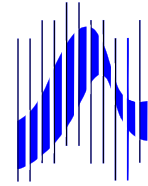


Institut für Angewandte Forschung (IAF)  
Angewandte Sozial- und Gesundheitsforschung

Projekt „TrauErLeben“  
Leitung: Prof. Dr. Michael Wissert



Hochschule  
Ravensburg-Weingarten  
Technik | Wirtschaft | Sozialwesen

Weingarten, 28. August 2013

# **„Wirkungen von Trauerbegleitung im Rahmen der emotionalen und sozialen Bewältigung von tiefgehenden und komplizierten Trauerprozessen [TrauErLeben]“**

## **Ergebnisse des Forschungsprojekts aus der Befragung von Trauernden und Trauerbegleiterinnen sowie von Mitarbeitern<sup>1</sup> in der stationären Pflege alter Menschen**

### **1. Einführung**

Sterben, Tod und Trauer bilden einen der elementaren Brückenpfeiler des menschlichen Lebens: Mit der Geburt beginnt und mit dem Tod endet unser irdisches Dasein.

Jedes Jahr sterben in Deutschland rund 830.000 Menschen und diese Zahl wird in den nächsten zwei Jahrzehnten ständig ansteigen. Wenn man davon ausgeht, dass bei jedem sterbenden Menschen durchschnittlich drei ihm nahestehende Personen von Trauer betroffen sind, dann erleben jedes Jahr rund 2,5 Millionen Menschen in Deutschland akute Trauer. Und da Trauerprozesse nicht nach einem Jahr „abgeschlossen“ sind, sondern unter Umständen sehr viel länger andauern und mit erheblichen Beschwerden verbunden sein können, sind möglicherweise durchgängig 10 % der Bevölkerung von den Einflüssen und Wirkungen von Trauer betroffen.

Die Versorgung und Begleitung eines schwerkranken Menschen und seiner Familie muss nicht mit dem Tod enden, sondern den Angehörigen können auch darüber hinaus Angebote zur Trauerbegleitung zugänglich gemacht werden. Besonders wenn Kinder und Jugendliche von Trauer betroffen sind, sollte das soziale Umfeld befähigt werden, angemessen mit deren Trauer und den Auswirkungen von Trauer umzugehen.

---

<sup>1</sup> In unseren Berichten über das Projekt verwenden wir das grammatische Geschlecht jeweils in einer zufälligen Reihenfolge. Damit soll der Tatsache Ausdruck verliehen werden, dass Männer und Frauen gleichermaßen unsere gesellschaftliche Wirklichkeit bilden.  
Wenn wir spezielle geschlechtsspezifische Aussagen zu Ergebnissen machen, dann wird natürlich die jeweils zutreffende, grammatische Geschlechtsbezeichnung verwendet.

Unter Wirkungen von Trauer verstehen wir alle durch Trauer ausgelösten Effekte im gesamten Bereich des Lebens. Dies betrifft in einem umfassenden Sinn vielfältige körperliche, psychisch-seelische, soziale und spirituelle Aspekte des Lebens. Fast immer erleben wir diese Effekte als Beeinträchtigungen der Lebensqualität und Belastungen, wengleich Trauer ein „normaler“ Bestandteil des menschlichen Lebens ist.

Trauerbegleitung wiederum versucht - individuell abgestimmt - in all diesen Bereichen Wirkungen zu erzielen, ist aber keinesfalls direktiv und monokausal ausgerichtet, sondern „absichtslos begleitend“. Das heißt, dass der Trauernde „seinen“ Trauerprozess inhaltlich selbst bestimmt, und die Trauerbegleitung mit dem Wissen über die möglichen Symptome von Trauer und die zum Teil verschlungenen Trauerprozesse vielfältige Optionen der Unterstützung für den Umgang mit der Trauer anbietet.

In unserem Bericht stellen wir Ergebnisse zu drei zentralen Fragestellungen des Forschungsprojekts vor:

- a) Wie stark werden von trauernden Menschen Belastungen erlebt? Welche Einflussfaktoren beeinflussen die Wirkungen der Trauer? Und welche Wirkungen kann Trauerbegleitung entfalten? Und welche Wirkfaktoren erleben Trauernde als bedeutsam? (Was wirkt?)
- b) Wie schätzen Trauerbegleiterinnen die Bedeutsamkeit ihres Handelns für unterschiedliche Wirkungsbereiche ein und welche Kompetenzen sind für die Trauerbegleitung wichtig?
- c) Wie wirkt sich das immer wiederkehrende berufliche Erleben von Sterben, Tod und Trauer auf Mitarbeiterinnen in der stationären Altenpflege (Pflegeheime) aus.

## **1. Wirkungen von Trauer und Wirkungen der Begleitung aus Sicht von trauernden Menschen**

- Insgesamt nahmen 682 Trauernde an der Befragung teil.
- 77,6 % weiblich, 19,8 % der Befragten männlich, 2,6 % haben hierzu keine Angaben gemacht.
- Das Durchschnittsalter betrug 50,5 Jahre, mit einer Spanne von 9 bis 93 Jahren.

### **Geschlechtsspezifische Wirkungen von Trauer**

Ein Vergleich zwischen den Geschlechtern zeigte einige Unterschiede in der Gesamtbelastung auf. Diese Gesamtbelastung wurde als durchschnittlicher Summenscore aus elf in der Befragung erhobenen Wirkungsbereichen der Trauer und der Trauerbegleitung berechnet. Im Fragebogen sind bestimmte Aussagen (Statements) zu diesen Wirkungsbereichen

aufgeführt, bei denen die Trauernden jeweils in einer Skala von vier Abstufungen von „stimmt“ (Punktwert=1) bis „stimmt nicht“ (Punktwert=4) ihre Bewertungen zu den jeweiligen Belastungen angeben haben. Der höchstmögliche durchschnittliche Wert der Gesamtbelastung liegt (theoretisch) bei „4,0“, der niedrigste Wert bei „1,0“.

**Ergebnis:** Männliche Trauernde schätzen sich nach dem Todesfall mit einem Gesamtbelastungswert von 2,59 als statistisch signifikant weniger belasteter ein als Frauen (Gesamtbelastungswert: 2,81:  $p < .01$ )<sup>2</sup> Zum aktuellen Zeitpunkt gibt es keinen signifikanten Unterschied mehr ( $p = .55$ ). Die Gesamtveränderung über die Zeit ist folglich bei weiblichen Trauernden im Sinne einer Abnahme der Belastung größer (siehe Tabelle 1).

**Tabelle 1: Geschlechtsspezifische Gesamtbelastung durch Trauer**

<b>Geschlecht</b>	<b>Direkt nach dem Todesfall</b>	<b>Aktueller Zeitpunkt<sup>3</sup></b>	<b>Geschlechtsspezifische Differenz nach Zeitpunkt</b>
weiblich	2,81	1,79	<b>1,02</b>
männlich	2,59	1,73	<b>0,86</b>
<b>Differenz im Vergleich der Geschlechter</b>	<b>0,22</b>	<b>0,06</b>	

Daraus kann aber nicht abgeleitet werden, dass männliche Trauernde nach dem Todesfall tatsächlich „weniger leiden“. Möglicherweise haben wir es hier mit dem Phänomen der sogenannten „sozial erwünschten bzw. erwarteten Antworten“ zu tun, .d. h. mit Erwartungen, die Männer (gesellschaftlich bedingt) im Antwortverhalten an sich selbst stellen: „Ein Mann zeigt seine Trauer und Tränen nicht“ oder als ironische Redewendung: „Ein Indianer kennt keinen Schmerz“. Solche Erwartungen finden meist unbewusst auch ihren Niederschlag in der Wahrnehmung der Umwelt und der eigenen Gefühle sowie im eigenen Handeln.

<sup>2</sup> Der Buchstabe „p“ ist das Zeichen für die sogenannte statistische Signifikanz. Diese statistische Kennzahl drückt aus, ob die durchschnittlichen Unterschiede bei den Variablenwerten tatsächlich in einem durchgängigen (linearen) Zusammenhang zu den Einzelwerten aller Befragten stehen. Je geringer der Wert von p ist (z. B. kleiner als 0,01), desto höher ist Wahrscheinlichkeit, dass die Unterschiede bei den Variablenwerten nicht zufällig sind (hier: durchschnittliche Belastungswerte bei Männer und Frauen zu den zwei Betrachtungszeitpunkten).

