam mit der*dem Bestatter*in die*den Verstorbene*n waschen und ankleiden, sowie die Aufbahrung wird den Angehörigen begreiflich, was es heißt, dass der Mensch gestorben ist – dadurch, dass die verschiedenen Sinne der Hinterbliebenen angesprochen werden und den Tod begreiflich machen. Sie betont aber auch, dass diese Möglichkeiten nicht von allen Angehörigen genutzt werden. Zudem sieht sie ihre Rolle als Vermittlerin, um den Hinterbliebenen bestehende Berührungsängste durch Informationen, Erläuterungen und Heranführung zu nehmen:

»Oder indem ich vielleicht die Erste bin, die ihre Hand auf die Hand des Verstorbenen legt und sagt »Ja, können Sie auch gerne mal. Ist ganz kalt.« Oder auch ich hab [...] für die Angehörigen auch immer beschrieben, was ich wahrnehme« (BP6).

Und so bleibt auch die kognitive und verbale Ebene bedeutsam, um eine Realisierung des Ganzen zu erreichen:

»Aber ich glaube, der Besuch beim Bestattungsinstitut ist der erste, einer der ersten Schritte zur Realisierung. Ins Gespräch zu gehen. Es ist eigentlich erst mal, finde ich ein kognitives Annähern, übers Sprechen, und Sprechen schafft ja auch eine Realität. [...] Und die nächste Ebene, die dann folgt, ist eine sinnliche. Dann die körperliche Ebene, die dann folgt, also indem ich meinen Körper tatsächlich in Bewegung setze oder auch wahrnehme, wie

sich eine Haltung vielleicht verändert [...] Oder einfach nur widerspiegle, was ich wahrnehme und vielleicht auch helfe zu sensibilisieren für eine Körperlichkeit, die die Angehörigen dann in den Abschiedsprozess bringt, mit dem Körper der Verstorbenen« (BP6).

Auch BP7 berichtet aus ihrer Tätigkeit als Trauerbegleiterin, dass es den Angehörigen hilft, den*die Verstorbene*n noch einmal zu sehen, zu waschen, anzukleiden und die Trauerfeier mitzugestalten. Sie beschreibt Berührungängste und die Sorge vor unvergesslichen, schlimmen Bildern. Um dem sensibel zu begegnen, Berührungängste abzubauen und eine Heranführung zu ermöglichen, bedarf es Zeit für sämtliche Entscheidungen, einer guten Begleitung und Aufklärung. Nachteilig könne es sein, wenn Bestatter*innen grundsätzlich von Aufbahrungen und dem körperlichen Abschiednehmen abraten. Sofern Angehörige Abschied von Verstorbenen nehmen wollen, kann durch das Betrachten und Anfassen einer verstorbenen Person im Verstand der Hinterbliebenen die Realisierung dieses Todes stattfinden – so unbegreiflich das Versterben auch bleiben mag. Diese Momente des Noch-einmal-Ansehens, des Noch-einmal-Berührens und des Verabschiedens vom Verstorbenen sind nicht wiederholbar und spätestens ab der Feuer- oder Erdbestattung unwiederbringlich. Umso bedeutsamer ist es, sich von einem Körper zu verabschieden, der einem durch das gemeinsame Leben sehr vertraut ist:

»Den Tod begreifen kann man sowieso kaum, weil er einfach nicht greifbar ist. Aber (...) das ist eine Möglichkeit den Tod überhaupt zu realisieren, weil (...) der Gedanke so irrwitzig ist, dass er gar nicht in den Kopf passen will. Und ins Herz schon gar nicht. (...) Aber es wird dadurch meistens deutlich realer. [...] und wenn man natürlich dann auch noch dabei sein kann beim Waschen oder Ankleiden. Das ist ja heute zum Glück häufiger der Fall, zwar nicht bei allen Bestattern, aber es wird ja schon mehr, dass man auch einbezogen wird, wenn der oder die Tote fertig gemacht wird. Und auch die Trauerfeier deutlich mehr mitgestalten kann, als das früher der Fall war. (...) Und auch, dass möglichst alle dabei sein können, die das wollen. [...] aber im Regelfall auch, dass Kinder, dass alle mit dabei sein dürfen. Und [...] Fragen stellen dürfen« (BP7).

Mit Blick auf verstorbene Kinder und Babys erwähnt BP7 die für das Begreifen hilfreiche Option, das eigene Kind noch einmal zu Hause aufzu-

bahren. Sie beschreibt einen Wandel der letzten Jahre. Menschen werden zunehmend darüber aufgeklärt, dass sie diese Möglichkeit haben.

Die Berater*innen im Kontext von Sterben, Tod und Trauer beschreiben die Möglichkeiten des Begreifens unterschiedlich. So hilft es laut BP10 einen Ort anzubieten, an dem über alles gesprochen werden kann und sämtliche Gefühle geäußert werden dürfen, ohne dass die Betroffenen dafür verurteilt werden – und somit der Trauer und den damit verbundenen Schmerzen Raum zu geben und den Prozess zuzulassen. Ebenso wie einige andere der Befragten betont auch BP9 das Anfassen und Betrachten der Verstorbenen als bedeutsam für das Verständnis, dass der Mensch nun nicht mehr lebendig ist. BP8 fasst diesen Prozess des Begreifens etwas weiter. Einerseits gibt es das körperliche Begreifen des Sterbens durch Anfassen und Sehen. Andererseits bleibt der Tod ein »Mysterium«, das unbegreiflich bleibt. BP8 betont, dass es eher um ein Spannungsverhältnis geht, innerhalb dessen der Mensch im Laufe des Trauerprozesses den Verstorbenen gedanklich neuformiert und als verstorbenen Menschen gedanklich integriert:

»Man kann es auf der körperlichen Ebene irgendwie begreifen, ja tot. Bewegt sich nicht mehr. Atmet nicht mehr. Kalt. Aber das eigentliche Spannungsverhältnis ist ja, ich sehe ihn oder sie da tot liegen und in mir ist sie aber lebendig. Also meine innere Konstruktion von Welt widerspricht total dem, was ich da außen sehe. Und der Verstand kann es nicht richten. [...] ist das eigentlich ein Begreifen, oder ist das ein im Prozess, ein Verkleinern dieses Spannungsfeldes? [...] Dass es vielleicht auch ein Stück Mysterium bleiben darf« (BP8).

