



## Sterbephasen nach Elisabeth Kübler-Ross

Elisabeth Kübler-Ross hat sich ihr Leben lang mit dem Sterben beschäftigt und damit Weltruhm erlangt. Mit 23 Ehrendoktor-Titeln ist sie wahrscheinlich die akademisch meist ausgezeichnete Frau der Welt. Ihr Engagement als Ärztin, Wissenschaftlerin und Autorin hat nach eigenem Bekunden "das Sterben aus der Toilette geholt" und Sterbebegleitung überhaupt erst zum Thema gemacht. 1926 in Zürich geboren, studierte sie Medizin und kämpfte in den USA um Anerkennung als Psychiaterin. 1969 erlangte sie durch ihre Arbeit mit Sterbenden in Chicago und durch ihr Buch "On Death and Dying" ("Interviews mit Sterbenden") internationalen Ruhm. Es folgten unzählige Workshops und Vorträge in der ganzen Welt und der Aufbau eines eigenen Zentrums in Virginia. 1994 wurde das Wohnhaus ihres Zentrums durch Brandstiftung zerstört - Anwohner fürchteten, sich mit Aids zu infizieren. Nach mehreren Schlaganfällen lebte sie zurückgezogen in Arizona - nahe jenem Übergang, den sie selber leidenschaftlich erforscht hat. Am 24. 08. 2004 verstarb sie im Alter von 78 Jahren.

Sterbephasen	<i>Empfindungen/Verhalten Sterbender</i>	Helfendes Begleiten
		aufmerksames und einführendes Beobachten, nicht mit "vernünftigen" Argumenten "unvernünftige" Reaktionen kommentieren, zum Gespräch bereit sein, erkannte Wahrheit einführend behutsam bestätigen
		Anschuldigungen und Beschimpfungen nicht persönlich nehmen, einführende Zuwendung, viel Geduld, Kranken für sein Verhalten nicht verantwortlich machen, helfen, negative Gefühle und Ängste zu äußern
		verstehen, Verhalten aber nicht unterstützen, vorsichtige Realitätsarbeit, Hoffnung nicht nehmen, aber keine falschen Hoffnungen machen oder unterstützen
		akzeptierende und annehmende Haltung, Trauer und Schmerz zulassen (Weinen muss erlaubt sein), Wünsche nach Begegnung mit Freunden und Verwandten erfüllen (der Kranke bestimmt, nicht die Angehörigen), Versöhnung erlebbar machen, auf Wunsch Seelsorger rufen
		gewissenhaftes Umgehen mit den letzten Verfügungen, Dasein, hohes Maß an Einfühlungsvermögen aufbringen, Hautkontakt und körperliche Nähe spüren lassen, Hektik vermeiden

## Aufgaben zu den Sterbephasen nach Elisabeth Kübler-Ross



1. Sie sollen im Rahmen eines Hospiz-Tages einen Vortrag über die Sterbephasen von Kübler-Ross halten. Erwartet werden pflegende Angehörige. Formulieren Sie einen „Referats-einstieg“ zur Theorie der Sterbephasen nach Kübler-Ross (Person, Entstehung, Sinn, Bedeutung, für wen hilfreich, ...), den Sie auf einfache Weise beginnen mit „Sehr geehrte Damen und Herren, ....“ oder auf eine andere Art und Weise, die Sie z. B. von den Trauerrednern kennen.

2. Frau Kübler-Ross hat besonders die psychischen Vorgänge bei sterbenskranken Menschen interessiert. Auf welche Art und Weise hat sie ihre Sterbephasen entdeckt/entwickelt?

3. Welche Einschränkung gibt es bei der „linearen“ Darstellung der Sterbephasen?

4. Ordnen Sie den verschiedenen Aussagen die Sterbephasen zu!

	Der Sterbende regelt mit hohem Realitätssinn seine Bestattung und gibt Anweisungen über seinen Tod hinaus.
	Der Sterbende ist aggressiv, schimpft mit Angehörigen und ist sehr unzufrieden mit der ärztlichen Versorgung
	Der Sterbende zieht sich in seine eigene Gedankenwelt zurück und lässt sein Leben „Revue passieren“.
	Der Sterbende entwickelt auffallende Aktivitäten nach dem Motto: Was ich noch erleben möchte!
	Der Sterbende wendet sich mit Versprechungen an höhere Mächte, um eine Heilung zu erzwingen
	Der Sterbende kapselt sich ab, lehnt Essen, Trinken und soziale Kontakte ab
	Die „Todesnachricht“ wird als Lüge, als falsche Information empfunden. Kontrolluntersuchungen weicht man aus.
	Der Sterbende denkt über sein Leben nach und möchte begangene Fehler bereinigen bzw. sich mit anderen Personen versöhnen
	Der Sterbende verabschiedet sich von seiner Umwelt, findet u. U. tröstende Worte für seine Familienmitglieder.
	Der Sterbende findet sich mit der Wahrheit ab, sucht aber nach ärztlichen oder sonstigen Möglichkeiten (z. B. „Wunderheiler“), den Tod hinauszuzögern
	Mit der Erkenntnis, dass die „Todesnachricht“ der Wahrheit entspricht, erfolgt Rückzug und Isolation mit der Gefahr des Suizids

5. Das Wissen um die Sterbephasen erleichtert den Umgang mit betroffenen Personen.

- Diskutieren Sie in einer 3/4-er Gruppe den Kontakt bzw. ein Gespräch über einen Bestattungsvorsorgevertrag mit einem **Menschen**, der um seinen **nahenden Tod** weiß. Welches Verhalten erwarten Sie? In welcher Atmosphäre verläuft das Gespräch? Zeitvorgabe: 8 Minuten!
- Diskutieren Sie außerdem den Kontakt mit einer **Ehefrau** im Rahmen einer Bestattung, die die Sterbephase ihres Mannes **sehr nah und intensiv** miterlebt hat. Welches Verhalten erwarten Sie? In welcher Atmosphäre verläuft das Gespräch? Zeitvorgabe: 8 Minuten!