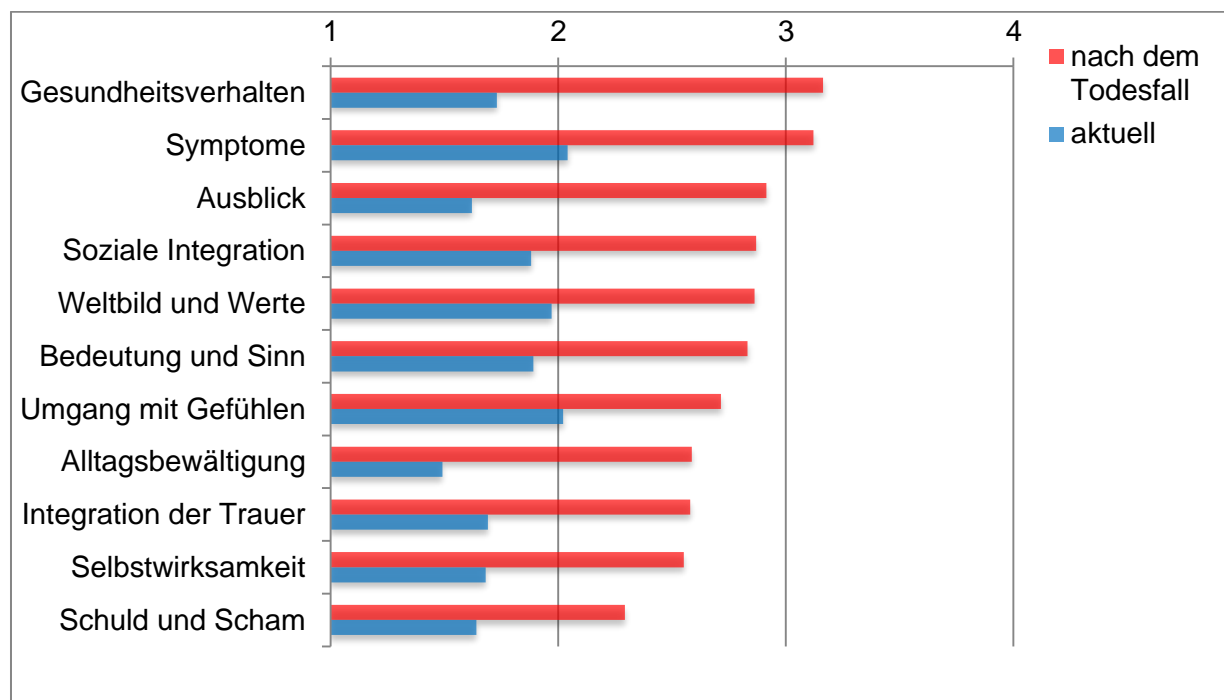
<sup>3</sup> Unter dem „aktuellen Zeitpunkt“ ist der Zeitpunkt gemeint, an dem der Fragebogen jeweils ausgefüllt worden ist. Der Erhebungszeitraum lag zwischen dem 1. Dezember 2012 und dem 31. Juni 2013. Aus sprachlich-stilistischen Gründen bzw. wegen der besseren Lesbarkeit verwenden wir den Begriff „aktueller Zeitpunkt“.

### Belastungen und Veränderungen den Wirkungsbereichen von Trauer

Die Einschätzung aller Trauernden (mit und ohne Trauerbegleitung) zur Belastung in unterschiedlichen Wirkungsbereichen der Trauer direkt nach dem Todesfall und zum aktuellen Zeitpunkt ist in Abbildung 1 dargestellt. Die Abfrage der Bereiche wurde hier durch Aussagen (Statements) gemacht, bei denen die Trauernden jeweils in einer Skala von vier Abstufungen von „stimmt“ (Punktwert=1) bis „stimmt nicht“ (Punktwert=4) ihre Bewertungen zu den jeweiligen Belastungen angegeben haben.

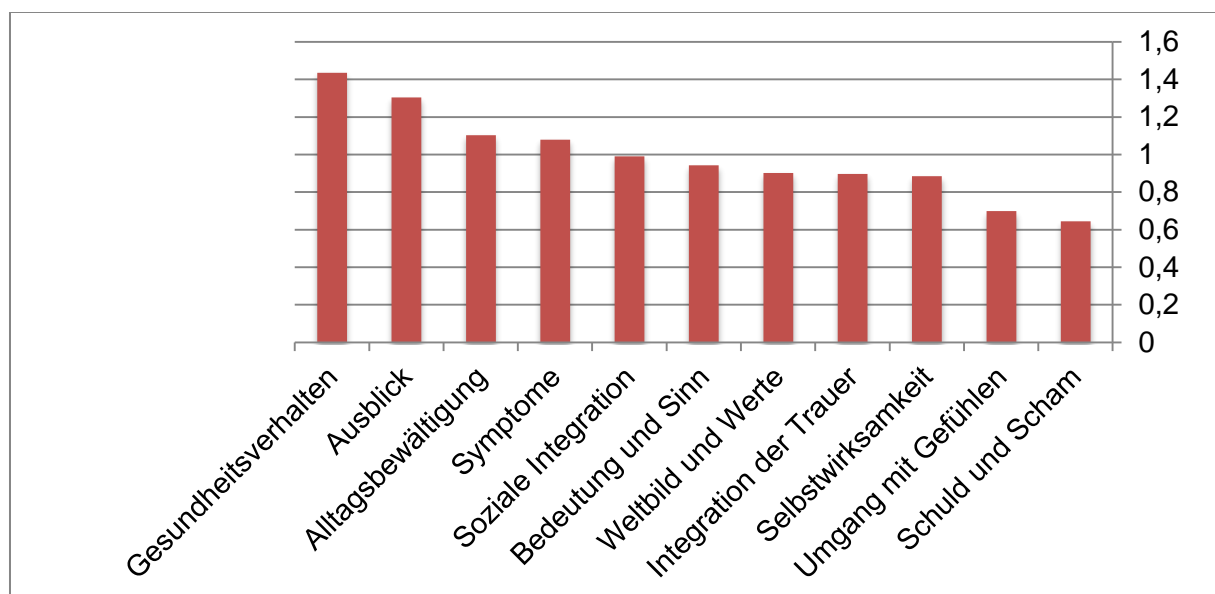
Die Graphik zeigt die Mittelwerte aller abgegebenen Einschätzungen. Die Belastungen haben sich zum aktuellen Zeitpunkt in allen erfragten Bereichen im Vergleich zu der Zeit unmittelbar nach dem Todesfall verringert. Im Balkendiagramm sind die jeweiligen Durchschnittswerte (aller Antwortenden insgesamt, d. h. mit und ohne Begleitung) zum Zeitpunkt nach dem Todesfall in den roten Balken und zum aktuellen Zeitpunkt in den blauen Balken veranschaulicht.

**Abbildung 1: Veränderungen der Belastungen durch Trauer in unterschiedlichen Wirkungsbereichen aus Sicht von Trauernden (N<sub>min</sub>=624; N<sub>max</sub>=650)**



Betrachtet man die einzelnen Bereiche der Trauerwirkungen nach der Größe der Veränderungen der jeweiligen Werte, ergibt sich zum aktuellen Zeitpunkt in allen Bereichen eine Verringerung der Belastungswerte. In der Abbildung 3 sind diese Veränderungen (als Verbesserung der Situation) rechnerisch in einem positiven Wertebereich veranschaulicht worden, d. h. je höher der Wert bzw. die Säule, desto stärker haben sich im jeweiligen Wirkbereich „Entlastungen“ eingestellt. Die Entlastungswerte bewegen sich zwischen 1,4 (größter Rückgang der Belastung im Bereich des Gesundheitsverhaltens) und 0,64 (geringste Entlastung im Wirkungsbereich der Schuld- und Schamgefühle). Da es sich bei den Angaben in Abbildung 3 um die durchschnittlichen Werte für alle Trauernden handelt, kann anhand dieser Daten noch nicht gesagt werden, welche Effekte bei diesem Rückgang der Belastungen von der Zeit verursacht werden („Die Zeit heilt viele Wunden“) und welcher Anteil möglicherweise auf die Trauerbegleitung zurückzuführen ist.

**Abbildung 3: Entlastungen in den Wirkbereichen aus Sicht von allen Trauernden im Verlauf der Zeit (N<sub>min</sub>=624; N<sub>max</sub>=650)**



### Was bewirkt Trauerbegleitung?

Um erste allgemeine Aussagen über Wirkungen der Trauerbegleitung machen zu können, haben wir zunächst einen rechnerischen Vergleich der **Gesamtbelastung** (als Gesamtscore) der Bewertungen für alle 11 Wirkbereiche durchgeführt. Dabei haben wir im Vergleich die Durchschnittswerte für diejenigen berechnet, die Trauerbegleitung genutzt haben und für

diejenigen, die sie nicht genutzt haben. Tabelle 2 zeigt die unterschiedlichen durchschnittlichen Belastungswerte (als Gesamtscore).

Die Punkteskala reichte hier ebenfalls von 1 bis 4, wobei „4“ die höchste und „1“ die geringste Belastung darstellt.