4.2.4 Berührungspunkte

Diese Kategorie beschäftigt sich mit den Berührungspunkten der Abschieds- und Trauerbegleiter*innen zu konkreten Arbeitserfahrungen mit Blick auf die Themen Körperlichkeit, Intimität und Sexualität. Dabei ist es insbesondere interessant, welche Erfahrungswerte die Personen in ihrem beruflichen Alltag gesammelt haben. Diese Erfahrungen wurden beispielsweise in Form von Erinnerungen an bestimmte Situationen, Kontakte oder Gespräche mit Klient*innen geäußert. Auch gegenüber den Abschieds- und Trauerbegleiter*innen konkret ausgesprochene Bedürfnisse von Ab-

schiednehmenden und Trauernden sind hier von Interesse; ebenso welchen professionellen Umgang sie mit diesen Themen beschreiben.

BP1 beschreibt, dass der körperliche Kontakt von den Klient*innen oft gewollt ist und gesucht wird. Die Spannbreite dieser Körperlichkeit ist dabei groß, hängt von den Bedürfnissen und Möglichkeiten der Klient*innen ab und geht vom kleinen Finger über das Händehalten bis hin zur Umarmung. Ihr ist es wichtig dabei zu betonen, dass die Hospizbegleiter*innen in der Aus- und Weiterbildung darauf hingewiesen werden, die eigenen Grenzen und die Grenzen der Begleitungen zu wahren. Der körperliche Kontakt wird laut BP1 von den Klient*innen gesucht, um sich (auf diesem letzten Weg) nicht allein zu fühlen und um ins Spüren des eigenen Seins zu gelangen. Dies setzt sie allerdings in Kontrast zum konkreten Moment des Sterbens. Dieser Moment sei so intim, dass viele Sterbende im Moment des Alleinseins sterben:

»Und alle greifen irgendwie zu, und jeder will angefasst werden. [...] Um sich zu spüren. Also um sich selber noch zu spüren. Rund um das Gefühl zu sagen, »Ich bin nicht allein.« [...] Deswegen gehen wir ja auch dahin. Und das sagen wir auch den Angehörigen. Wenn es so, ah nee, wollen wir nicht, brauchen wir nicht. [...] Im letzten Moment wollen viele ganz alleine sein. Also dieses letzte, dieser allerletzte Moment, da sind ganz viele allein. Dieses ganz klassische: Die Ehefrau geht nur mal kurz auf Toilette oder sagt »ich geh mir nur kurz einen Kaffee holen, Schatz und ich komme gleich.« Und in diesem Moment stirbt der Mann, die Frau, das Kind, wer auch immer. Ich glaube dieser allerletzte Moment ist so intim, dass ganz viele, ganz alleine sein wollen« (BP1).

Und gleichzeitig kann das Dasein und die Anwesenheit von Hospizbegleiter*innen und eines Palliativteams auch dazu führen, dass die Sterbenden für eine gewisse Zeit noch einmal Lebensenergie finden und in einer gewissen Form kurzzeitig zurück in ihr Leben finden. Vom Umgang der Klient*innen mit den Partner*innen beschreibt BP1 ebenfalls eine Bandbreite an Körperlichkeiten bis zum Lebensende. So gibt es aber auch Nicht-Körperlichkeiten, die sie unter anderem mit Begleiterscheinungen der Erkrankungen begründet. Zudem beschreibt sie Körperlichkeit in einem Familiensystem als bedeutsam, um auch in der Außenwirkung als Einheit wahrgenommen zu werden.

BP1 führt allerdings auf, dass von den begleiteten Personen unerfüllte körperliche und sexuelle Bedürfnisse bisher innerhalb der Beratungsgesprä-

che nie thematisiert wurden. Dabei nimmt sie aber ihr eigenes professionelles Handeln kritisch in den Blick und fragt sich selbst, ob es vonseiten der Klient*innen nicht thematisiert wurde oder ob sie den Raum in Gesprächen nicht weit genug dafür geöffnet habe. Allerdings sieht sie bei sich grundsätzlich Gesprächsbereitschaft und Offenheit für diese Thematik. BP2 berichtet, dass sie in ihrem Arbeitsalltag als Sterbebegleiterin selten konkrete Erfahrungen macht im Kontext von Intimität und Körperlichkeit. Dennoch sagt sie, dass vonseiten der Klient*innen nie konkrete sexuelle oder körperliche Bedürfnisse angesprochen werden. BP2 zeigt ihr Erstaunen darüber. Wie BP1 vermutet auch sie entsprechende Bedürfnisse bei Menschen:

»Ja, da ist nie drüber gesprochen worden. Und ich könnte mir vorstellen, dass die Bedürfnisse natürlich auch da sind. Die können ja nicht weg sein. Aber es ist nie, es ist nie ein Thema gewesen. [...] Könnte natürlich auch an mir liegen, dass ich gar nicht auf die Idee käme. [...] Also auf der anderen Seite, Sexualität ist etwas sehr Intimes« (BP2).

Sie begründet das Nicht-Thematisieren unter anderem mit Scham, Krankheitssymptomen, der inhärenten professionellen Distanz zwischen Klient*innen und Ehrenamtler*innen sowie mit dem intimen Charakter des Sprechens über Sexualität oder sexuelle Bedürfnisse. Das Ausklammern dieser Thematik erlebte sie auch in ihrer Ausbildung zur Hospizbegleiterin. In der Supervisionsgruppe wurde es einmal thematisiert.

BP3 sieht, mit Blick auf die Pflegeverantwortung eines Partners, einen möglichen Grund für den Verlust von Sexualität. Dadurch, dass zum Beispiel der Partner als pflegender Angehöriger die Betreuung übernimmt, verliert dieser somit ein Stück weit seine Rolle als Sexualpartner. Die Beziehung wurde zunehmend asexuell, so vermutet BP3. Wiederum erläutert er, dass der Ehepartner die Rolle als Pfleger übernommen habe, um die Intimität zu wahren. Der vorherige ständige Wechsel von Pfleger*innen und das spontane Eintreffen dieser im Laufe des Tages habe einen merklich negativen Einfluss und erzeuge eine Störung der partnerschaftlichen Intimität.

Ähnlich wie BP3 berichtet auch Claudia Cardinal, dass sich durch die Unterstützung von Pflegekräften beispielsweise bei Toilettengängen ein Wandel des Intimitätsgefühls herstellt, sodass sich intime Momente aufgrund der Pflegesituation zunehmend auflösen. Dass Sterbenden und ihren nahen Angehörigen Körperlichkeit und Sexualität fehle bzw. dies themati-

siert werde, verneint sie. Diese Abschiedszeit beschreibt sie als »aufwühlende Zeit« und »Hoch-Zeit«, in der Sexualität kein Thema ist. Dennoch würde sie bei einer entsprechenden Thematisierung offen ins Gespräch gehen.

