

Inhalt

<i>Einleitung:</i> Absicht und Aufbau des Buches	8
Umgang mit dem Buch	9
Für eilige Leser	10
 <i>Erster Teil: Leben — Sterben</i>	11
 <i>1. Lebendiges Sterben</i>	11
Ich — Leben aus dem Gestorbenen	11
Frage — Sterben als Ende und Mitte des Lebens	14
Antwort	
— Geburt und Tod	14
— Lebendiges Erleben des Sterbens	15
— Mein Sterben	16
— Arten des sterblichen Lebens	18
— Aus der Krise	19
Merke — Das Sterben muß gelebt werden	20
Übe	20
 <i>2. Soziales Sterben</i>	21
Ich — Und die Welt um mich	21
Frage — Wie bin ich sterbend in der Welt?	22
Antwort	
— Die Gesellschaft tötet	23
— Soziales Sterben vor dem Sterben	24
— Die Dinge verloren	26
— Die Menschen verloren	27
— Sich selbst verloren	28
— Fremdverstehen durch Selbstverstehen	29
Merke — Nicht Ich, Du Er oder Sie, sondern Wir sterben	30
Übe	31
 <i>3. Bedürfnisse Sterbender</i>	32
Ich — Versuche, sich das Sterben vorzustellen	32
Frage — Was brauchst du im Sterben?	34
Antwort	
— Bedürfnis und Bedürftigkeit	34
— Äußerungen der Bedürftigkeit	35
— Vom Körper zum Selbst	37
— Die Bedürfnisse des Körpers	37
— Das Bedürfnis nach Sicherheit	38
— Das Bedürfnis nach Liebe	38
— Das Bedürfnis nach Achtung	39
— Das Bedürfnis nach Selbstverwirklichung	40
Merke — Sterben ist auch bedürfnisorientiert	41
Übe	41
 <i>4. Erziehung und Entwicklung</i>	42
Ich — Das Recht des Kindes auf seinen Tod	42
Frage — Von der Kindheit zum Tod	44
Antwort	
— Entstehung des Sterbeverständnisses	44
— Was Kinder fühlen	46
— Hindernisse der Sterbeerziehung	48

— Das sterbende Kind	49
— Erziehung der Sterblichkeit	50
Merke — Wir können Sterben lernen	51
Übe	51
<i>Zweiter Teil: Vereinsamung — Einsamkeit</i>	<i>53</i>
<i>1. Persönliches und angestelltes Sterben</i>	<i>53</i>
Ich — Mein Tod soll keinem anderen gehören	53
Frage — Werde ich mein Sterben finden können?	54
Antwort	
— Viele Sterbensbilder, ein Tod	55
— Sterben in der Institution	56
— Menschenrechte und Menschenpflicht	59
Merke — Mein Sterben ist frei	61
Übe	61
<i>2. Leid und Schmerz</i>	<i>62</i>
Ich — Meine Angst, mein Leid	62
Frage — Muß der Sterbende leiden?	66
Antwort	
— Schmerzen lindern, Leid ertragen	66
— Furcht und Angst	67
— Aneignung des Sterbens und Todes	69
Merke — Gib mir mein Leid zurück!	70
Übe	71
<i>3. Dimensionen des Sterbens und der Sterbehilfe</i>	<i>71</i>
Ich — Schnell, aber froh sterben	71
Frage — Ergänzendes zu Sterben und Leben	73
Antwort	
— Noch einige Stichworte	73
— Lebensverlängerung/Sterbensverlängerung	75
— Wahrheit und Wahrhaftigkeit	78
— Spezialpflege	79
Merke — Das Wichtige ist nicht unbedingt auch entscheidend	81
Übe	82
<i>4. Religio und Verhältnislosigkeit</i>	<i>83</i>
Ich — Was sind mir »Unsterblichkeit« und »Auferstehung“?	83
Frage — Warum läßt Gott sterben?	85
Antwort	
— Von der Unmöglichkeit religiösen Schreibens	85
— Zwischen Strafe und Entscheidung	86
— Vom natürlichen Sterben	87
— Die Liebe im und über den Tod	89
— Beistand aus dem Glauben	90
Merke — Leben und Liebe enden nicht im Tod	92
Übe	92
<i>Dritter Teil: Sprache — Sinne</i>	<i>94</i>
<i>1. Formen und Personen des Beistands</i>	<i>94</i>
Ich — Der Tod als Helfer	94
Frage — Wer kann denn wie helfen?	97
Antwort	
— Der berufliche Helfer	97

— Der alltägliche Helfer	100
— Regeln des Beistands	103
— Handlungsgruppen	106
Merke — Auch du kannst helfen	107
Übe	108
2. <i>Sprachliche Hilfe</i>	109
Ich — Der sterbliche Dialog	109
Frage — Sprechen, auch wenn die Stimme versagt?	111
Antwort	
— Die Sprache der Sterbenden	111
— Inhalte sterblichen Gesprächs	113
— Formen und Verlauf	114
— Die Stille	117
Merke — Sprache lebt von Inhalt und Beziehung	118
Übe	119
3. <i>Nichtsprachliche Hilfe</i>	119
Ich — Vom Mut zu Gefühlen	119
Frage — Beistand als Zärtlichkeit	121
Antwort	
— Beistand für Sprechunfähige	122
— Formen des Nichtsprachlichen	124
Merke — Gib auch deine Sinne, deine Haut	126
Übe	
4. <i>Raum und Zeit</i>	127
Ich — Die tödliche Zeit	127
Frage — Kann man Raum und Zeit verlieren?	128
Antwort	
— Meine Zeiten, meine Zeit	128
— Meine Räumlichkeiten, mein Raum	130
Merke — Der Zeit Raum geben	131
Übe	132
<i>Vierter Teil: Trauer — Weiterleben</i>	133
Ich — Freundschaft mit den Toten	133
Frage — Von der »Heilung« des Verlustes	136
Antwort	
— Familie und Tod	136
— Formen der Trauer	139
— Das Leben des Trauernden	141
— Den Trauernden beistehen	144
Merke — Trauer kann »angenehm« sein	147
Übe	147
<i>Anhang</i>	149
1. Fragebogen von Max Frisch	149
2. Lesbare Literatur	150
2.1 Fachbücher	150
2.2 Berichte, Romane, Erzählungen.	151
3. Einige Medien	151
4. Organisationen, an die Sie sich wenden können	152