**Tabelle 2: Gesamtbelastung durch Trauer zu zwei Messpunkten für Menschen mit und ohne Trauerbegleitung**

	Durchschnittl. Gesamtbelastung nach dem Todesfall	Durchschnittl. Gesamtbelastung aktueller Zeitpunkt	Differenz zwischen den Zeitpunkten „innerhalb“ der Gruppen
<b>Trauernde mit Begleitung</b>	2,88	1,80	1,08
<b>Trauernde ohne Begleitung</b>	2,42	1,71	0,71
<b>Unterschied der Punktwerte zwischen den Gruppen und stat. Signifikanz</b>	0,46 $p < .01$	0,09 $p = .09$	

Für die Trauernden mit Trauerbegleitung liegen die durchschnittlichen Werte der Gesamtbelastung bei 2,88 (nach dem Todesfall) und bei 1,80 (aktuell). Für die Trauernden ohne Trauerbegleitung liegt der Gesamtmittelwert der Belastung bei durchschnittlich 2,42 (früher) und 1,71 (aktuell).

Direkt nach dem Todesfall waren Trauernde, die (dann später) Begleitung genutzt haben, signifikant<sup>4</sup> stärker belastet als Trauernde ohne Begleitung; der Unterschied der beiden Belastungsniveaus beträgt rund 19 %.

Zum aktuellen Zeitpunkt gibt es jedoch keine statistisch signifikanten Unterschiede mehr.

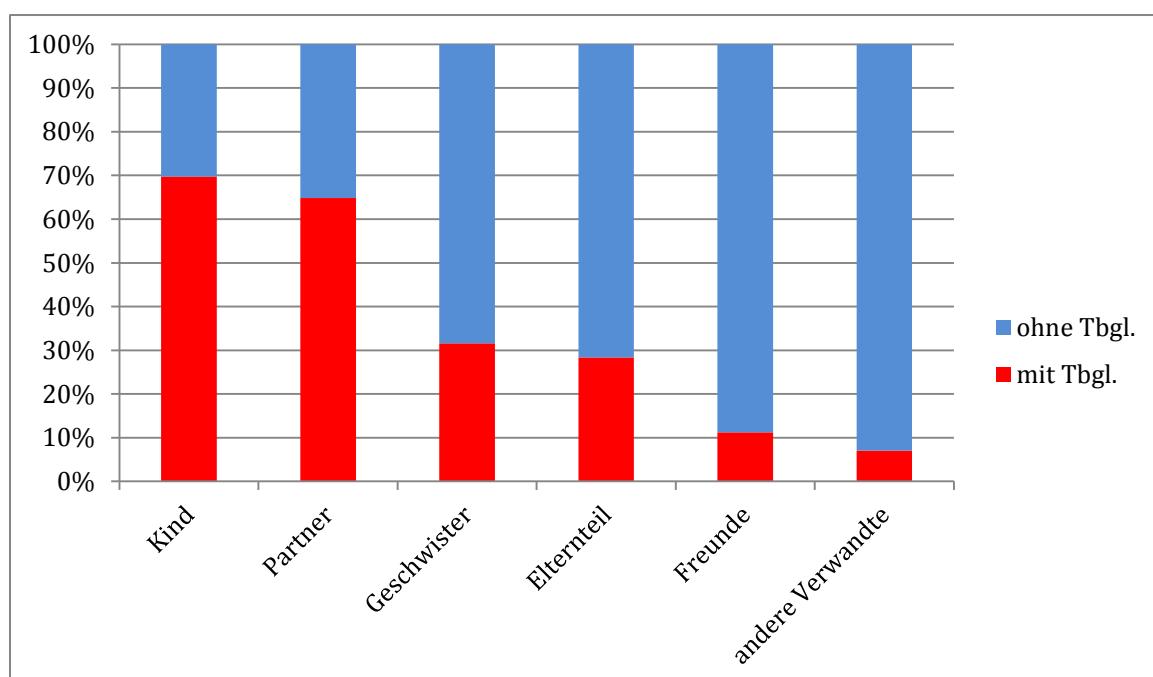
Das bedeutet zum einen, dass Menschen, die Trauerbegleitung nutzen, in der Zeit nach dem Todesfall einen höheren Belastungsdruck durch Trauer empfunden haben. Zum anderen ist der Rückgang des Belastungsniveaus bei Menschen mit Trauerbegleitung beträchtlich höher: das Belastungsniveau verbessert sich um rund 37 %, während es für Trauernde ohne Begleitung „nur“ um rund 29 % zurückgeht. Dies ist ein relativ starker empirischer Hinweis auf die „Wirkungseinflüsse“ von Trauerbegleitung.

<sup>4</sup> Bei allen durchgeführten Berechnungen wurde ein Signifikanzniveau von 0.05 vorausgesetzt, so dass die sogenannte „Irrtumswahrscheinlichkeit“ 5% beträgt.

### Wer nutzt Trauerbegleitung?

In Abbildung 4 ist zu erkennen, dass bei den von uns befragten Trauernden der Anteil der Menschen, die um ihren Partner oder ihr Kind trauern, in der Begleitung größer ist, als bei denjenigen, die ein Geschwister, ein Elternteil, einen Freund oder Verwandten verloren haben. Dies kann ein Hinweis darauf sein, dass nach dem Verlust eines Kindes oder des Lebenspartners möglicherweise in proportional viel mehr Fällen eine „erschwerete Trauer“ auftritt, die dann auch eher einer qualifizierten Trauerbegleitung bedarf.

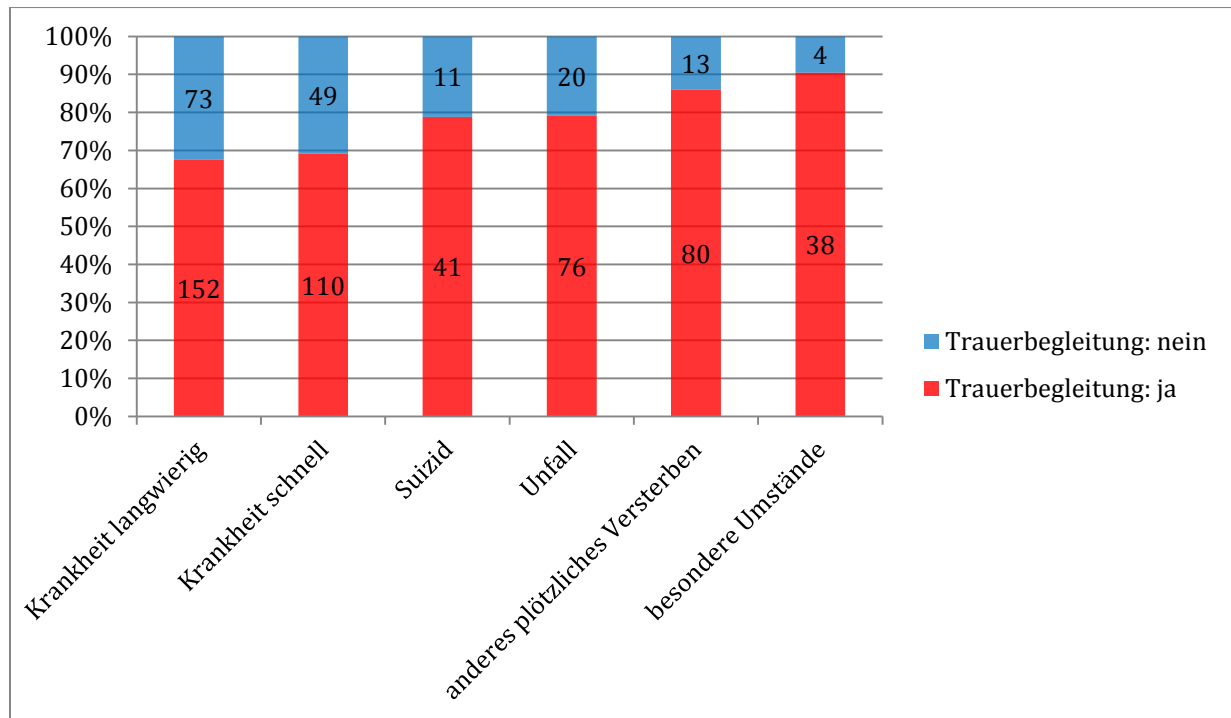
**Abbildung 4: Prozentuale Verteilung von Trauernden mit und ohne Trauerbegleitung nach Art der sozialen Beziehung des Verstorbenen**



Auch in Bezug auf die Todesumstände lässt sich sagen, dass diejenigen Trauernden, die einen plötzlichen bzw. nicht vorhersehbaren Verlust (durch Unfall, Suizid, anders plötzliches Versterben) erlitten haben, eher die Unterstützung der Trauerbegleitung wahrnehmen als diejenigen, bei denen der Verlust im Zusammenhang mit einer langwierigen oder schnell verlaufenden Krankheit eingetreten ist.

Abbildung 5 zeigt die jeweiligen prozentualen Anteile bei der Nutzung der Trauerbegleitung: Von den insgesamt 682 Befragten haben rund 75% eine Trauerbegleitung wahrgenommen. Der Anteil derjenigen, die Trauerbegleitung nutzten, steigt von rund 68 % (bei Verlust nach langwieriger Krankheit) über 79 % (nach Suizid) an bis auf 86 % bei anderem plötzlichen Versterben (z. B. durch ein Aneurysma, plötzliches Herzversagen) und rund 90 % bei „besonderen Umständen“, zu denen u. a. Tod des Kindes im Mutterleib, eine Abtreibung, Tod nach Gewalttaten und Tod durch Naturkatastrophen gerechnet worden sind.

