

Inhaltsverzeichnis

	Danke an ...	9
	Vorwort zur neu bearbeiteten 2. Auflage	10
	Einleitung	11
1.	Über das Sterben	19
1.1	Die zwei Unbegreiflichkeiten: Anfang und Ende des Lebens	21
1.2	Von unserer Bedeutungslosigkeit und unserer Einmaligkeit	23
1.3	Über Integration	25
1.4	Der gesellschaftliche Blick auf das Sterben	31
1.5	Sterben und christliche Tradition: »Ars moriendi« – »Memento mori«	36
1.6	Die bio-psycho-sozial-ökologische Sicht auf den sterbenden Menschen	42
1.7	Bioethische Aspekte: Der einzelne Mensch ist überfordert! – Grundzüge einer »Co-responsibility«	49
1.7.1	Sterbehilfe aus ethischer Sicht	50
1.7.2	Sterbehilfe aus juristischer und medizinrechtlicher Sicht	54
1.7.3	Gemeinsame Verantwortung – »Co-responsibility«	57
2.	Gedanken und Anregungen für Betroffene und professionelle Helfer:innen	61
2.1	Das Sterben betrifft uns mehr oder weniger	63
2.2	Über die Haltung im Kontakt mit Sterben und Tod	64
2.3	Fragebogen I	67

2.4	Über gesunde Trauer ... und gleichzeitige andere Gefühle und Probleme	70
2.5	Über komplizierte Trauer	77
2.6	Der Kohärenzsinn beim Sterben	80
2.6.1	Zum Kohärenzsinn im Allgemeinen	80
2.6.2	Was hat dieser Kohärenzsinn mit dem Sterben zu tun?	81
2.7	Über den Trost	84
2.8	Das Denken an das eigene Sterben	88
2.8.1	Das Spannungsfeld zwischen MACHEN und LASSEN	90
2.8.2	Von den Erfahrungen anderer lernen	92
2.8.3	Selbsterfahrung	93
2.9	Das Sterben miterleben	95
2.9.1	»Austherapiert« – die Stunde von Palliative Care und Hospiz	96
2.9.2	Wie erleben und leben die sterbenden Menschen selbst ihre letzte Zeit?	103
2.9.3	Und die, die beim Bett sitzen?	106
2.9.4	Das eigentliche Sterben	107
2.9.5	Und jetzt?	115
2.9.6	Angehörige, pflegende Angehörige und professionelle Pflegerinnen	117
2.9.7	Das Arbeitsumfeld	119
2.10	Kinder und das Sterben	120
2.11	Wenn ein Kind stirbt	127
2.11.1	Die besondere Erschütterung	127
2.11.2	Das Recht des Kindes auf seinen Tod	128
2.11.3	Ein Kind liegt im Sterben	129
2.11.4	Und wenn ein Kind gestorben ist	130
2.11.5	Todesfälle in Institutionen für Kinder und Jugendliche	132
2.12	Wichtige Regelungen	142
2.12.1	»Solange ich noch lebe, möchte ich ...«: Vorsorgevollmacht, Patient:innenverfügung etc.	142
2.12.2	»Wenn ich einmal tot bin, möchte ich ...«: Testament, Begräbnis und andere Regelungen	147

2.12.3	Trauer als Geschäftsmodell: Death Tech und Grief Tech	151
2.12.4	Sonderfall Organspende	151
2.13	Bitten an Ärztinnen/Ärzte und Pflegepersonen	153
2.14	Über den Rollen- und Identitätswechsel bei Hinterbliebenen	155
2.15	Die weitere Bedeutung der Verstorbenen	156
2.15.1	Ahnenverehrung	161
2.15.2	... und ihr Sinn für unser Leben	162
3.	Über das Sterbenwollen	165
3.1	»Suizid«, »Selbstmord«, »Selbsttötung«, »Freitod« ...? Über die Unfassbarkeit, die Grenzen der Sprache und das Schweigen	167
3.2	Der gesellschaftliche Blick auf die Selbsttötung	171
3.2.1	Die historische Perspektive: Seit wann ist Suizidalität eine Krankheit? Was war und ist sie noch?	171
3.2.2	Die medizinische Perspektive	175
3.2.3	Die juristische Perspektive	176
3.2.4	»Assistierter Suizid« – »Sterbeverfügung«	177
3.2.5	Die Genderperspektive	180
3.2.6	Die poetische Perspektive	181
3.2.7	Zusammenfassung	182
3.3	Das Prinzip des Kontinuums: leben wollen – sterben wollen	183
3.3.1	Der – ambivalente – Reiz des Sterbenwollens	186
3.3.2	Hier geht's immer ums Sterbenwollen ... und wo bleibt das Lebenwollen?	192
3.4	»Lebensmüde« – ein eigenartiges, aber sinnvolles Gefühl	195
3.5	Sterben sollen und sterben wollen: Mord und Selbsttötung	199

4.	Anregungen für Betroffene und professionelle Helfer:innen bei Suizidalität und Suizid(-versuch) . .	203
4.1	Fragebogen II	205
4.2	Allgemeine Präventionsstrategien	207
4.3	Suizidforen und Onlineberatung	210
4.4	Die Mitteilung	211
4.4.1	Mögliche Anzeichen	211
4.4.2	Verbale Aussagen	212
4.5	Hilfreiche Grundsätze im Umgang mit suizidalen Menschen	215
4.6	Sich verständigen über den – geteilten – Verzweiflungsanteil im Leben: das Gesprächsmodell von Klaus Dörner	218
4.7	Hilfen für Angehörige nach Suizid(-versuch)	221
4.7.1	Sich ausdrücken und mitteilen hilft	222
4.7.2	Gibt es eine letzte Botschaft?	223
4.7.3	Mit Kindern über den Suizid sprechen	224
4.7.4	»Ich hab's geahnt«	225
4.7.5	Es geht nie mehr ganz vorbei	226
4.8	Wenn es bei Profis passiert, dann	227
4.9	Nach einem Suizidversuch weiterleben	232
5.	Worauf es heute ankommt: Zuversicht und Verbundenheit	235
	Literatur	245
	Wichtige Webadressen	253
	Stichwortverzeichnis	255