

# Das Lebensende spielerisch erkunden?

## Ein Beitrag zum Advance Care Dialogue

MICHAEL ROGNER  
ELISABETH SOMMERAUER

Haben Sie sich schon einmal überlegt, wie es sein wird, wenn Ihr Leben zu Ende geht? Wer für Sie sprechen könnte, wenn Sie es nicht mehr können? Was Ihnen dann wichtig sein wird?

Wir wissen: Unsere Lebenszeit ist begrenzt und es ist eine Illusion zu glauben, dass das Leben(sende) bis ins Detail planbar ist. In der letzten Lebensphase können wir Entscheidungen häufig nicht mehr alleine treffen und auch die Selbstbestimmung ist kein Selbstläufer. Vorausplanung ist en vogue und bestimmt unseren Alltag: vom Versicherungsschutz bis zur finanziellen Vorsorge und nun auch noch das Lebensende. Advance-Care-Pläne, Qualifizierungskurse und eine Vielzahl an Dokumenten sind in den letzten Jahren zum Themenfeld Advance Care Planning (ACP) entstanden. Manches davon wertvoll, manches weniger. ACP-Initiativen haben im deutschen Sprachraum Konjunktur und dabei können „ethische Reduktionismen“ wie die Verkürzung des „Care“-Begriffs auf „Behandlung“, die überzogene Vorstellung der Bedeutung der Autonomie oder die Verengung des möglichen Gesamtbereichs ethischer Fragen und ethischer Inhalte auf moralische Dilemmata bei Behandlungsentscheidungen am Lebensende beobachtet werden (Schuchter/Brandenburg/Heller, 2018).

Fragen der Alltagsethik (die kleinen Dinge des Lebens wie wahrnehmen, zuhören, sprechen) sowie der Reflexion des Begriffs der Sorge (für mich und für andere) spielen oft eine untergeordnete Rolle. Sie sind jedoch von zentraler Bedeutung. Wir müssen Gespräche (Dialoge) am und zum Lebensende im Sinne von Zuhören und Erzählen fördern. Wir müssen Sorgegespräche (Care Dialogue) in die Lebenswelt der Beteiligten bringen, um dort anknüpfen zu können. Und wir müssen diese Sorgegespräche als wichtigen Schritt im ACP mitdenken, inkludieren und ergänzen – und zwar ohne „Ergebniserwartung“.

In diesem Beitrag beschäftigen wir uns mit der Idee der Sorgegespräche und stellen zwei Hilfsmittel dazu vor:

- den **Leitfaden** „Gemeinsam Sorge tragen – vorausschauende Gespräche führen“ und
- das **Kartenspiel** „Richtig Wichtig – mein Leben, meine Wünsche, mein Weg“.

**Das Prinzip von Care-Dialogen besteht darin, dass Menschen über ihre Geschichten miteinander in Beziehung treten, ohne Lösungen zu suchen und Ratschläge zu erteilen.**

### Vorausschauende Sorgegespräche führen (Advance Care Dialogue)

Das Prinzip von Care-Dialogen besteht darin, dass Menschen über ihre Geschichten miteinander in Beziehung treten, ohne Lösungen zu suchen und Ratschläge zu erteilen. Dies mit dem Ziel, eine vertrauensbildende Atmosphäre zu schaffen und Menschen mit Themen in Beziehung zu bringen, die sie bewegen (Schuchter/Brandenburg/Heller, 2018). Sorgegespräche kann man nicht verordnen, man muss sie führen wollen. Wer glaubwürdig sein will, muss den Dialog suchen. Zuhören und Erzählen (lassen) sind wichtige Fundamente sinnstiftender Sorgegespräche. Und wichtiger denn je: Jeder und jede kann diese Gespräche führen. Es gibt hier keine Zugangskriterien, es muss nicht effizient sein und es müssen keine Lösungen präsentiert werden. Wir wären gut beraten, wenn wir die Kompetenz, Sorgegespräche zu führen, zunehmend von der Institution an die „sorgende“ Gesellschaft (also an uns alle, in die Familien, in die Kommune, in unser Netzwerk) zurückgeben – also dorthin, wo sie (auch) hingehören. Das würde sowohl die „Caring Communities“ als auch die Institutionen unterstützen und stärken.

### „Gemeinsam Sorge tragen“ – Fragen, die leiten können

Unser Leben ist wie ein Buch, das wir selbst geschrieben haben – vielfältig, einmalig und voller Erinnerungen. Wir können immer nur ein Kapitel nach dem anderen schreiben, sie sind geprägt von den Höhen und Tiefen unserer Lebensgeschichten; die einen spannend und



**Wer glaubwürdig sein will, muss den Dialog suchen. Zuhören und Erzählen (lassen) sind wichtige Fundamente sinnstiftender Sorgegespräche.**

abwechslungsreich, die anderen ruhig und unspektakulär. Wir können vorab unsere Wünsche und Träume formulieren und im Nachhinein sehen, was daraus geworden ist. Auf manches sind wir stolz, andere Kapitel werden wir unter „daraus konnte ich lernen“ ablegen. Die letzten Kapitel unseres Lebens sind noch nicht geschrieben, das Buch noch nicht geschlossen und doch ist das Bisherige eine wichtige Orientierung für unser Umfeld.