**Abbildung 5: Verteilung von Trauernden mit und ohne Trauerbegleitung nach Art der Todesumstände (Angabe in den Säulen ist die jeweilige Zahl der Befragten)**



Betrachtet man die Gesamtbelastung aller erfassten elf Wirkungsbereiche der Trauer (Gesamtscore) aller Trauernden (mit und ohne Trauerbegleitung) bei den verschiedenen Todesumständen in der unmittelbaren Zeit nach dem Todesfall und zum aktuellen Zeitpunkt der Befragung, ergeben sich ebenfalls deutliche Unterschiede:

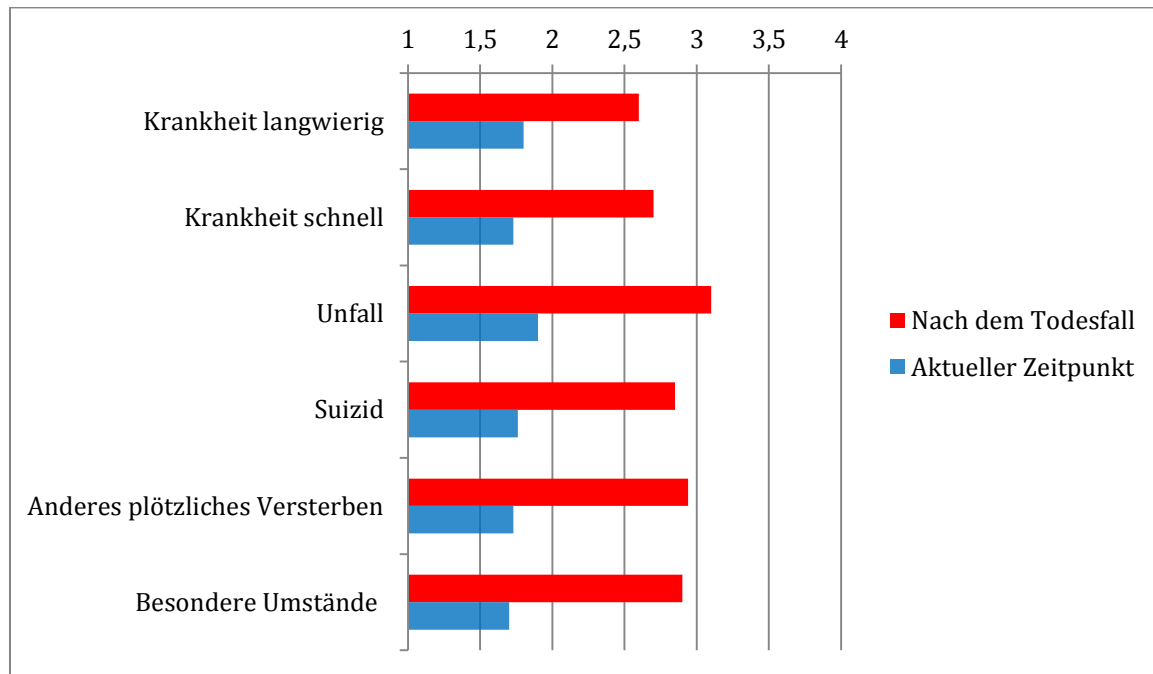
Abbildung 6 zeigt, dass nach dem Todesfall diejenigen Trauernden, die den nahestehenden Menschen durch einen Unfall verloren haben, durchschnittlich den höchsten Belastungswert haben (3,1 bei einem theoretisch möglichen Maximum von 4) und die Trauer nach dem Verlust durch langwierige Krankheiten durchschnittlich den „geringsten“ Belastungswert hat (2,6).

Zum aktuellen Zeitpunkt sind die Belastungswerte nahezu ausgeglichen.

Die berechneten Durchschnittswerte ergeben sich auch hier aus einer Bewertungsskala für Aussagen (Statements) zu den Auswirkungen von Trauer, bei denen die Trauernden jeweils in einer Skala von vier Abstufungen von „stimmt“ (Punktwert=1) bis „stimmt nicht“ (Punktwert=4) ihre Bewertungen zu den jeweiligen Belastungen angeben haben. Rechnerisch stellt „4“ den höchsten und „1“ den geringsten Belastungswert dar.



**Abbildung 6: Gesamtbelastung durch Trauer nach dem Todesfall und aktuell nach Art der Todesumstände (alle Trauernden, mit und ohne Begleitung; N=682)**



Vergleicht man nun diejenigen, die Trauerbegleitung in Anspruch genommen haben, mit Trauernden ohne eine Begleitung, zeigen sich auch hier einige Unterschiede (siehe Tabelle 3): Bei allen Todesumständen haben Menschen, die Trauerbegleitung genutzt haben, in der Zeit nach dem Todesfall die höheren durchschnittlichen Gesamtbelastungswerte und sie haben in allen Kategorien eine größere Entlastung erfahren im Vergleich zum aktuellen Zeitpunkt.

Auch dieses ist ein Hinweis auf die Wirkungen von Trauerbegleitung, wenngleich in den einzelnen Kategorien die „Fallzahl“ zu gering ist, um verallgemeinerbare Aussagen machen zu können.

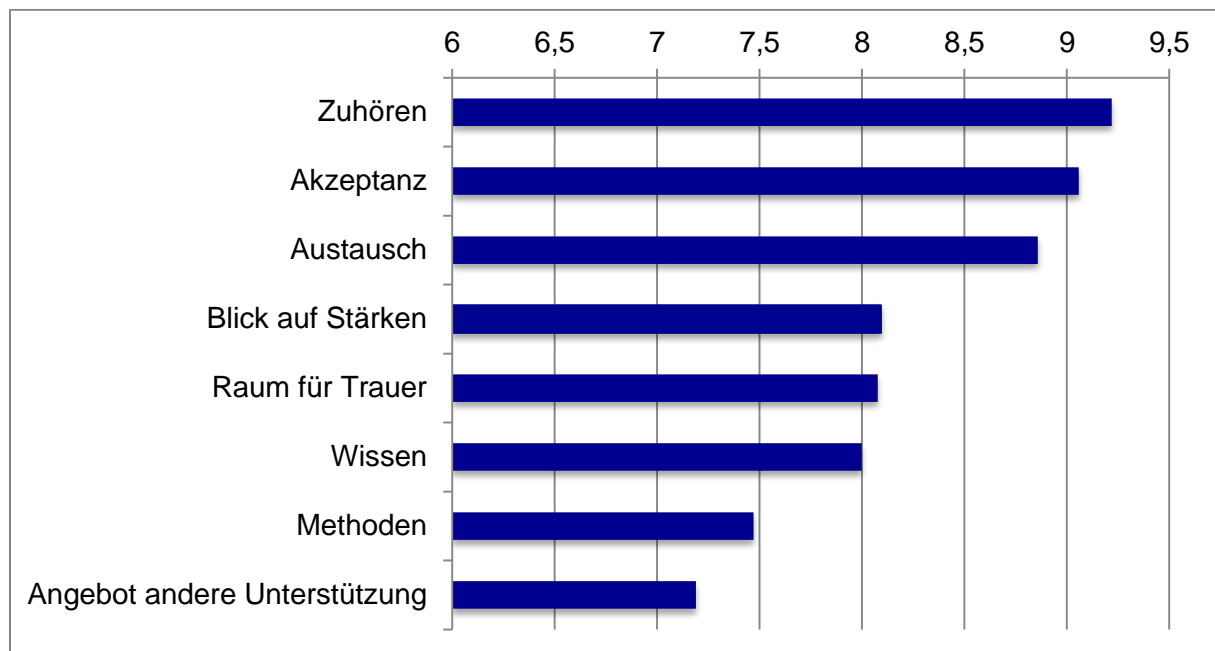
**Tabelle 3: Gesamtbelastung durch Trauer zu zwei Messpunkten für Menschen mit und ohne Trauerbegleitung (N<sub>min</sub>=4; N<sub>max</sub>=150)**

Todesumstände	Nach dem Tod		Aktueller Zeitpunkt	
	Trauernde mit Begleitung	Trauernde ohne Begleitung	Trauernde mit Begleitung	Trauernde ohne Begleitung
Krankheit: langwierig	2,7	2,3	1,8	1,7
Krankheit: schnell	2,8	2,3	1,8	1,6
Unfall	3,1	2,7	1,9	1,8
Suizid	2,9	2,6	1,8	1,5
Anderes plötzliches Versterben	2,9	2,7	1,7	1,9
Besondere Umstände	2,9	2,4	1,8	1,8
<b>Gesamt</b>	<b>2,8</b>	<b>2,4</b>	<b>1,8</b>	<b>1,7</b>

### Was wirkt? – Wirkfaktoren der Trauerbegleitung

Abbildung 7 zeigt die berechneten Werte für Wirkfaktoren der Trauerbegleitung aus Sicht der Trauernden in absteigender Reihenfolge. Die Bewertungen wurden von den Trauernden mit einer Skala vorgenommen, bei der jeder Wirkfaktor von 0 (nicht hilfreich) bis 10 (besonders hilfreich) bewertet wurde.

