

Studientag 11: Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht, Schuld und Vergebung

11.11.a Schuldzuweisungen

Der Tod eines geliebten Menschen stürzt die Hinterbliebenen immer in eine schwere Krise, denn mit ihm hat sich auch das eigene Leben grundlegend verändert.

Ohnmacht und Verunsicherung angesichts des Todes sind für viele Menschen nur sehr schwer auszuhalten. Deshalb reagieren sie mit Schuldvorwürfen, denn Schuld ordnet, was geschehen ist, exakt hintereinander, ermöglicht Erklärungen und liefert Zusammenhänge. Schuldzuweisungen setzen etwas gegen die absolute Ohnmacht, die mir beim Tod begegnet. Nichts auf der Welt nimmt mir jegliche Macht und Handlungsmöglichkeit so sehr aus der Hand, wie der Tod. Das ist gerade für Menschen, die immer eine Lösung finden, die immer irgendwie ihr Leben aktiv gestalten konnten, nicht zu ertragen. Aushaltbar scheint dann eher eine Schuldkonstruktion, die sich selbst oder manchmal in schnellem Wechsel immer wieder anderen Personen die Schuld an diesem Tod zuweist. Chris Paul spricht in diesem Zusammenhang von „vagabundierender Schuld“. Dies Verhalten suggeriert, dass wir ja doch etwas gegen den Tod hätte tun können, wenn wir uns richtig verhalten hätten.

Dabei ist es wichtig, dass wir die Schuldzuweisungen der Trauernden nicht bewerten und uns nicht in das Karussell, wer denn nun schuldig sein könnte und wer nicht, hineinziehen lassen. Chris Paul rät den Trauerbegleiterinnen immer wieder eindringlich zum Innehalten, Aushalten und Abstand halten.¹ Unter Umständen wechseln die Menschen, denen die Schuld am Tod des Verstorbenen zugesprochen wird, sehr schnell. Schuldvorwürfe gegen andere werden oft von Selbstbezeichnungen und Selbstanklagen abgelöst.²

Das zwingt uns zum Aushalten, besonders dann, wenn unsere Wertungen so ganz anders sind, als die unseres Gegenübers. Aushalten ist schwer. Ich muss meinen Impuls, helfen zu wollen, unterdrücken und stattdessen mich zurücknehmen, aushalten, dass jemand leidet, ohne dass ich dieses Leid wegnehmen kann. Ich muss erkennen, dass es keine schnelle Lösung gibt, dass ich nicht schnell und effektiv handeln kann, und stoße dabei an meine Grenzen. Da hilft Abstand halten, Abstand zu mir, meinen Wertungen und Deutungen.

Schuldvorwürfe gegen sich selbst haben oft noch eine andere Funktion: Der Tod hat den Betroffenen den Boden unter den Füßen weggerissen, sie sind, bildlich gesprochen, ins Bodenlose gestürzt. Um sich wieder bewegen zu können, brauchen sie etwas, an dem sie sich festhalten können: Krücken, um wieder gehen zu lernen. Ihre Schuldzuweisungen sind für sie solche Krücken, die wir nicht mit Sätzen wie „Du kannst nichts dafür“, oder „Du hast keine Schuld“ einfach wegschlagen dürfen.

Wir wissen alle aus eigener Erfahrung, dass Menschen, die an uns schuldig geworden sind, oder denen gegenüber wir uns schuldig fühlen, uns lange in Erinnerung bleiben. Schuldzuweisungen können deshalb auch dazu dienen, eine Verbindung zu halten. Hinterbliebene wollen die Verbindung zu ihren Toten halten, koste es, was es wolle, und so lange noch keine anderen Verbindungselemente gefunden sind, ist ein Schuldkonstrukt der beste Klebstoff.

Solche sogenannte „instrumentelle Schuldzuweisungen“ sind dazu da, tiefere Bedürfnisse zu erfüllen. Oft treibt uns der innere Impuls, jemanden sofort zu entschulden, weil wir wissen, wie belastend Schuldgedanken sein können. Wir wollen vermeiden, dass jemand, der in einer besonders schweren Situation steckt, auch noch durch Schuldgefühle weiter beschwert wird, während er eigentlich doch gar nichts Schlimmes gemacht hat und unserer Einschätzung nach keine Schuld trägt. Aber damit stülpe ich dem Anderen meine Wertmaßstäbe über und werte den Menschen ab, der anders denkt oder sogar anders fühlt als ich. Wenn jemand seine tiefsten und oft sehr beschämenden Gedanken und Gefühle äußert, und ich versuche, die mit einem „du kannst nichts dafür“ weg zu deuten, nehme ich diesen Menschen in seinem Denken und Fühlen nicht ernst. Ich beraube ihn der Krücken, die er im Moment vielleicht unbedingt braucht, und der Erklärung, die ihm Halt gibt. Außerdem wird es nie

¹ Chris Paul: Schuld/Macht/Sinn - Arbeitsbuch für die Begleitung von Schuldfragen im Trauerprozess Gütersloh 2010, Seite 19-21

² Vgl. die schematische Darstellung der wechselnden Schuldvorwürfe in: Chris Paul: Schuld/Macht/Sinn - Arbeitsbuch für die Begleitung von Schuldfragen im Trauerprozess Gütersloh 2010 Seite 51f

Studientag 11: Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht, Schuld und Vergebung

gelingen, einem Erwachsenen Schuldgefühle einfach auszureden. Da sie keiner realen Schuld entsprechen, entlastet es den Betroffenen auch nicht, wenn ich ihm vorschnell Vergebung zuspreche.

In einer Krisensituation, wenn beispielsweise Eltern von dem Suizid ihres Sohnes erfahren und sich selbst die Schuld daran geben, muss ich alles tun, um sie am „Nachsterben-Wollen“ zu hindern. Das kann manchmal heißen, dass ich die Schuldzuweisung der Hinterbliebenen zwar stehenlasse, aber gleichzeitig hinterfrage oder wenigstens andeute, dass es auch andere Sichtweisen gibt, damit sie nicht bei selbstzerstörerischen Schuldvorwürfen stehen bleiben. Ich möchte ihnen vielmehr dadurch ein wenig Halt geben, dass ich vorsichtig den Blick weg von den Schuldzuweisungen auf eine erste Aufgabe lenke, um eine Perspektive für das Weiterleben zu öffnen.