»Das ist ja auch so, dass in der Zeit, in der sozusagen dann jemand am Sterben ist oder im Sterbeprozess ist, das ist eine so aufwühlende Zeit. Ich glaub, wenn dann jemand irgendwie sagt ›Na, und hast du Lust auf Sex?‹ Da würden die sagen ›Was ist denn das?‹ [...] das ist eine Hoch-Zeit. Das heißt eine Spitze des Lebens. [...] das ist nicht nur die Hochzeit, sondern auch im Sterben, bei Geburten und im Sterben, das sind Höhepunkte. Und da spielt Sexualität, glaube ich, nicht so eine große Rolle. Mag's geben aber ist mir jetzt nicht vor die Nase gekommen« (Claudia Cardinal).

Körperlichkeit in Momenten des Abschieds zeigt sich laut Claudia Cardinal meistens in Form des Händeanfassens und -haltens. Dass Körperlichkeit in Form von Umarmungen in Zeiten des Abschieds und der Trauer auch helfen kann, wird durch das Beispiel der anteilnehmenden Umarmungen bei Beerdigungen bestätigt. Ebenso findet sie die Profession von »Berührerinnen« (Claudia Cardinal) spannend, da diese die Bedürfnisse von Sterbenden nach Körperlichkeit erfüllen können und »das ist die Berührung, die gehört dazu, die hat ja Trost in sich, ne?!« (Claudia Cardinal). Den sterbenden Menschen müsse ermöglicht werden, »auf eine liebevolle Art und Weise Abschied« (Claudia Cardinal) zu nehmen.

Mit Blick auf sterbende Menschen, die sie begleitet, sagt BP5, dass diese meist bereits gut für sich zu sorgen wissen und umsorgt werden. Von ihr als Sterbeamtin wird somit nicht mehr viel Körperlichkeit in Form von Umarmungen und Ähnlichem gewünscht. Nichtsdestotrotz beschreibt sie Berührungen am Lebensende als wichtig, breitgefächert und in manchen Momenten als aussagekräftigen Ersatz für verbale Äußerungen. Körperlichkeit zeigt sich beispielsweise darin, dass Angehörige sich ins Bett der Verstorbenen legen:

»Also ganz viele kriechen noch einmal zueinander ins Bett. (...) Ganz viel und liegen auch lange noch ganz lange noch nach dem Versterben bei den Menschen. Mögen das. [...] Auch Streicheln. Das tut einfach gut. Alles, was du machen kannst nochmal an Berührungen tut unglaublich gut. Das sagen auch alle. Auch das Waschen« (BP5).

Und auch zu beobachten, wie sich der Verstorbene langsam verändert, kann das Verstehen des Todes befördern und in der Trauer helfen. BP5 beschreibt dies als »Balanceakt zwischen bleibender Verbundenheit und sanfter Neuorientierung. [...] Also noch nicht hergeben und trotzdem hergeben« (BP5). Dadurch, dass in Zeiten des Sterbens die Intimität zwischen den Personen wachse, sei der anschließende Zeitraum meist so stark von der Trauer eingenommen, dass Wünsche und Bedürfnisse in Richtung Sexualität und Körperlichkeit selten vorkommen. Aus der Perspektive von BP5 treten diese Bedürfnisse eher bei den Personen auf, die generell ein starkes Bedürfnis nach Sexualität haben. Ähnlich wie BP2 es beschreibt, können aber Krankheitssymptome das Empfinden und das Bedürfnis nach Berührungen beeinflussen. So sei individuell auf die Bedürfnisse der Klient*innen einzugehen, wobei Grenzen gewahrt werden sollten. Letzteres zeigt sich insbesondere in der professionellen Arbeit von zum Beispiel Pflegekräften, denen gegenüber Sterbende den Wunsch äußern mit ihnen zu schlafen. Als letzter Wunsch. Dieser Wunsch habe zwar als solcher seine Daseinsberechtigung, allerdings kann er vonseiten der Pflegekräfte natürlich nicht erfüllt werden. Die Zusammenarbeit mit beispielsweise Sexarbeiter*innen und Sexualbegleiter*innen beschreiben BP5 und BP2 als Angebote, die teilweise genutzt werden. So ist die Tätigkeit als Sterbebeamte geprägt von Offenheit, um dem Raum zu geben, worüber die Sterbenden sprechen möchten:

»Gib dem Raum, es hat alles ein Recht da zu sein. Es hat nicht alles das Recht ausgelebt zu werden, so wie z. B. wenn der Sterbende nach der Krankenschwester grabscht, ne?! [...] Was ist, wenn einer den Lebenswunsch hat ›Ich brauche nochmal fünf Frauen und nicht nur eine.« Oder eine Frau sagt ›Ich hätte gerne nochmal nen knackigen jungen Mann ...« [...] Denen zu sagen, ›Ok. Das ist ein Wunsch. Und willst du den wirklich leben?« [...] manchmal ist es einfach nur ›Das hab ich verpasst.« Ist es eine Fantasie, oder steckt da wirklich ein Drive dahinter?« (BP5)

Aus der Erfahrung als Bestatterin berichtet BP6, dass es Momente der Körperlichkeit mit den Verstorbenen in Form von Berührungen und Küssen gibt, setzt dies aber in den jeweiligen Beziehungskontext der Angehörigen und der Verstorbenen. Zudem beschreibt BP6 gemeinsame Totenversorgungen als intime Momente zwischen den Angehörigen und

dem Körper des*der Verstorbenen, der durch das bis zum Tode zusammen verbrachte Leben sehr vertraut ist:

»Und in dieser gemeinsamen Totenversorgung ist es einfach so, dass die Angehörigen einfach genau diesen Körper kennen. [...] Und ich fand es immer sehr hilfreich, also auch für den Abschiedsprozess diese gemeinsame Totenversorgung anzubieten. [...] Auch ein Zugang zu Körperlichkeit ist ja für viele Menschen ganz unterschiedlich. Und für manche war es sehr selbstverständlich, also in diese gemeinsame Totenversorgung zu gehen. Und für andere war es überhaupt gar kein Weg, keine Option. Und auch das ist in Ordnung. Also weil es da kein Richtig oder Falsch gibt, also in den meisten Fragen. Und da habe ich es auch so erlebt, [...] bei einem Frauenpaar, [...] Und später ja die Ehefrau es auch alleine gemacht hat. Ich habe dann mit angefangen, und als sie ein Gefühl dafür bekommen hat, was sie tun kann, wollte sie es alleine tun. Und das war gut, also dass sie diesen Moment hatte, für sich ohne Fremde dabei« (BP6).