**Abbildung 7: Wirkfaktoren aus Sicht der Trauernden**



Auffallend ist die große Bedeutung, die Trauernde dem Zuhören, der Akzeptanz ihrer Trauer und dem Austausch untereinander als Wirkungsfaktoren geben.

Das Wissen über Trauerprozesse und Symptome der Trauer sowie methodische Aspekte der Begleitung (z. B. Verwendung von Ritualen oder Schreiben als Ausdruck der Trauer) haben geringere Werte erreicht.

Hierbei muss jedoch angemerkt werden, dass alle im Fragebogen angeführten möglichen Wirkfaktoren durchschnittlich weit höher als der statistische Skalenmittelwert „5“ bewertet worden sind. Aus Sicht von Trauernden haben folglich alle in der Trauerbegleitung integrierten Wirkfaktoren große Effekte.

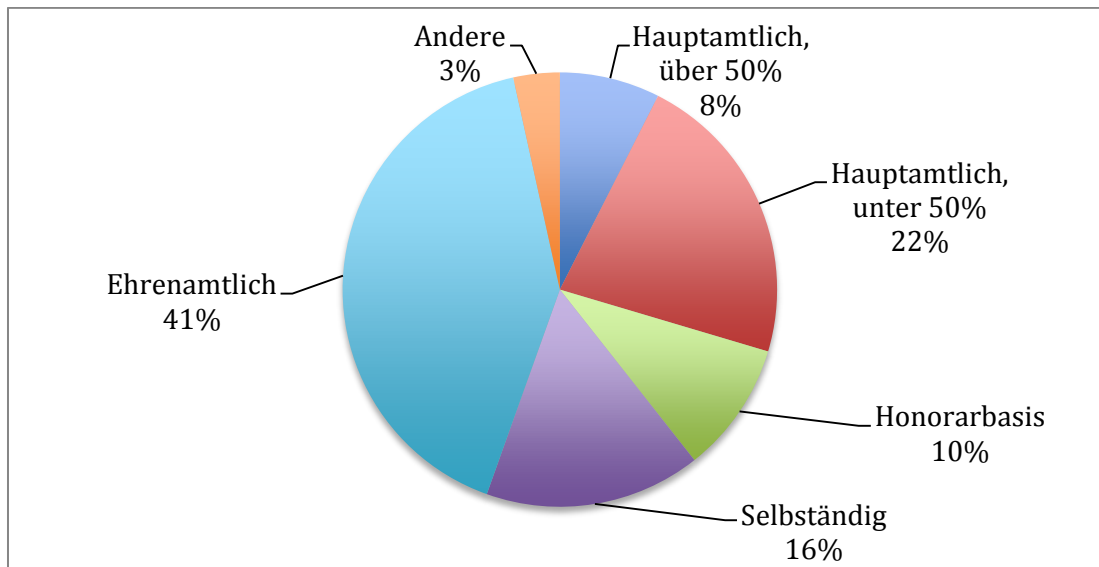
## **2. Befragung von Trauerbegleitern**

### **2.1 Allgemeine, sozialstatistische Angaben**

- Insgesamt 319 Begleiter haben den Fragebogen beantwortet
- Der Anteil der Frauen liegt bei 83,1%, der männlichen Teilnehmer bei 13,8%. In den Fragebögen haben 3,1% keine Angaben zum Geschlecht gemacht.
- Das Durchschnittsalter betrug 54,1 Jahre, mit einer Spannweite von 27 bis 78 Jahre.
- Es haben Begleiter aus allen Bundesländern in städtischen und ländlichen Handlungsräumen teilgenommen.

Der arbeitsrechtliche Rahmen der Trauerbegleitung ist in Abbildung 8 dargestellt: 41 % der Begleitern sind in ehrenamtlicher Funktion tätig, 30 % in hauptamtlicher Funktion, davon 8 % in Stellen mit mehr 50 % Umfang. 16% arbeiten als freiberufliche Begleiter, und 10% auf Honorarbasis in Anbindung an hospizliche oder andere Organisationen.

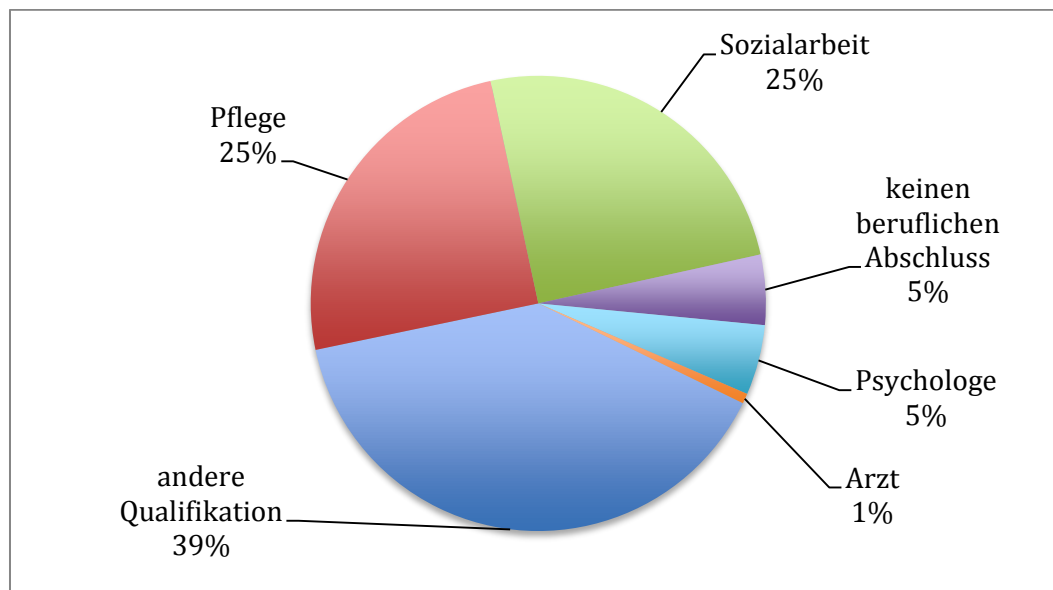
**Abbildung 8: Arbeitsrechtlicher Rahmen der Begleiterinnen**



Die berufliche Grundqualifikation der Begleiter ist in Abbildung 9 zu erkennen. Mit der „Grundqualifikation“ ist die im Selbstverständnis der Begleitenden wichtigste berufliche Grundausrichtung gemeint. Viele Begleiter gaben weitere, ergänzende Aus- und Fortbildungen an. Jeweils ein Viertel kommt aus der Sozialarbeit bzw. der Pflege; auffallend ist der hohe Anteil der Begleiter (39%) mit einer beruflichen Grundqualifikation, die nicht in sozialen oder gesundheitsbezogenen Handlungsfeldern liegt.

Das liegt daran, dass die Motivation, in der Trauerbegleitung tätig zu werden, bei sehr vielen Menschen in der eigenen erlebten Trauer begründet ist. Deshalb ist das Spektrum der beruflichen Grundqualifikation in der Trauerbegleitung sehr breit.

**Abbildung 9: Berufliche Grundqualifikation der Trauerbegleiter**

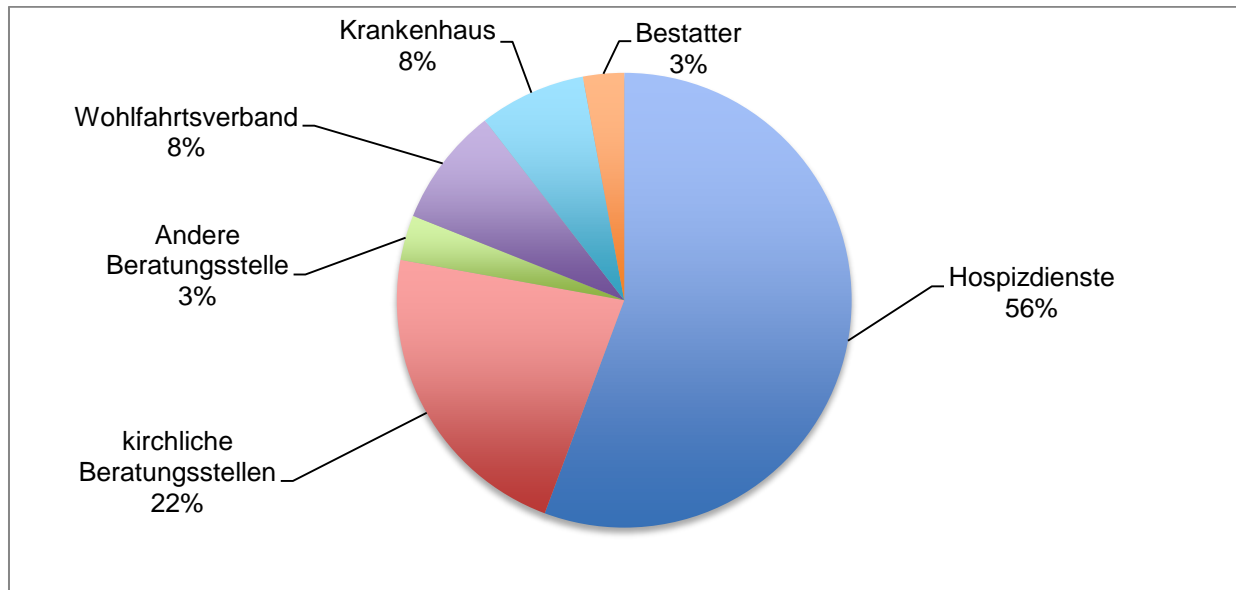


Die Befragten gaben an, pro Woche durchschnittlich 5,2 Stunden in der eigentlichen, personenbezogenen Trauerbegleitung tätig zu sein und 4,5 Stunden mit organisatorischen Aufgaben im Rahmen der Trauerbegleitung zu verbringen.

