



AWS Schweiz (Hrsg.)

Jahrbuch

für Seelsorge, Spiritual Care und Pastoralpsychologie

1 (2026)

bzw. Gruppen brauchen, was ihnen hilfreich und wichtig erscheint, wenn sie mit Sterben und Tod konfrontiert sind.

6. Transfer (1): Über Sterben und Tod reden

Die Thematisierung von Vorstellungen, Wünschen und Werten rund um das Lebensende bedarf einerseits Takt- und Fingerspitzengefühl. Und andererseits medialer Elemente, die die dyadische Dynamik auflockern und allfällige Hemmungen abbauen helfen. Als methodischer Einstieg wird hier der Einbezug der Karten-Sets »Rund um« von *Selina Fässler* vorgeschlagen.⁵⁷

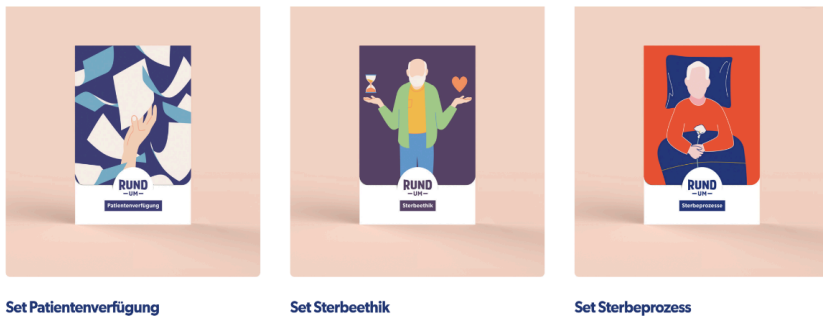


Abbildung 1. Rundum-Kartensets: Selina Fässler, Design & Kunst, Kreuzlingen

Die Teilnehmenden ziehen aus einem oder jedem der Sets eine Karte und versuchen darauf zu antworten, bevor sie die Rückseite mit der vorgedruckten Antwort konsultieren. Im Vergleich der eigenen und der vorgegebenen Antwort lassen sich darauf sowohl überraschende Erkenntnisse als auch bisher nicht Bedachtetes benennen. In einem Folgeschritt können unbeschriebene A6-Karten verteilt werden, mit denen nun zusätzliche Tools kreiert werden, die die Kartensets ergänzen und auf dem Hintergrund der Poimenik zentrale

⁵⁷ RUND UM ist eine Serie von Kartensets, die komplexe Themen kompetent vermittelt. Die Inhalte wurden mit erfahrenen Fachpersonen aus Theologie, Medizin und Pflegewissenschaft entwickelt. Vgl. <https://rundum-kartensets.ch/macher/> (Zugriff am 20.10.2025).

Werte, Wünsche und Ressourcen benennen. Aus bereits erfolgten Kurseinheiten seien hier einige Fragen exemplarisch genannt:

- *Was hilft, das Leben als ein Fragment zu sehen?*
- *Welche Werte fördern Bescheidenheit und Zufriedenheit?*
- *Woraus schöpfe ich Kraft, Trost und Halt?*
- *Welche Rituale sind mir vertraut?*
- *Was verstehe ich unter Demut und Dankbarkeit?*⁵⁸

Der Fächer an Themen, die eine zeitgemässe *Ars moriendi* auszeichnen, zeigt an, dass das Nachdenken über Sterben und Tod angesichts der Diversität immer fragmentarisch, provisorisch und von sehr unterschiedlichen Motivationen geprägt bleibt. Der Tod birgt ein Geheimnis und das Sterben bringt trotz allen Verfügbarkeiten unabsehbare Nebenwirkungen mit sich. Dies wird auch daran deutlich, dass in Seelsorgegesprächen von An- oder Zugehörigen oft moniert wird, hinter den Möglichkeiten zurückgeblieben zu sein und hinsichtlich der Art des Exitus ambivalente Gefühle zu empfinden. Entgegen der Tendenz bürgerlicher Harmonisierung und Vermeidung steht die professionelle Seelsorge für ein Explorieren auch dieser Gefühle. Sie leistet damit einen wichtigen Beitrag zur Dekonstruktion von nicht hinterfragten, normativen Zuschreibungen und reduktionistischen Bildern rund um Sterben und Tod. Die Gespräche mit Menschen, die dem eigenen Tod nahe sind oder um einen Verlust trauern, zeigen oft *ambivalente* Gefühle: Unser Verhältnis zu Verlust, Tod und Trauer hat etwas Wellenförmiges. Die Verwendung des Ambivalenzbegriffs schärft den Blick für die vielfältigen, mitunter widersprüchlichen Erfahrungen.⁵⁹ Die Erfahrung von Ambivalenz kann mit einem Schwellenzustand verglichen werden, der das Pen-