BP6 weiß davon zu berichten, dass es Angehörige gab, die durch den Tod des*der Partner*in den Verlust von Zärtlichkeiten, Vertrautem und Körperlichkeit thematisierten. Das konkrete Thematisieren der fehlenden Sexualität vonseiten der Hinterbliebenen findet in ihren Begleitungsgesprächen hingegen nicht statt. Sie begründet dies mit der gesellschaftlichen Tabuisierung des Themas und der damit zusammenhängenden Sprachlosigkeit. Mit Blick auf körperliche Interaktionen mit Begleitungen beschreibt sie ihren Zugang beispielsweise über Berührungen mit der Hand auf der Schulter der Angehörigen. Über achtsames Atmen und Stehen versucht sie die Angehörigen ins Hier und Jetzt zu holen und sie zu erden. Umarmungen mit Angehörigen oder das Berühren beispielsweise einer Schulter würden zwar selten passieren, hingegen betont sie die Bedeutung von Umarmungen mit Kolleg*innen dafür, neben der intensiven Arbeit mit Verstorbenen die eigene Lebendigkeit zu spüren und zu bestärken.

BP7 erläutert, dass in ihrer Arbeit als Trauerbegleiterin Körperarbeit grundsätzlich nicht praktiziert werde. Sie begründet dies mit fehlenden Qualifikationen und Zusatzausbildungen, um dies kompetent ausführen zu können. In ihrer Ausbildung zur Trauerbegleiterin wurde das Thema Körperlichkeit und Sexualität in Zeiten der Trauer nicht explizit angesprochen. So ist es aber im informellen Rahmen der Ausbildungsgruppe zum Austausch darüber gekommen. Dennoch stellt sie in ihrer Tätig-

keit und in den Gesprächen mit den Klient*innen fest, dass der Bedarf an entsprechenden Angeboten vorhanden sei. Gerne würde sie dergleichen anbieten, allerdings unter der Prämisse, dass die*der Leiter*in eines entsprechenden Kurses ebenfalls Erfahrungen mit Trauerbegleitung hat. Der Hintergedanke dabei liegt in der Ausnahmesituation, in der sich die Klient*innen befinden. Durch Körperarbeit könnten Themen aufgebrochen werden, die von der Kursleitung fachkompetent aufgefangen werden müssen. Ein weiterer Aspekt, der zur Durchführung entsprechender Angebote vonnöten sei, ist ein geschützter Raum, in dem man sich frei bewegen kann, in dem Emotionen freigelassen werden können und eigene Grenzen wieder wahrgenommen werden können.

Die Thematisierung von Körperlichkeit und Sexualität insbesondere in Form von Bedürfnissen findet beispielsweise in Gruppengesprächen von verwaisten Eltern statt. Dabei unterscheidet sie die Bedürfnisse der Frauen/Mütter von denen der Männer/Väter. Während, laut BP7, die Frauen eher ein Bedürfnis nach Körperlichkeit im Sinne von (im Arm) Gehaltenwerden und Zärtlichkeiten haben, geht das Bedürfnis der Männer in Richtung Geschlechtsverkehr, in dem Sinne von »einfach mal den Kopf ausschalten, nur Spaß haben miteinander« (BP7). Das fehlende Bedürfnis der Frauen/Mütter begründet sie mit Schuldgefühlen und dem Gefühl keinen Spaß haben zu dürfen, aufgrund der Trauer, in der sie sich befinden.

Die Thematisierung innerhalb einer Gruppensituation findet meist unter folgenden Voraussetzungen statt: Es bedarf einer gewissen Vertrautheit in der Gruppe. Meist werde es von den Männern zu einem Zeitpunkt thematisiert, wenn die Partnerin nicht anwesend ist. Zusätzlich benötigt es eine gewisse Form von Mut dies anzusprechen, so beschreibt es BP7. Sofern es innerhalb einer Trauergruppe zu einer Aussprache kommt, wird das Thema von der Gruppe erleichtert aufgenommen und ein Austausch erfolgt. In erster Linie geht es aber dabei eher um das Aussprechen der Gedanken und das Erleben damit nicht allein zu sein als um konkrete Tipps zum Lösen des inneren Konflikts. Um einen solchen Austausch zu befördern, werden beispielsweise bei Trauergruppen-Wochenenden die Paare räumlich getrennt, damit in Abwesenheit des*der Partner*in die vorher aus Rücksicht zurückgehaltenen Gefühle und Gedanken den nötigen Raum erhalten. Das Nicht-Aussprechen erfolgt auch oft aus Sorge, dass solche Bedürfnisse die eigene Trauer negieren könnten und den Personen abgesprochen werde, dass sie wirklich trauern:

»Aber mein Gefühl ist, dass in der Regel in der Mehrzahl der Fälle, die ich begleitet habe, sind eher die Frauen, die wenig Bedürfnis oder wenig Sehnsucht oder Verlangen haben nach Sexualität, sondern eher nach diesem Gehaltenwerden, diesem im Arm gehalten, zu wissen, ich hab ne Schulter wie auch immer zum Anlehnen und da ist jemand, der hält mich einfach fest, wenn ich es nicht mehr aushalte. [...] weil der Kopf einfach nicht ausgeht. Dieses Sich-fallen-Lassen und auch sich wieder zu spüren, den Körper und auch Lust zuzulassen, fällt total schwer. Mein Gefühl ist, dass [...] bei den Vätern oder den Männern eher der Fall ist. Auch dieses Verlangen mal wieder (...) einfach nur Spaß zu haben und das auch zuzulassen. Oder auch allein das Problem, das anzusprechen« (BP7).

Dass die Trauerbegleiter*innen in den Gruppensituationen die Thematik Körperlichkeit und Sexualität konkret ansprechen, findet eher selten statt. Da der Zeitraum auf zwei Stunden begrenzt ist, wird den Anwesenden der Raum gegeben, über aktuelle Themen zu sprechen. Wenn dann die Thematisierung stattfindet, erfolgt dies durch die Trauernden selbst. Allerdings sieht auch BP7 ein Potenzial darin, das Thema durch die Trauerbegleiter*innen aktiver einzubringen. Eine zusätzliche Intensivierung der Ungleichheit von Bedürfnissen im Vergleich zwischen Müttern und Vätern liegt laut BP7 vor, wenn die*der Partner*in nicht der*die leibliche Vater*Mutter ist. Die Intensität der Trauer unterscheidet sich somit unter Umständen innerhalb der Paare. Eine grundsätzliche Sehnsucht nach Partnerschaftlichkeit liegt beispielsweise bei alleinstehenden Personen vor, die ein Kind verloren haben. In diesem Punkt sei das Bedürfnis nach Zweisamkeit unter Umständen bereits vor dem Tod des Kindes Thema gewesen und werde in der Trauer verstärkt.

Mit Blick auf Personen, die ihren*ihre Partner*in verloren haben, sei das Thema anders gerahmt, denn neben dem Bedürfnis nach Nähe stehe unter Umständen ebenfalls das Bedürfnis, jemanden zu finden, mit dem man sich auch über die eigene Trauer austauschen kann. Auch hier unterscheidet BP7 zwischen dem zeitnahen Bedürfnis von Männern nach Körperlichkeit im Vergleich zu trauernden Frauen.