Die Erfahrung der befragten Begleitenden ist sehr groß: Die Durchschnittswerte für die bisher begleiteten Trauernden lagen bei rund 154 Trauernden in den Einzelbegleitungen, bei rund 149 in den Gruppenbegleitungen und bei rund 61 Trauernden im Trauercafé.

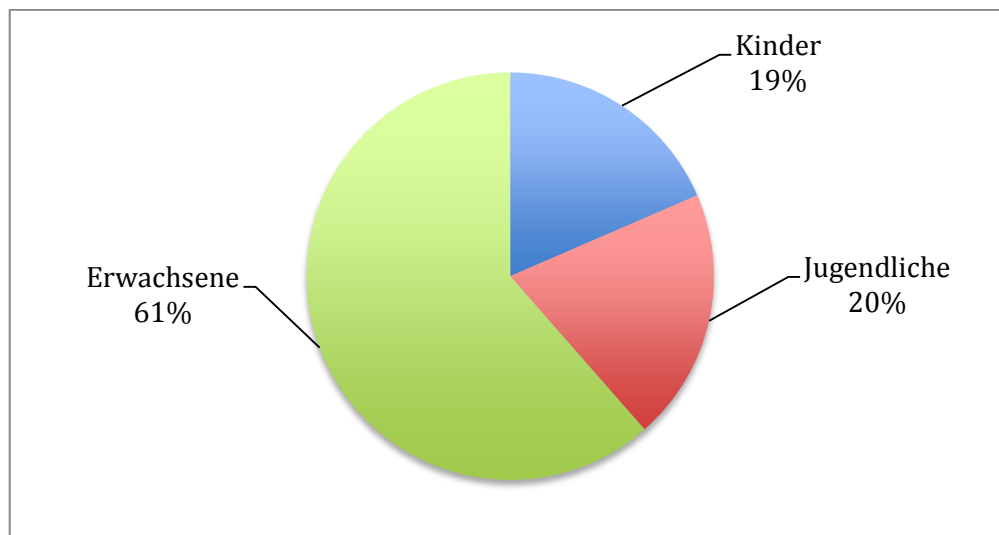
Abbildung 10 zeigt, in welchem organisatorischen Kontext die Begleitungen geleistet werden. Über die Hälfte der antwortenden Begleiter ist bei Hospizdiensten tätig und ein Viertel bei kirchlichen oder anderen Beratungsstellen.

**Abbildung 10: Institutionelle Anbindung der Begleiter**



Die Zielgruppen der jeweiligen Angebote für die Trauerbegleitung der befragten Begleiter sind in Abbildung 11 dargestellt.

**Abbildung 11: Die Zielgruppen der Trauerbegleitung der befragten Begleiter**

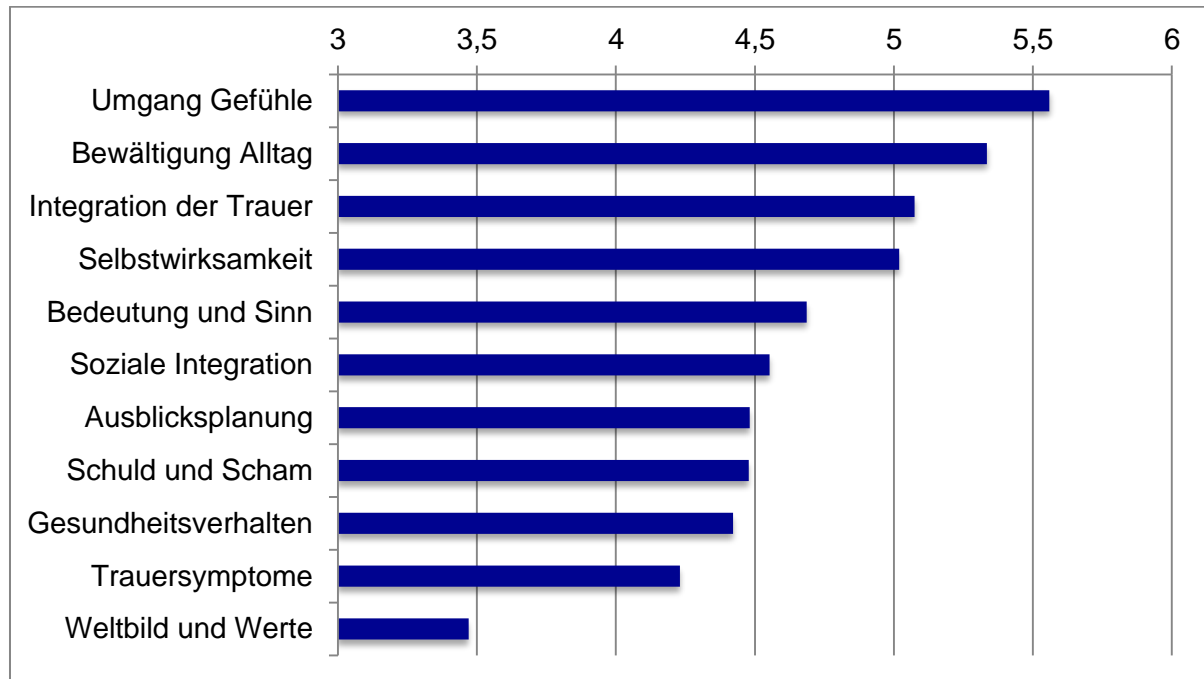


## 2.2 Wirkungen der Trauerbegleitung aus Sicht der Begleiter

Die Wirkungsbereiche aus Sicht der Begleiter sind in Abbildung 5 in absteigender Reihenfolge der durchschnittlich vergebenen Punkte dargestellt. Die Einschätzung wurde nach dem Prinzip der Punktevergabe durch die Verteilung von insgesamt 50 Punkten auf 11 Wirkungsbereiche

vorgenommen. Abbildung 12 zeigt die arithmetischen Mittel (Durchschnittswerte) dieser Punktvergabe.

**Abbildung 12: Wirkbereiche der Trauerbegleitung aus Sicht der Begleiter**



Auffallend sind die relativ hohen Punktwerte für den „Umgang mit Gefühlen“ und die „Bewältigung des Alltags“ sowie die relativ geringen Werte für den Wirkbereich des „Gesundheitsverhaltens“, d. h. unter anderem, sich um sein Wohlergehen z.B. durch das Genießen-Können von Freizeit und Hobbies und die Gesundheit z.B. durch Arztbesuche zu kümmern.