⁵⁸ Vgl. Sacks, Oliver (2015), Dankbarkeit, Reinbek b. Hamburg.

⁵⁹ Auch die Bejahung des Lebens ist von Ambivalenzen geprägt. Nicht, »weil Menschen gute und schlechte Tage erleben, magere und fette Jahre zählen, sondern weil im Leben selbst, und dies als belebender Faktor, ein Ungenügen an Leben haust« (Marten, Endlichkeit, 154). Zum Ambivalenzbegriff vgl. Lüscher, Kurt / Studer, Karl (2020), 110 Jahre Ambivalenz, in: Swiss Arch Neurol Psychiatr and Psychother., 190–194.

deln zwischen gegensätzlichen Haltungen, Gedanken und Gefühlen ermöglicht.⁶⁰

In Gruppen werden Antonyme gesammelt und umschrieben, so dass Dialektik und Komplementarität der jeweiligen Begriffspaare deutlich werden. Anschliessend präsentieren die Teilnehmenden Fallbeispiele aus ihrer eigenen Praxis, die Erfahrungen der Ambivalenz (bei Betroffenen oder bei den Begleitenden oder beides) repräsentieren. Als Einführung und Inspiration bietet sich dabei die Perikope aus Koh 3,1–11 an, die nicht nur im chronologischen, sondern auch in einem komplementären Sinn interpretiert werden kann. Beispielsweise lässt sich Selbstbestimmung oft einfacher verwirklichen, wenn ein verlässliches Umfeld vorhanden ist. Oder: Ein lachendes und ein weinendes Auge sind nicht inkohärent, sondern im Verbund Ausdruck der Rührung, der emotionalen und kognitiven Ergriffenheit.

Die Überwindung der Sprachlosigkeit ist *eine* Form der Enttabuisierung: Wer lernt, den eigenen Tod zu denken und über den Tod zu reden, überwindet die Emotionalisierung des Themas und damit auch die irrationale Angst, mit dem Reden über den Tod diesen heraufzubeschwören.

7. Transfer (2): Mit Kindern über den Tod reden

Diese irrationale Angst thematisiert die Rabbinerin und Leiterin der Liberalen Jüdischen Bewegung Frankreichs (MJLF), *Delphine Horvilleur*, in ihrer biographischen Erzählung »Cache-cache«⁶¹. Sie und ihr Bruder werden eines Tages von einer älteren Kinderbetreuerin auf den Friedhof geführt, um einen Grabstein und das von Schmutz ver-

⁶⁰ Leget leitet von der mittelalterlichen *Ars moriendi* eine zeitgenössische Sterbekunst her, indem er fünf Spannungsfelder verortet, innerhalb derer der sterbende Mensch sich befindet: (1) Wie kann ich mich verabschieden (festhalten – loslassen)? (2) Wie schaue ich auf mein Leben zurück (erinnern – vergessen)? (3) Worauf kann ich hoffen (wissen – glauben)? (4) Wer bin ich und was will ich wirklich (ich – die Anderen)? (5) Wie gehe ich mit dem Leiden um (tun – lassen)? Vgl. *Leget, Carlo* (2021), *Der innere Raum. Wie wir erfüllt leben und gut sterben können*, Ostfildern, 66. Zu Würdigung und Kritik von Legets Ansatz vgl. *Wild, Krisen*, 67–69.

⁶¹ *Horvilleur, Delphine* (2025), »Euh ... Comment parler de la mort aux enfants«, Paris, 49–56.