Aus der professionellen Beratung im Kontext von Sterben, Tod und Trauer berichten die Berater*innen von unterschiedlichen Erfahrungswerten im Kontext von Körperlichkeit und Sexualität. So sind aus der Perspektive von BP9 die Bedürfnisse zwar vorhanden, das Thema als solches werde aber oftmals tabuisiert. Es wird zu einem Thema gemacht, das in Zeiten der Trauer gesellschaftlich gesehen keine Daseinsberechtigung hat. Ähnlich wie BP7 berichtet BP9

von Unterschieden zwischen Frauen und Männern. So seien Männer schneller auf der Suche nach einer neuen Partnerin. BP10 berichtet, dass viele Männer ihre Trauer über Sexualität verarbeiten. Körperlichkeit erzeuge somit den Zugang zu den eigenen Gefühlen. Die Beratungsstelle werde auch aufgesucht, in der Hoffnung eine Gruppe vermittelt zu bekommen, in der man jemanden kennenlernen kann. Mit Blick auf jüngere Klient*innen sei das Eingehen einer neuen Partnerschaft eine Bewältigungsstrategie für die eigene Trauer. Dies ist allerdings mit der Erkenntnis verbunden, dass die verlorene Intimität in der bekannten Form dadurch nicht wiederhergestellt werden kann.

Nach dem Tod des*der Partner*in werden Sexualität und Körperlichkeit genutzt, um sich der eigenen Lebendigkeit und (sexuellen) Identität zu vergewissern, um den eigenen »Marktwert« (BP8) zu ergründen und die eigene Begehrtheit festzustellen. Dies sei hauptsächlich bei jüngeren Klient*innen ein Thema. Zudem berichten Klientinnen von sexuellen Annäherungen aus dem sozialen Umfeld, die aber meist als unangemessen erlebt werden (vgl. BP10). Auch BP8 hinterfragt das eigene professionelle Handeln kritisch, ob in den Beratungsgesprächen das Thema oft genug aktiv angesprochen werde. Gleichzeitig befürchtet sie eine übergriffige Handlung vonseiten der Berater*innen, wenn dies explizit nachgefragt werde. Kommt das Thema zur Sprache, dann meist über den Themenkomplex Intimität – insbesondere mit Blick auf die verstorbene Person und den Verlust der damit zusammenhängenden partnerschaftlichen Intimität. Dies umfasst auch die Bereiche Nähe, Sexualität und Körperlichkeit:

»Sehr oft, dass Menschen sagen ›Mir fehlt die Umarmung. Mir fehlt die Nähe. Mir fehlt die Sexualität. Mir fehlt abends das Kuscheln im Bett.‹ Da gibt es ja Varianten in allem, so vielfältig wie wir Menschen sind, gibt's da Äußerungen dazu« (BP9).

»Aber im Wesentlichen ist es, glaube ich, aus meiner Erfahrung dieser Verlust von Intimität mit einem ganz bestimmten Menschen. Und die ist ganz lebensumfassend. Alle Lebensbereiche, auch Sexualität, Körperlichkeit, natürlich auch Emotionalität, geistige Zustände. [...] Trauer ist ja ein Beziehungsprozess. Und das drückt sich darin für mich gut aus« (BP10).

In der Tätigkeit als Berater*in sei somit ein anteilnehmendes offenes Interesse und behutsames Nachfragen bedeutsam. Den Menschen wird der Raum angeboten, um die eigenen Gedanken und Gefühle auszusprechen.

BP9 beschreibt, dass Körperlichkeit (z. B. Umarmungen oder Berührungen) in der eigenen Beratungsarbeit nicht angeboten oder praktiziert werde: »Wir sprechen drüber, aber wir arbeiten nicht mit dem Körper. Also wir fassen nicht an. Wir machen keine Körpertherapie« (BP9).

Die Gründe dafür liegen im Einhalten der professionellen Distanz, dem Selbstschutz und dem Schutz der Klient*innen, die sich in einer Ausnahmesituation befinden. Somit werde sichergestellt, dass die besondere Situation, in der sich die Klient*innen befinden, nicht missbräuchlich ausgenutzt werde und keine Abhängigkeiten geschaffen werden. Die Nähe zwischen Berater*in und Klient*in werde über die gesprochene Sprache und die Offenheit innerhalb der Beratungsgespräche hergestellt, so beschreiben es BP10 und BP9. Nichtsdestotrotz wird berichtet, dass es Klient*innen gibt, die explizit nach einer Umarmung fragen oder körperliche Wünsche und Sehnsüchte aussprechen:

»Ich finde, es ist unsere Aufgabe auch klarzumachen »Wir umarmen nicht. Wir berühren nicht. Sondern wir konzentrieren uns ...« [...] Um Nähe herzustellen. Die muss anders entstehen. Durch diese Offenheit, diese Möglichkeit frei sprechen zu können, über alles. Das beschreiben können, was ich beschreiben möchte, und das nicht gerade mit der Körperlichkeit, körperlichen Aktionen nicht zu vermischen« (BP10).

Im Gegensatz dazu erläutert BP8, dass es in Abschiedssituationen und zum Abschluss eines Gesprächsprozesses gelegentlich zu Körperlichkeit in Form von Umarmungen kommt. Zum einen will sie dieses Bedürfnis nicht zurückweisen, zum anderen sieht sie in dieser Art von Begegnung einen besonderen Moment des Menschseins und des Begegnens »von Angesicht zu Angesicht« (BP8). Diese Momente der Körperlichkeit bezeichnet sie als »Siegel« (BP8) des intimen Beratungsprozesses.

4.2.5 Normen und Moral

Dieses Unterkapitel beschäftigt sich mit den gesellschaftlichen Reaktionen auf Bedürfnisse und das Verhalten Abschiednehmender und Trauernder, die innerhalb der Interviews Erwähnung finden. Dabei handelt es sich um Erfahrungswerte aus der beruflichen Tätigkeit der Abschieds- und Trauer-

begleiter*innen. Diese Erfahrungswerte ergeben sich wiederum aus den Gesprächen mit Klient*innen.

