

Reflexion zur Unterrichtsreihe: Altern, Sterben und Tod

von Helena Gehring

Wir haben uns die letzten Wochen am Dalton-Gymnasium Alsdorf im PP-Unterricht der neunten Klasse mit dem wichtigen Thema Altern, Sterben, Tod beschäftigt. Über dieses Thema zu sprechen und aufzuklären ist sehr wichtig, da Altern, Sterben und Tod zum Leben dazugehören und irgendwann mit jedem in Kontakt treten. Es bringt nichts, es wie ein Tabuthema zu behandeln. Genau deshalb finde ich es gut, in der Schule darüber zu sprechen, da auch nicht jede Familie offen mit solchen Themen umgeht.

Am Anfang der Unterrichtsreihe war ich davon überzeugt, dass es sehr düstere und langweilige Stunden werden, aber nur nach kürzester Zeit merkte ich, dass ich falsch lag. Gestartet haben wir mit dem Themenschwerpunkt Altern und den unterschiedlichen Aspekten des Lebens. Dazu haben wir z. B. eine Lebenstreppe angefertigt, welche unsere Grundauffassung vom Prozess des Alterns zeigte.

Später gingen wir zum Thema Tod über. Zu Anfang haben wir uns mit den fünf Sterbephasen beschäftigt. Phase 1: Nicht-wahr haben wollen und Isolierung, Phase 2: Zorn und Ärger, Phase 3: Verhandeln, Phase 4: Depression und Phase 5: Zustimmung und Akzeptanz. Es war sehr wichtig über diese Phasen zu sprechen, um zu verstehen, was eigentlich im Kopf von Sterbenden vor sich geht und ihre schwierige und belastende Situation zu verstehen.

Weiter ging es mit den Arten der Sterbehilfe. Aktive Sterbehilfe (Tötung auf Verlangen), passive Sterbehilfe (sterben lassen; Verzicht auf lebenserhaltene Maßnahmen), indirekte Sterbehilfe (starke Schmerzmittel, welche den Tod vorziehen können) und Beihilfe zum Suizid (tödliche Mittel zur Verfügung stellen). Wir sprachen darüber, wie und ob gewisse Maßnahmen erlaubt sind, und verglichen unsere Ergebnisse ebenfalls mit anderen Ländern wie der Schweiz. Zudem diskutierten wir, wie sinnvoll die Regelungen sind und welche Vor- und Nachteile sie mit sich bringen. Es war sehr interessant zu sehen, welche unterschiedlichen Meinungen es über dieses doch schwierige Thema in unserer Klasse gibt. Jedoch wurden alle Meinungen akzeptiert und respektiert, was mir auch geholfen hat, über das Thema Tod offen zu sprechen.

Nachdem wir die Sterbehilfen ausgiebig thematisiert hatten, haben wir angefangen, über Hospize zu sprechen. Was mich überrascht hat, ist, dass ziemlich viele aus meiner Klasse gar nicht wussten, was ein Hospiz ist und was man dort macht. Wobei ich, wenn ich jetzt darüber nachdenke, es doch nicht so

verwunderlich finde, da in den meisten Fällen, sofern man nicht selber durch z. B. Familie mit dem Thema in Kontakt gekommen ist, dies gar nicht zur Sprache kommt.

Nicht unbedingt, weil es nicht erwünscht wird, darüber zu sprechen, sondern vielmehr, weil vielen gar nicht bewusst ist, dass so etwas existiert und weil es für sie vielleicht einfach noch nie eine Rolle gespielt hat.

Genau deshalb ist es in meinen Augen wichtig, dass sich mit solchen Themen in der Schule beschäftigt wird, und ich würde mir für jeden wünschen, dieses Thema ebenfalls im Unterricht zu thematisieren. Denn irgendwann ist es soweit und entweder man selbst oder ein Familienmitglied geht darauf zu, zu sterben. Wenn man dann nicht weiß, wie man damit umzugehen hat und welche Möglichkeiten man hat, kann das diese ohnehin schon schwere Zeit noch schwerer machen.

In Bezug auf unseren Themenschwerpunkt Hospiz kam in einer der letzten Stunden, in denen wir über dieses Thema gesprochen haben, eine Mitarbeiterin vom ambulanten Hospizdienst in unseren Unterricht. Mit ihr haben wir zwei Stunden Zeit gehabt, sie alles über ihren Beruf zu fragen, was uns interessierte. Von Fragen wie: „Wie sieht ein typischer Tag aus?“ und „Was gibt es für Aufgaben und Bereiche?“ bis hin zu „Ist es belastend im Hospiz mit Sterbenden zu arbeiten?“ und „Wie ist die Stimmung im Hospiz?“ war alles dabei.

Besonders hat mich bei den Antworten der Hospizmitarbeiterin überrascht, dass für sie es sehr wichtig ist, das Thema Sterben mit einer gewissen Offenheit zu behandeln, und dass sie es für eine sehr schöne Aufgabe empfindet, die Menschen beim Sterben zu begleiten. Zudem antwortete sie auf die Frage, ob sie es jemals bereut hat diesen Job gewählt zu haben, dass sie es noch niemals bereut habe.

Das Einzige, worüber ich mir auch nach der Unterrichtsreihe noch im Unklaren bin, ist, was nach dem Tod passiert. Dieses Thema finde ich besonders kompliziert, da es keine Klarheit darüber gibt und diese auch niemals existieren wird. Trotz des Gesprächs mit der Hospizmitarbeiterin kann ich mir vieles von dem, was sie erzählt hat, gar nicht vorstellen, z.B. wie solche stationären Hospize aussehen und wie die allgemeine Atmosphäre ist, da der bevorstehende Tod wahrscheinlich eine sehr große Präsenz hat. Vielleicht wäre es auch sinnvoll, selber bzw. als Klasse ein Hospiz zu besuchen, um sich selber einen Überblick zu verschaffen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass ich und meine Mitschüler durch gute und tiefgründige Einblicke in das Thema Altern, Sterben und Tod viel Neues gelernt und viele neue Eindrücke erhalten haben. Ebenfalls hat sich meine gesamte Sicht und Einstellung zum Tod geändert, da ich gesehen habe, dass Sterben nicht immer etwas sehr Schlimmes und Bemitleidenswertes sein muss. Natürlich ist es immer schade und traurig, wenn eine geliebte Person die Welt verlassen muss, aber ich habe gelernt, dass die Zeit vorher noch schön gemacht

werden kann und es nicht so ist, dass man als sterbende Person nur im Bett liegen muss.

Auch nehme ich durch diese Unterrichtsreihe eine sehr wichtige Message mit. Und zwar: Lebe dein Leben so, wie du es gut findest, sodass du, wenn die Zeit da ist, diese Welt verlassen kannst, ohne etwas zu bereuen.