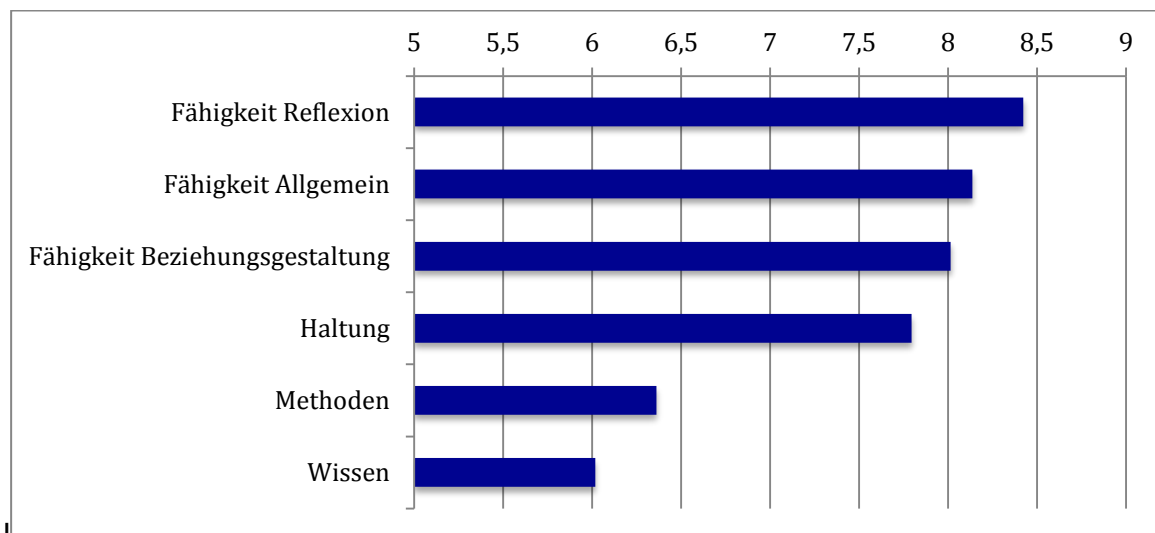
Ein Vergleich der Bewertung dieser Wirkbereiche durch die Trauernden (siehe Abbildung 3) zeigt einige deutliche Unterschiede, vor allem mit Blick auf die Bedeutung des Gesundheitsverhaltens und die Ausblicksplanung (Pläne, Zukunftsvorstellungen), die von Trauernden mit Blick auf die erlebten Entlastungen als die bedeutsamsten Wirkbereiche eingestuft wurden. Ferner gibt es Unterschiede in der Rangfolge der Wirkungsbereiche beim „Umgang mit Gefühlen“: Dieser Bereich wurde von den Begleitenden als der bedeutsamste eingestuft, die Trauernden hingegen erlebten hier durchschnittlich eine relative geringe Entlastung (vorletzter Platz in der Rangfolge).

Ferner haben wir die Begleiter auch nach der Bedeutsamkeit von Kompetenzen für die Trauerbegleitung befragt. Diese Kompetenzen sind personenbezogene Wirkfaktoren der

Trauerbegleitung. Die Skala bei den Antworten reichte von 1 (unbedeutend) bis 10 (sehr bedeutsam).

Abbildung 13 zeigt das nach Höhe der Durchschnittswerte geordnete Balkendiagramm. Bei den insgesamt relativ hohen Werten (alle Mittelwerte liegen über 6,0) fällt auf, dass der Reflexionsfähigkeit, den eher generellen Fähigkeiten zur Begleitung von Menschen und der Fähigkeit zur Beziehungsgestaltung eine sehr hohe Bedeutsamkeit zugeschrieben wird, während methodische Kompetenzen und (Theorie-)Wissen geringer bewertet werden.

**Abbildung 13: Bedeutsamkeit von Kompetenzen für die Begleitung aus Sicht der Begleiter**



Dieses Ergebnis korrespondiert mit der Bewertung durch die Trauernden (siehe Abb. 7), die ebenfalls die Fähigkeiten der Beziehungsgestaltung und des Zuhören-Könnens als eher wichtige, d. h. für sie hilfreiche Wirkfaktoren der Trauerbegleiter erlebt haben und die Kompetenzen bei der Anwendung von Methoden (Rituale, kreative Medien, Schreiben) und das (Theorie-)Wissen z.B. über Trauerprozesse oder Symptome der Trauer durchschnittlich als eher nicht ganz so hilfreich bewertet haben.

### **3. Befragung von Mitarbeitern der stationären Altenhilfe**

#### **Hintergrund der Befragung:**

Mitarbeiterinnen der stationären Pflege müssen sich häufig sehr intensiv und unmittelbar mit dem Thema „Sterben, Tod und Trauer“ auseinandersetzen. Der aktuelle und zukünftige demografische Wandel und der damit verbundene Anstieg der Zahl jährlich sterbender Menschen wird zu einem in vielen Dimensionen veränderten gesellschaftlichen Umgang mit



Sterben, Tod und Trauer führen (müssen). Die emotionale Zuwendung der Mitarbeiter, sowohl zu den zu versorgenden Menschen als auch zu deren Angehörigen und Zugehörigen, birgt für die Mitarbeiter als mögliche Folge von eigener und miterlebter Trauer die Gefahr, körperlich und/oder psychisch sehr stark belastet zu werden oder auch zu erkranken. Nahezu alle Pflegekräfte in der stationären Altenhilfe sind mit (arbeitsbedingten) Trauergefühlen konfrontiert. Das „Recht zu trauern“ wird ihnen dabei jedoch nur selten zugestanden.

In unserer Studie haben wir Mitarbeiterinnen der 10 ausgewählten Einrichtungen (n = 617) der Altenhilfe der Stiftung Liebenau<sup>5</sup> befragt. Es sind alle in der stationären Pflege relevanten Berufsgruppen bzw. Funktionen in der Erhebung vertreten, d.h.: Sozialbereich, Verwaltung, Leitungsfunktion, soziale Betreuung nach (§87b SGX XI), Hauswirtschaft und Pflegebereich (Altenpflege, Krankenpflege und Pflegehelfer).

In der Auswertung wurden diese Mitarbeiter in „Hands-On“ und „Non Hands-On-Mitarbeiter“ eingeteilt. Als Hands-On-Mitarbeiter zählen alle, die direkt mit und „am“ Bewohner arbeiten und deren Tätigkeit sich u. a. durch direkte körperliche und intensive emotionale Kontakte zu den Bewohnern kennzeichnet: Altenpflege, Pflegehelfer, Krankenpflege, sowie Mitarbeiterinnen in der sozialen Betreuung (nach § 87b SGB XI) und Mitarbeiter, die in einer Mehrfachqualifikation beschäftigt sind: d. h. Mitarbeiter, die z. B. neben ihrer Leitungsfunktion weiterhin im pflegerischen Handlungsfeld tätig sind.

Zu den Non Hands-On-Mitarbeiter zählen Mitarbeiter, die in ihrer Funktion (Hauswirtschaft, Verwaltung, Sozialbereich usw.) in einem mittelbaren Kontakt mit den Bewohnern stehen.

#### **Ausgewählte Ergebnisse der Befragung:**

- Von insgesamt 617 Mitarbeitern haben 259 den Fragebogen ausgefüllt. Die Rücklaufquote liegt somit bei 42%.
- 88% derjenigen, die den Fragebogen ausgefüllt haben, sind weiblich; 12% männlich.
- Die Gruppe der Hands-On-Mitarbeiter bildet mit knapp über 65% die größte Funktionsgruppe, d. h.: nahezu 2/3 der Mitarbeiter, die den Fragebogen ausgefüllt haben, sind in einer Hands-On-Funktion beschäftigt.

---

<sup>5</sup> Die Altenhilfe der Stiftung Liebenau Deutschland ist der regionale Kooperationspartner des Forschungsprojekts. Sie betreibt neben zahlreichen ambulanten Diensten und innovativen Quartiersprojekten 31 Altenpflegeheime in Deutschland mit insgesamt 1.751 Pflegeplätzen und beschäftigt 1.732 Mitarbeiter. (Die Angaben über Pflegeplätze und Mitarbeiterzahl beziehen sich auf das Jahr 2010).

### Belastungserleben der Mitarbeiter

Alle Mitarbeiterinnen sind in der Erhebung (siehe Ausschnitt aus dem Fragebogen) auf einer Skala von 0 (gar nicht) bis 10 (sehr stark) danach gefragt worden, wie hoch sie durch Sterben, Tod und Trauer ganz allgemein belastet sind.

- Mitarbeiterinnen, die nicht in einer Hands-On-Funktion (N = 87) beschäftigt sind (also in der Verwaltung, der Hauswirtschaft, im Sozialbereich usw.), haben einen durchschnittlichen Belastungswert von 4,0
- Mitarbeiter, die in einer Hands-On-Funktion beschäftigt sind (n = 167) haben einen durchschnittlichen Wert von 4,6
- Dieser Wert erhöht sich bei Hands-On-Mitarbeitern, die außerhalb des Hospizes beschäftigt sind (n = 153), auf einen durchschnittlichen Wert von 4,8,
- Für Mitarbeiter, die ausschließlich im Hospiz beschäftigt sind (n = 12), ergab sich der niedrigste Durchschnittswert von 3,4.

### Geschlechtsspezifische Unterschiede des Belastungserlebens:

Tabelle 4 zeigt, dass es statistisch signifikante geschlechtsspezifische Unterschiede gibt: Männer geben durchschnittlich einen wesentlich geringeren Belastungswert an als Frauen.

**Tabelle 4: Allgemeine Belastung durch Sterben, Tod und Trauer in der stationären Pflege nach Geschlecht (alle Mitarbeiter)**

[von 0 (keine Belastung) bis 10 (sehr hohe Belastung)]			
Geschlecht	Mittelwert	N	<b>Statistisch signifikanter Zusammenhang zwischen dem Geschlecht und der allgemeinen Belastung (p = 0,003)</b>
Männer	3,2	27	
Frauen	4,6	217	
<b>Insgesamt</b>	<b>4,4</b>	<b>244</b>	

Dieses Ergebnis korrespondiert mit der Befragung von Trauernden, bei der Männer ebenfalls einen statistisch signifikant niedrigeren Belastungswert aufweisen als Frauen. Weshalb haben Männer in der stationären Altenpflege ein durchschnittlich geringeres Belastungserleben als Frauen? Anhand von Interviews mit Experten können wir drei mögliche (hypothetische) Einflussfaktoren nennen:

- Es gibt ein geschlechtsspezifisches Antwortverhalten, d.h. Männer spüren möglicherweise die Belastungen ebenso stark wie Frauen, geben aber (unbewusst) geringere Werte an.
- Frauen und Männer haben generell andere Strategien im Umgang mit emotionalen Belastungen.
- Eventuell gehen Frauen sensibler mit dem Thema Sterben, Tod und Trauer um und empfinden deshalb eine höhere Belastung.