Aus ihrem beruflichen Kontext kann BP1 keine Erfahrungswerte erschließen. Hingegen weiß sie aus ihrem Freundeskreis zu berichten, dass junge befreundete Witwen in Party-Situationen gelegentlich als potenzielle Gefahr für verheiratete Paare angesehen werden. Hier besteht die Sorge, dass die alleinstehende Frau den Ehemann »wegnehmen« könne. Ähnliche Erfahrungen haben auch Claudia Cardinal und BP9. Im Kontrast dazu steht das konträre Verhalten gegenüber männlichen Witwern, die nicht als Konkurrenz angesehen werden, sondern aufgrund ihrer Trauersituation insbesondere von Frauen fürsorgliche Reaktionen erfahren. Personen, die selbst Trauer erlebt haben, stehen dem Verhalten Trauernder hingegen verständnisvoll gegenüber. Das gelingt ihnen aus der Erfahrung der eigenen Betroffenheit heraus, so berichten BP2 und BP7. BP3 sieht durch den gesellschaftlich verbreiteten Jugendwahn generell eine fehlende Auseinandersetzung mit den Themen Altern und Tod. Dem schließt sich auch Claudia Cardinal an, wenn sie von vorwurfsvollen Reaktionen des gesellschaftlichen Umfelds im Kontext von Alter und Sexualität berichtet. Gesamtgesellschaftlich gesehen vermutet BP6 eine vernachlässigte und nicht ausreichende Auseinandersetzung mit den Themen Sexualität und Intimität. Dies habe eine unzureichende Verbalisierungsfähigkeit zur Folge. In Bezug auf Sexualität und Intimität in Zeiten von Trauer sprechen Klient*innen von der Tabuisierung des Themas. Es wird von einem schlechten Gewissen berichtet, sobald relativ zeitnah nach dem Tod des*der Partner*in eine*n neue*n Partner*in gefunden wird. Dieses schlechte Gewissen werde durch die Normvorstellungen der Gesellschaft erzeugt, wie Trauernde sich nach dem Verlust zu verhalten haben, insbesondere im Kontext des ersten Trauerjahrs. Dies kann auch zur Folge haben, dass den Trauernden die Verbundenheit und Liebe zur verstorbenen Person abgesprochen werde, so berichten BP6, BP7 und Claudia Cardinal:

»Also wo mir ein Witwer (...) ich hab die Frau lange begleitet, und der Witwer, der hat mir dann, der hat mich Monate später angerufen und hat gesagt >Ich hatte ein ganz schlechtes Gewissen. Ich hab nämlich nach sieben* Wochen eine neue Partnerin gehabt.< Und es war sehr schön, was er gesagt hat. Er hat gesagt >Ich wusste gar nicht, dass man mehr als eine Frau lieben kann.< [...] Aber er hatte ein schlechtes Gewissen. Das heißt, da ist er natürlich mit den eigenen Normen einer Gesellschaft konfrontiert worden. [...]

Auch da wieder, müssen wir mal gucken, wenn ich trauernde Frauen erlebe. Da ist es ja häufig so, dass diejenigen (...) zunehmend (...) in zunehmendem Maße nicht mehr eingeladen werden, weil in den Gemeinschaften drumrum haben die anderen den Eindruck, die will nur den eigenen Mann wegnehmen. [...] meistens ist es so, dass die trauernde Frau, Ehefrau, die sagt ›Was soll ich mit einem Mann? Ich will meinen eigenen wiederhaben.<« (Claudia Cardinal)

Mit diesem Absprechen von Liebe sehen sich auch Personen konfrontiert, die ein Kind verloren haben und wieder einen Kinderwunsch entwickeln. Hier reagiert laut BP5 und BP7 das soziale Umfeld unter anderem mit Unverständnis und einer gewissen Erwartungshaltung, wie die Personen zu trauern haben. Dies hat wiederum zur Folge, dass Trauernde unsicher werden in der Auseinandersetzung mit den eigenen Bedürfnissen und einem gesellschaftlich anerkannten Verhalten (vgl. BP7, BP9, BP8). Die Erzählungen der Abschieds- und Trauerbegleiter*innen machen deutlich, dass im Prinzip jegliches Verhalten (insbesondere bei jüngeren Trauernden) einer Bewertung durch das soziale Umfeld unterzogen wird:

»Aber der Wunsch nach Körperlichkeit und einfach auch nur mal nach Spaß haben und sich fühlen und einfach auch mal wieder diesen Kopf frei kriegen, sich fallenlassen, einfach nur fühlen und Lust empfinden, ist bei den Männern eher und schneller und früher da als bei den Frauen. Das ist nicht durchgängig, aber die grobe Richtung. Aber der Fokus von außen macht viel. Also ich glaube, das ist auch noch die Gruppe, die am stärksten betroffen ist. Von diesen Zwängen und Gucken und ›Das darf man. Das hat man zu tun und das nicht.< Ich glaube, als Familie oder als Paar, wo ein Kind gestorben ist [...] da ist so viel Mit-Leid, Mit-Fühlen, Mit-Irgendwie. Aber alles in Richtung Sexualität (...) das kriegen die anderen ja auch nicht so richtig mit. Das weiß man eigentlich gar nicht, das ist eher ein Thema von den Partnern untereinander [...] natürlich auch bei den jüngeren Erwachsenen, wo die Eltern gestorben sind oder ein Elternteil oder Geschwister, sie sind auch sehr im Fokus. Sie trauern zu viel, trauern zu wenig. ›Das macht man doch nicht. Wie kann die denn?!< Wenn man gar nichts macht, nur zu Hause ist, ist aber auch nicht richtig. (...) Und es wäre so schön, wenn man das einfach so leben kann und sich auch selbst erlauben würde (...) wenn das Bedürfnis da ist« (BP7).

Neben diesen Vorstellungen existieren oftmals auch Unwissen und Unsicherheit in Bezug darauf, wie sich das Außen gegenüber Trauernden verhalten soll. BP6 und BP10 berichten von anfänglichen Hilfs- und Unterstützungsangeboten, die nach einer gewissen Zeit nachlassen. Das soziale Umfeld zieht sich zurück, wenn die Erfahrung gemacht wird, dass die Trauernden sich nicht so schnell in ihrem Verhalten normalisieren, wie das Umfeld es erwartet. Das soziale Umfeld ist unter Umständen überfordert mit dem individuellen Trauerverhalten. Daraus resultierende Berührungsängste konstruieren aus Trauernden Unberührbare: »Also das, was viele sagen und erleben tatsächlich, dass Menschen einen Bogen um sie herum machen. Die berühmte andere Straßenseite, unberührbar zu werden« (BP10). In diesem Kontext fragt BP8 kritisch, ob Trauernde genug körperliche Angebote erhalten, da nicht alle Bedürfnisse über Reden abgedeckt werden können. BP10 sieht eine andere Art der Auseinandersetzung im ländlichen Bereich, wo Trauernde stärker unter sozialer Beobachtung stehen, im Vergleich zur Anonymität im städtischen Bereich, wo es zudem mehr Möglichkeiten und Freiheiten für Trauernde gebe.

