Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift

Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz

Band: 84 (2013)

Heft: 12: Palliative Care : gut leben bis zum Ende

Artikel: Existenzielle Not ist eine der grössten Herausforderungen für die Palliativpflege : auf der Suche nach dem Sinn des Lebens

Autor: Bernard, Mathieu

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-804351

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 19.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Existenzielle Not ist eine der grössten Herausforderungen für die Palliativpflege

Auf der Suche nach dem Sinn des Lebens

Die Frage nach dem Sinn des Lebens ist heute ein wichtiger Teil der Palliativpflege. Danach zu forschen heisst, den Grad der existenziellen Not von Patientinnen und Patienten zu «messen», schreibt unser Autor.

Von Mathieu Bernard *

Die existenzielle respektive spirituelle Dimension des Lebens stellt eine grosse Herausforderung für die Palliativpflege dar. Sie stösst seit Ende der Neunzigerjahre auf ein wachsendes Interesse. Eine Durchsicht der Fachliteratur zeigt, dass sich die Begriffe «existenziell» und «spirituell» meistens auf dieselben Inhalte beziehen, etwa auf «die Suche nach dem Sinn», auf «den Verlust des Lebenssinns und des Lebenszieles» sowie auf den Wunsch, auf die folgenden Fragen eine Antwort zu finden: «Wer bin ich?», «Was ist das Ziel meines Daseins?» und «Was passiert nach dem Tod?».

Es ist schwierig, eine übereinstimmende Definition von Lebenssinn herauszuarbeiten. Allerdings greifen in der wissenschaftlichen Literatur zur Palliativpflege viele Autoren auf die von den beiden amerikanischen Psychologieprofessoren Gary Reker und Roy Baumeister eingeführte Definition zurück. Sie beschreibt Lebenssinn als ein Kohärenzgefühl, das ein Individuum dazu befähigt, Zusammenhänge zwischen Handlungen, Lebensereignissen und Verhaltensweisen herzustellen, und zweitens künftiges Handeln und künftige Verhaltensweisen auf Ziele hin zu orientieren. Diese subjektive Erfahrung trägt laut Reker und Baumeister zu einem Gefühl der Sinnerfüllung oder Selbstverwirklichung bei.

Der Verlust des Lebenssinns geht oft einher mit einem Gefühl der Hoffnungslosigkeit.

Die Frage nach dem Sinn des Lebens

Seit ungefähr 15 Jahren bringt die Forschung Ergebnisse hervor, die eine klinische Bedeutung für Palliativpatienten erkennen lassen. Ein Verlust des Lebenssinns geht oft einher mit den vom australischen Psychiater David Kissane eingeführten Begriffen der existentiellen Not, Hoffnungslosigkeit und Demoralisierung. Angehörige und Patienten können dieses Erleben existenzieller Not als Verlust von Verbundenheit verstehen, aber auch als Verlust der eigenen Autonomie und als Gefühl, anderen zur Last zu fallen. Auch kann es um die Wahrnehmung von Endlichkeit gehen, die dem Patienten weitere Zukunftspläne verunmöglicht. Die Analyse der damit zusammenhängenden psychologischen Mechanismen zeigt, dass solche Phänomene in der Hauptsache das Resultat einer Konfrontation zweier unterschiedlicher Ebenen sind: Die eine Ebene stellt alle vor der Krankheit vorhandenen Faktoren dar, die ein mehr oder weniger ausgeprägtes Gefühl hervorrufen, dass das Leben lebenswert ist. Dieses Gefühl verstärkt sich im Laufe der persönlichen Entwicklung. Die andere Ebene markiert den Ausbruch einer potenziell tödlichen Krankheit, die zu einer Suche nach dem Sinn des Lebens führt.

* **Der Psychologe Mathieu Bernard** ist Forschungsleiter der Palliativpflegestation im Universitätsspital Lausanne. Er führt derzeit in Zusammenarbeit mit den Spitälern von St. Gallen und Bellinzona eine Studie über die existenzielle Dimension bei Palliativpatienten in den drei Sprachregionen der Schweiz durch.

Mehrere Forschungsarbeiten zeigen, dass ein intensives Empfinden, das eigene Leben habe einen Sinn, einen Schutzfaktor darstellt. Er verringert das Risiko, nach dem Eintreten physischer Symptome in eine existenzielle oder psychologische Notsituation mit Angst- oder Depressionsstörungen zu geraten. Umgekehrt hängt Sinnverlust in der Regel mit der Schwere der physischen Symptome zusammen. Dieser Zusammenhang beeinflusst das Auftreten psychologischer Notsituationen. Ob das Gefühl von Sinnverlust andauert, hängt vor allem von der Fähigkeit von Patientinnen und Patienten ab, den Abstand zwischen den beiden Ebenen zu verringern, indem sie beispielsweise Lebensziele definieren, die den neuen, von der Krankheit diktierten Gegebenheiten angepasst sind.

Existenzielle Notsituationen wecken den Wunsch nach einem vorzeitigen Tod.

Dies ist entscheidend, zeigen Forschungen doch, dass psychologische und existenzielle Notsituationen den Wunsch nach einem vorzeitigen Tod in der letzten Lebensphase wecken können. Diesen Wunsch hegen laut Studien 8 bis 22 Prozent der Palliativpatienten. Dabei fallen Depressionen und Gefühle der Hoffnungslosigkeit mehr ins Gewicht als der Grad der Selbständigkeit und die Qualität der sozialen Unterstützung.