#### **Berufs- bzw. funktionsspezifische Unterschiede des Belastungserlebens:**

Tabelle 5 zeigt, dass es auch berufs- bzw. funktionsspezifische Unterschiede bei den Belastungswerten gibt. (Für diese Berechnung wurden ausschließlich die sog. Hands-On-Mitarbeiter herangezogen.)

**Tabelle 5: Belastungen durch Sterben, Tod und Trauer in der stationären Pflege:  
Ausmaß der allgemeinen Belastung nach ausgewählten Berufsgruppen**

[von 0 (keine Belastung) bis 10 (sehr hohe Belastung)]		
<b>Berufsgruppenzugehörigkeit</b>	<b>Mittelwert</b>	<b>N</b>
Mehrfachqualifikation Pflege	5,2	18
Altenpflege	4,9	61
Pflegehelfer	4,8	46
Soziale Betreuung	4,1	15
Krankenpflege	3,7	27
<b>Insgesamt</b>	<b>4,6</b>	<b>167</b>

Die Tabelle weist aus, dass Mitarbeiter, die in einer Mehrfachqualifikation beschäftigt sind, einen deutlich höheren durchschnittlichen Belastungswert äußern (5,2) als die anderen Berufsgruppen. Dieser hohe Belastungswert wird vermutlich durch die hohe Verantwortung

beeinflusst, die diese Mitarbeiterinnen haben. Die meisten dieser Mitarbeiter sind in einer Leitungsfunktion beschäftigt. Sie stehen daher einerseits dem Träger gegenüber in einer besonderen Verantwortung, andererseits aber auch dem Personal und natürlich auch den Bewohnern gegenüber, zu denen sie in unterschiedlichem Bezug stehen. Sie sind gewissermaßen in einer „Sandwichfunktion“ und daraus resultiert ein funktionaler Zusammenhang mit der Belastung.

Auffallend ist bei diesen Werten vor allem das deutlich geringere Belastungserleben von Mitarbeiterinnen, die eine Qualifikation in der Krankenpflege haben. Diese haben mit einem durchschnittlichen Belastungswert von 3,2 ein deutlich niedrigeres Belastungserleben als die jeweils anderen Berufsgruppen.

Verschiedene Gründe können für dieses Ergebnis verantwortlich sein:

- Berufsmotivationale Gründe: Bei der Entscheidung und Wahl des pflegerischen Berufes bzw. bei der Wahl des entsprechenden Handlungsfeldes haben unterschiedliche motivationale Gründe einen Einfluss, welche sich auch auf das Belastungserleben bzw. auf den Umgang mit dem Erleben von Sterben, Tod und Trauer auswirken.
- Berufssozialisatorische Gründe: Die Mitarbeiter der verschiedenen Berufsgruppen durchlaufen jeweils eine spezielle, auch das Belastungserleben prägende, berufliche Sozialisation.
- Handlungspragmatische Gründe: Die unterschiedlichen Berufsgruppen pflegen generell einen disziplinspezifisch anderen Umgang mit Problemen und Belastungen. Zu beachten ist jedoch, dass die Aufgabenfelder der Berufsgruppen der Hands-On-Mitarbeiter inhaltlich weitgehend gleich sind. Daher können diese Unterschiede keine Effekte der konkreten (pflegerischen) Tätigkeit sein.

### **Welchen Einfluss hat die Zahl der erlebten Todesfälle auf das Belastungserleben?**

In Zusammenhang mit dem Erleben von Sterben, Tod und Trauer in der stationären Altenhilfe taucht natürlich die Frage auf, ob die Zahl der erlebten Todesfälle, Sterbesituationen und Trauersituationen für hohe Belastungswerte verantwortlich ist.

Tabelle 6 zeigt das Ergebnis zur Klärung dieser Frage.

**Tabelle 6: Belastungen durch Sterben, Tod und Trauer in der stationären Pflege und Zahl der erlebten Todesfälle:**

Einrichtung/Heim	Belastung Mittelwert	N	Zahl der erlebten Todesfälle (letzte 12 Monate) Mittelwert
Hospiz	3,4	12	43,5
Einrichtung 1	3,4	23	7,0
Einrichtung 2	3,4	15	7,3
Einrichtung 3	3,8	32	8,7
Einrichtung 4	4,0	34	10,8
Einrichtung 5	4,2	21	6,1
Einrichtung 6	4,5	11	2,9
Einrichtung 7	4,8	20	10,9
Einrichtung 8	4,9	8	6,7
Einrichtung 9	5,2	28	7,4
Einrichtung 10	5,4	30	12,8
Einrichtung 11	6,1	19	7,1
<b>Insgesamt</b>	<b>4,4</b>	<b>253</b>	<b>10,6</b>

#### Erklärung der Tabelle:

Wir haben alle Einrichtungen bzw. Heime anonymisiert, die an der Befragung teilgenommen haben; Ausnahme ist das stationäre Hospiz.

„Belastung Mittelwert“ zeigt den Durchschnittswert im Belastungserleben der Mitarbeiter in der jeweiligen Einrichtung an.

„N“ zeigt an, wie viele Befragte in der jeweiligen Einrichtung zu dieser Frage eine Angabe gemacht haben.

Bei den Todesfällen ist in der Tabelle die Zahl der Todesfälle angegeben, die von den Antwortenden durchschnittlich in den letzten 12 Monaten in der jeweiligen Einrichtung erlebt wurde. Rot hervorgehoben sind diejenigen Einrichtungen, bei denen die Berechnung ergab, dass die Antwortenden durchschnittlich mehr als 10 Todesfälle im letzten Jahr vor der Befragung erlebt haben.

Die Tabelle wurde vom niedrigsten bis zum höchsten durchschnittlichen Belastungswert geordnet.

Auffallend ist, dass die Zahl der durchschnittlich erlebten Todesfälle keinen Einfluss auf den Wert der durchschnittlichen Belastung hat. Besonders deutlich wird das bei den Werten im Hospiz, das wir als „Kontrollgruppe“ genutzt haben: Hier wurden durchschnittlich 43,5 Todesfälle im Jahr 2010 erlebt, dennoch liegt der Mittelwert der Belastung im untersten

Bereich bei 3,4.

Das Belastungserleben hängt also nicht von der Anzahl der Todesfälle ab, es müssen andere Faktoren hierfür verantwortlich sein.

## **Fazit**

Insgesamt lässt sich feststellen, dass Trauernde, die Trauerbegleitung in Anspruch genommen haben, eine signifikant stärkere Verringerung der durch die Trauer erlebten Belastungen wahrnahmen – im Vergleich zu Trauernden ohne Begleitung.

Wenn die einzelnen Wirkungsbereiche im Detail separat betrachtet werden, zeigten sich in allen Bereichen signifikante Verbesserungen. Ausnahme ist die Belastung durch Schuld- und Schamgefühle, bei der keine statistisch signifikanten Effekte zu erkennen sind.

Unterschiede bei den Wirkungen der Trauerbegleitung hinsichtlich der unterschiedlichen Formen der Begleitung (Einzelbegleitung, Trauergruppe, Trauer-Café) haben sich nicht ergeben.

Unterteilt man die Trauernden, die Trauerbegleitung genutzt haben, rechnerisch jedoch in zwei Gruppen, nämlich in diejenigen, die oberhalb und die unterhalb des statistischen Mittelwerts der Gesamtbelastung zum Zeitpunkt nach dem Todesfall liegen, dann zeigt nur die Gruppe mit den Werten oberhalb des Durchschnittswertes der Gesamtbelastung eine statistisch signifikante Verbesserung durch die Trauerbegleitung. Das heißt nicht, dass die andere Gruppe keine Entlastung erfährt: Das Maß der Entlastung ist jedoch statistisch nicht signifikant. Damit werden andere Forschungsergebnisse mit ähnlichen Befunden bestätigt.

Trauer, der Umgang mit Trauer und die Wirkungen von Trauer betreffen nicht nur das Erleben von Sterben und Tod in der Familie oder im sozialen Umfeld, sondern wirken (indirekt) auch in Handlungsfeldern der Gesellschaft, in denen berufliche Kontexte zum Sterben und zum Tode bestehen. Auch an diesen Orten sind Menschen von Trauer betroffen und die Wirkungen von Trauer können auch dort sehr belastend sein. Und auch dort bedarf es der Überlegungen und Konzepte, wie man Menschen, die Trauer erleben, unterstützen und begleiten kann.