Die Abschieds- und Trauerbegleiter*innen versuchen, in ihrer Arbeit diese Norm- und Moralvorstellungen bzw. deren Auswirkungen aufzulösen, indem sie der individuellen Trauer Raum geben und das Verhalten keiner Bewertung unterwerfen, sondern ihm eine Daseinsberechtigung zugestehen. Vom sozialen Umfeld wird eine wertschätzende Wahrnehmung gefordert sowie die Akzeptanz, Toleranz und das Aushalten unterschiedlichen Verhaltens, sofern dieses niemanden verletzt. Hinzu kommt das Verständnis des unterschiedlichen Ausgestaltens, Erlebens und der Dauer von Trauer. Auch wenn sich im Kontext von Trauer in den letzten Jahrzehnten gesellschaftlich viel getan hat, macht die Existenz von Beratungsstellen sowie Sterbe- und Trauerbegleitungsangeboten deutlich, dass der soziale und gesamtgesellschaftliche offene Umgang mit Sterben, Tod und Trauer noch nicht gegeben ist. Sprachlosigkeit und Unsicherheit herrschen vor. Das Sprechen über Tod und Sterben ist bedeutsam für den Abschieds- und Trauerprozess. Und dazu gehören auch das Akzeptieren und das offene Aussprechen von Körperlichkeit, Sexualität und Intimität in Zeiten von Abschied und Trauer.

»Und nach wie vor gibt es viele Unsicherheiten, Hemmungen und Ängste, mit denen werden wir leben müssen. Weil dieses Thema bringt es mit sich, dass es uns katapultiert, immer in die Ohnmachtssituation, in die Sprach-

losigkeit, Unsicherheit und so weiter. Und das wird bleiben. Es gibt ja nichts, solange wir nicht tatsächlich unsterblich werden, wird das uns beschäftigen. Und das ist nicht in Sicht, noch nicht. Vielleicht irgendwann. Weil es immer auch diese persönliche Ebene des Begehrens gibt. Das kann ja nicht wegbleiben« (BP10).

4.3 Quintessenz

Nach der umfassenden Analyse der einzelnen Kategorien folgt nun die Quintessenz der fallübergreifenden empirischen Ergebnisse. Die Interviews haben vielfältige Einblicke in die Arbeit der Befragten im Kontext von Abschieds- und Trauerarbeit ermöglicht. Die Analyse hat aber auch herausgestellt, dass nicht nur die Arbeitsweisen und Betrachtungen der inhärenten Themen unterschiedlich sind, sondern auch die Auseinandersetzung mit den Themen Körperlichkeit, Intimität und Sexualität, auch im Kontext von Abschieds- und Trauerprozessen.

Die individuellen Auseinandersetzungen mit den Definitionen von *Intimität, Körperlichkeit und Sexualität* zeigen das Potenzial, das hinter den Begrifflichkeiten steht. So definieren die Abschieds- und Trauerbegleiter*innen diese zwar größtenteils unterschiedlich, dennoch wird deutlich, dass für die Befragten die drei Begriffe einen wichtigen Stellenwert im zwischenmenschlichen Kontakt einnehmen. Zusammenfassend sind es der Körperkontakt, Zugewandtheit, Berührungen, Nähe und sinnliches Erleben, die das Miteinander erfahrbar machen und gleichzeitig die Bedeutsamkeit für das menschliche Erleben beeinflussen (können).

Somit ist es der *Körper*, der als Medium zur Realisierung dieser zwischenmenschlichen Ebene(n) nutzbar ist. Gerade in Abschieds- und Trauerprozessen kann somit der Körper einen wichtigen Stellenwert einnehmen. Zum einen ist es der Körper, aus dem das Leben entwindet, von dem sich die Hinterbliebenen verabschieden und den sie in Erinnerung behalten. So sind es bestimmte Ausprägungen des verstorbenen Körpers und des Menschen, die in Erinnerungen und Gegenständen konserviert werden, um den Toten über den Tod hinaus bei sich behalten zu können. Es sind Berührungen und Momente mit den Verstorbenen, die als besonders beschrieben werden und die in der jeweiligen Form nicht wiederkommen werden. Zum anderen ist es der Körper der Sterbenden und Hinterbliebenen, der sie miteinander in Kontakt treten lässt, mit dem sie spüren, dass sie nicht

allein sind, mit dem die Hinterbliebenen ihr eigenes Weiterleben gestalten können. Der Körper wurde innerhalb der Interviews als Transporteur von Gefühlen, Bedürfnissen, Sehnsüchten, Schmerzen und Leid dargestellt – für Sterbende, Abschiednehmende und Trauernde gleichermaßen –, aber eben auch als Körper der Angehörigen, der den Weg zurück ins Leben finden kann. Es wird deutlich, dass die Abschieds- und Trauerbegleiter*innen über ihre Arbeit mit den Menschen den körperlichen Ausprägungen von Trauer Raum geben. Auch wenn sie größtenteils keine konkrete Körperarbeit in ihre Arbeit miteinfließen lassen, wird der Körper auf andere Art und Weise thematisiert. Denn was die Klient*innen fühlen, schlägt sich im Körper nieder. Die Trauer wird somit leibhaftig. Und gleichzeitig kann der Körper in der Abschieds- und Trauerarbeit als Medium genutzt werden, um im Hier und Jetzt anzukommen, sich selbst zu vergegenwärtigen und den eigenen Bedürfnissen Aufmerksamkeit zu schenken. Aber auch der Körper der Abschieds- und Trauerbegleiter*innen ist bedeutsam im Arbeitsprozess. Denn ihre Körper können als Resonanzkörper in ihrer Arbeit betrachtet werden. Ein Resonanzkörper verstärkt beispielsweise als Instrument Töne. Im Kontext der Arbeit der Abschieds- und Trauerbegleiter*innen ist es auch ihr Körper, der in Kontakt mit den Klient*innen tritt und die inhärenten Schwingungen aufgreift und (selektiv) mitschwingt.

Und so kann das *Be-Greifen* von Sterben und Tod über den Körper und Körperlichkeiten stattfinden. Neben dem sinnlichen Erleben, Berührungen und körperlicher Nähe ist es aber auch wichtig in den verbalen Kontakt zu treten und offen über das Sterben und den Tod zu sprechen. Dabei muss allerdings zwischen Menschen unterschieden werden, die sich auf das Sterben vorbereiten können, und Menschen, die aufgrund eines plötzlichen Todes nicht in diese Auseinandersetzung treten können. Gerade in letzterem Fall wird die Bedeutung des Abschiednehmens vom Verstorbenen erkennbar. Wie einige der Abschieds- und Trauerbegleiter*innen erwähnen, sind das Abschiednehmen am offenen Sarg und das Berühren der Verstorbenen bedeutsam dafür, sich den Tod zu vergegenwärtigen – und somit das Be-Greifen mit den verschiedenen Sinnen zu ermöglichen. So ist auch das Mitgestalten und das Tätigwerden im Bestattungsprozess hilfreich für den eigenen Trauerprozess. Es wird deutlich, dass die Abschieds- und Trauerbegleiter*innen in diesem Kontext als Vermittler*innen dienen, die den Menschen über Aufklärung Raum und Zeit vermitteln und somit wichtige Stellschrauben zum Gelingen des Abschieds- und Trauerprozesses beeinflussen können.