Unterstützung in existenzieller Not

Mehrere psychotherapeutische Interventionen sollen bei Patienten, die an einer potenziell tödlichen Krankheit leiden, das Gefühl stärken, dass das Leben immer noch lebenswert ist. Die meisten dieser stark strukturierten Interventionen kommen aus angelsächsischen Ländern (etwa die «Meaning-Centered Psychotherapy» oder die «Meaning-Making Intervention»). Allerdings sind sie aufgrund der Verletzlichkeit und der Instabilität der Patienten im palliativen Kontext schwer anzuwenden. Eine andere Art, mit diesen Patienten nach dem Sinn des Lebens zu forschen, besteht darin, mit Fragebögen zu arbeiten, die den Grad der verspürten existenziellen Not «messen» sollen. In der wissenschaftlichen Literatur finden sich nicht weniger als 59 verschiedene solcher Instrumente. Sie bestimmen zum Beispiel, in welchem Masse der Patient das Gefühl verspürt, dass sein Leben sinnerfüllt ist, oder in welchem Masse ein Patient einer Sinnsuche zugänglich ist.

Eine Haltung, die Offenheit und die Fähigkeit zuzuhören ausdrückt, steht an erster Stelle.

Dieser Ansatz ist begrenzt, weil er nicht die Existenzbereiche jedes Einzelnen berücksichtigen kann, die zur Entwicklung eines Gefühls der Selbstverwirklichung oder Unzufriedenheit, des Sinnverlustes oder der mangelnden Sinnerfüllung beitragen. Die Verwendung solcher Instrumente mit vordefinierter Skalen erscheint deshalb für die Berücksichtigung individueller Faktoren als zu restriktiv. Auf die gleiche Problematik stiess die Forschung schon bei der Evaluation der Lebensqualität.

Ein Ansatz im klinischen Kontext

Ein zweiter methodischer Ansatz wirkt dieser Begrenzung entgegen. Er besteht darin, offene Fragen zu stellen, die dem Patienten ermöglichen, seine Antworten frei zu formulieren. Solche Instrumente haben einen doppelten Vorteil, da sie sowohl in der Forschung als auch im klinischen Kontext eingesetzt werden können. Die Forschung kann die freien Antworten der Patienten nach Themen kategorisieren und untereinander vergleichen. Von einem klinischen Standpunkt aus ist die Berücksichtigung von Faktoren, die dem eigenen Leben einen Sinn geben, fundamental. Sie erlaubt es, auf einen existenziellen Orientierungsverlust einzugehen. Dies stellte schon der Wiener Psychiater Victor Frankl fest. Frankl, der das Konzentrationslager Auschwitz überlebte, ist der Begründer der Logotherapie, einer psychotherapeutischen Intervention, die Patientinnen und Patienten auf ihrer Suche nach dem Sinn des Lebens begleitet.

Daran angelehnt entwickelte der deutsche Psychologe Martin Fegg den «Schedule for Meaning in Life» (SMiLE). Den Fragebogen können alle Fachleute verwenden, die in der Patientenbetreuung tätig sind. Konkret beginnt er damit, die Bereiche herauszuarbeiten, die dem Leben der Patientinnen und Patienten Sinn geben oder ihr Leben lebenswert machen. Anschliessend evaluiert er die Bedeutungs- und Zufriedenheitsstufen genauer, die mit der aktuellen Situation zusammenhängen. Auch ist es möglich, ein repräsentatives Gesamtergebnis für die Zufriedenheit der Patientinnen und Patienten im Hinblick auf den Lebenssinn zu erhalten.

Der Einsatz solcher Fragebogen stellt in einem klinischen Kontext nicht unbedingt ein Allheilmittel dar. Doch können die dadurch erhaltenen qualitativen Informationen als Schlüssel dienen bei Patienten, für die sich die direkte Konfrontation mit dieser Thematik als zu problematisch erweist. Allerdings zeigten Studien, dass für die Palliativpatientinnen und -patienten bezüglich der Betreuung in existenziellen Notsituationen an erster Stelle die «klinische Präsenz» steht, das heisst eine Haltung, die Aufgeschlossenheit, Offenheit und die Fähigkeit zuzuhören ausdrückt.

Ein Forschungsprojekt auf nationaler Ebene

Eine Studie über den Sinn des Lebens, die auch das Projekt SMiLE mit einbezieht, führt derzeit das Nationale Forschungsprogramm «Lebensende» in den drei Sprachregionen der Schweiz durch. Die Studie begann im September 2012 und dauert bis Ende 2014. Ihr Ziel ist, die Rolle besser zu verstehen, die die existenzielle Dimension am Lebensende spielt als Schutzfaktor gegen das Auftreten psychologischer Störungen wie Angst, Depression und Todeswunsch. ●

Weitere Informationen: Der Fragebogen SMiLE ist auf der Website www.psychologie-muenchen.de/lebenssinn_en.html in deutscher und französischer Sprache abrufbar. Interessenten können den Autor des Fragebogens für einen individuellen halb- oder ganztägigen Kurs buchen. Die Website enthält auch eine Anleitung (in englischer Sprache) zur Durchführung der Befragung und zur Bewertung der Antworten sowie eine Quellenangabe für Forschungsveröffentlichungen.