Diese Aufklärung erfolgt in den Gesprächen mit den Befragten. Wie bereits erläutert, findet dieser Austausch größtenteils über die verbale Kommunikation statt. Innerhalb dieser Kontakte zu Sterbenden, Abschiednehmenden und Trauernden gibt es für die Abschieds- und Trauerbegleiter*innen auch *Berührungspunkte* zu den Themen Körperlichkeit, Intimität und Sexualität im Kontext von Abschied und Trauer, da die Klient*innen mitunter von Erfahrungen und Bedürfnissen unterschiedlicher Art berichten. Es wird deutlich, dass der körperliche Kontakt beispielsweise in Form einer Umarmung vonseiten der Klient*innen gewollt ist und gesucht wird. Ob das jeweilige Bedürfnis wiederum vonseiten der Abschieds- und Trauerbegleiter*innen aufgegriffen wird, hängt von der individuellen Grenzziehung ab, wobei die allgemeine Grenzziehung durch die professionelle Distanz zu den Klient*innen in den Interviews betont wird. Einige der Befragten geben dennoch an, dass Umarmungen stattfinden und Hände gehalten werden, da dem eine Bedeutung innerhalb des Kontaktes mit den Klient*innen beigemessen wird. Den Klient*innen kann es das Gefühl vermitteln, nicht allein zu sein. Sie gelangen darüber ins Spüren. Es kann auch als abschließendes Siegel für den Begleitungsprozess gesehen werden. So hängt es letztendlich vom individuellen Empfinden der Beteiligten ab, ob und in welcher Form Körperlichkeit praktiziert wird.

In seltenen Fällen kommt es innerhalb von Beratungs- und Trauerbegleitungsgesprächen zur konkreten Thematisierung von unerfüllten körperlichen und sexuellen Bedürfnissen. Dabei hinterfragen einige der Befragten auch selbstkritisch, woran das Thematisieren scheitert. Grundsätzlich vermuten die Abschieds- und Trauerbegleiter*innen ein Vorhandensein dieser Bedürfnisse. Zwar geben die befragten Personen an, Gesprächsbereitschaft und Offenheit für diese Themen zu haben, dennoch gibt es verschiedene Aspekte, die dem Thematisieren im Weg stehen: Scham, die inhärente professionelle Distanz zwischen Klient*innen und Abschieds- und Trauerbegleiter*innen, der intime Charakter von Körperlichkeit und Sexualität, der in den Bereich der Privatsphäre fällt, die gesellschaftliche Tabuisierung und die oftmals damit verbundene Sprachlosigkeit. Gleichzeitig vermeiden einige der Befragten die aktive Thematisierung, um keinen (verbalen) Übergriff zu erzeugen.

Weiterführende Berührungspunkte zu der Thematik gibt es mit Blick auf die Arbeit von beispielsweise Sexarbeiter*innen, Sexualbegleiter*innen und Berührer*innen, die in diesem Kontext professionelle Körperarbeit anbieten. So wird die Daseinsberechtigung von Wünschen und Bedürfnissen

betont, auch wenn unter Umständen nicht alles erfüllt werden kann. Während die befragten Abschieds- und Trauerbegleiter*innen betonen, keine geeignete Qualifikation und Zusatzausbildung für Körperarbeit zu haben, wird dennoch ein Mehrwert entsprechender Angebote von Körperarbeit (z. B. Tanzen, Yoga, Klangschalenmassagen etc.) gesehen. Die Nachfrage nach und der Bedarf an solchen Angeboten liegen bereits vor. Betont wird dabei aber die Notwendigkeit der Kombination von Trauer- und Körperarbeit, um einen fachkompetenten Umgang in beide Richtungen zu gewährleisten. Der Nutzen von Körperlichkeit wird darin gesehen, dass der Mensch ins Hier und Jetzt geholt werden kann, dass die Personen wieder ins Spüren des Selbst und der eigenen Lebendigkeit gelangen und das Wiederherstellen des eigenen Körpergefühls ermöglicht werden kann. Die Bedeutsamkeit des Austauschs über Bedürfnisse und Gedanken wird am Beispiel der Trauergruppen verwaister Eltern deutlich. Sofern ein geschützter Raum und ein grundlegendes Vertrauen innerhalb der Gruppe gewährleistet ist, wird (meist in Abwesenheit der Partnerin) vonseiten der Väter das Bedürfnis nach mehr Körperlichkeit und Sexualität geäußert. Dabei geht es auch hier um die Möglichkeit des Aussprechens, die Erkenntnis mit den eigenen Gefühlen nicht allein zu sein und das Erleben der Daseinsberechtigung solcher Bedürfnisse in Zeiten der Trauer. Eine konkrete Lösungsorientierung ist dabei nicht zentral. So wird vonseiten der Abschieds- und Trauerbegleiter*innen auch davon berichtet, dass Körperlichkeit und Sexualität im Prozess der Verarbeitung von Trauer genutzt werden.

Allerdings wird innerhalb der Interviews auch deutlich, dass mit Blick auf die Daseinsberechtigung und das Benennen und Erfüllen von Bedürfnissen nach Körperlichkeit, Intimität und Sexualität Vorbehalte in Form von *Normen und Moralvorstellungen* des sozialen Umfelds und der Gesellschaft bestehen. So gibt es unterschiedliche Vorstellungen, wie sich beispielsweise Verwitwete innerhalb des ersten Trauerjahres zu verhalten haben. Die vernachlässigte gesellschaftliche Auseinandersetzung mit der Thematik wird vonseiten der Abschieds- und Trauerbegleiter*innen geäußert. Das Wissen um und auch die Vermutung solcher Erwartungshaltungen und Normvorstellungen beeinflusst das freie Ausleben und erzeugt unter Umständen ein schlechtes Gewissen und Unsicherheit bei den Personen. Die Abschieds- und Trauerbegleiter*innen versuchen diese Vorstellungen aufzulösen und der individuellen Trauer Raum und Zeit zu geben. Und so werden vom sozialen Umfeld eine wertschätzende Wahrnehmung, Akzeptanz, das Aushalten des unterschiedlichen Verhaltens von Abschied-

nehmenden und Trauernden sowie das Sprechen darüber gefordert, um Unsicherheiten abzubauen und Abschieds- und Trauerprozesse zu unterstützen.