Um den Einstieg für Sorgegespräche zum Lebensende zu erleichtern, ist in den Pflegeheimen der LAK (Liechtensteinische Alters- und Krankenhilfe) seit 2015 der Leitfaden „Gemeinsam Sorge tragen“ in Anwendung. Neben offenen Fragen zu Sorgen, Wertvorstellungen und Überlegungen hinsichtlich der letzten Lebensphase beinhaltet der Leitfaden auch Aspekte der würdezentrierten Therapie von Chochinov (2017). Diese Gespräche werden von den pflegerischen Bezugspersonen angeboten und auf Wunsch durchgeführt. Mehr als 50 % der Bewohnerinnen und Bewoh-

ner nehmen sie in Anspruch. Der Leitfaden beinhaltet nicht alles, was besprochen werden kann, sondern stellt Ideen und Orientierungspunkte in Form von offenen Fragen zur Verfügung, die eine Grundlage für Gespräche sein können.

**Auszüge aus dem Leitfaden „Gemeinsam Sorge tragen“**

- Was gibt Ihnen derzeit ein gutes Gefühl oder bereitet Ihnen Freude?
- Was haben Sie über das Leben gelernt, das Sie gerne weitergeben möchten?
- Welche Erfahrungen haben Sie im persönlichen Umfeld mit schwer erkrankten Menschen oder Menschen am Lebensende gemacht? Was möchten Sie anders haben?
- Gibt es bestimmte Dinge, die Ihre Familie über Sie wissen sollte?
- Gibt es Menschen (Familie, Freunde, Bekannte etc.), denen Sie etwas Wichtiges mitteilen möchten (Danke sagen, verzeihen, entschuldigen, klären etc.)?

Der Leitfaden „Gemeinsam Sorge tragen – vorausschauende Gespräche führen“ kann unter folgendem Link gratis bezogen werden:  
<https://www.lak.li/ueber-uns/downloads/>

Sich Zeit zu nehmen ist wichtig. Die Fragen können über einen längeren Zeitraum hinweg besprochen werden. Trotzdem: Auch ein einziges Gespräch kann einen großen Unterschied machen. Es gibt nicht den einen richtigen Zeitpunkt, solche Gespräche zu führen. Jedoch sollte man Angebote machen und „Trigger“ erkennen. Da sich die persönliche Situation verändern kann, lohnt es sich, von Zeit zu Zeit den Leitfaden wieder zur Hand zu nehmen. Entgegen der Erwartung mancher zeigt sich, dass diese Gespräche auch für Menschen mit Demenz und ihre An- und Zugehörigen möglich sind und zudem eine positive Wirkung haben.

## „Richtig wichtig“ – das Lebens- ende spielerisch erkunden

Der Gesprächseinstieg ist nicht immer einfach. Das Ziel besteht also darin, einen einfachen, niederschweligen Zugang zum Thema zu finden. Aus diesem Grund wurde das Kartenset bzw. Spiel „Richtig Wichtig – mein Leben, meine Wünsche, mein Weg“ entwickelt. Das Spiel wird der Kategorie „Serious Games“ zugeordnet. Das ist die Bezeichnung für Spiele, die nicht primär für die Unterhaltung, sondern für einen bestimmten Zweck entwickelt wurden.

Drei Ziele wurden bei der Entwicklung des Spiels verfolgt:

- Es muss einfach und niederschwellig sein.
- Es ist unabhängig vom Alter und der derzeitigen Lebenssituation anwendbar.
- Es kann sowohl in der Familie, in Teams, in Partnerschaften, für Einzelpersonen als auch in Institutionen eingesetzt werden.

In die Entwicklung von „Richtig Wichtig“ waren über 30 Personen aus verschiedenen Bereichen und unterschiedlichen Alters eingebunden (Pflegepersonen, Palliative-Care-Fachpersonen, Hospizbegleiterinnen und Hospizbegleiter, Seelsorger, Privatpersonen etc.). Diese testeten das Spiel in der praktischen Anwendung anhand von Analysefragen. Diese wurden anschließend systematisch ausgewertet und die Karten sowie die Spielvarianten inhaltlich adaptiert. Eine Grafikagentur unterstützte die Gestaltung des Spiels und ein Spielehersteller übernahm die Produktion. Durch eine Spende wurde die kostendeckende Finanzierung sichergestellt.



### Ein Spiel – drei Varianten – unzählige Möglichkeiten

Das Spiel „Richtig Wichtig“ besteht aus einem Set von 28 Karten (plus einem Joker) und einem doppelseitigen Spielplan.

Auf jeder Karte steht eine Aussage (Bsp. „In meiner gewohnten Umgebung zu sterben“ oder „Zu wissen, wie es um mich steht“).

Im ersten Schritt werden die Karten danach beurteilt, ob die Themen „sehr wichtig“, „wichtig“ oder „weniger wichtig“ sind.

In einem zweiten Schritt kann ausgewählt werden, ob die „sehr wichtigen“ Themen noch zu „besprechen“ oder zu „dokumentieren“ sind bzw. ob diese zwar sehr wichtig, aber „bereits erledigt“ sind. Somit findet eine erste Auseinandersetzung statt.

Die zusätzlich enthaltenen Dokumentationsblätter helfen dabei, die als „sehr wichtig“ identifizierten Themen weiter zu vertiefen und die „Momentaufnahmen“ zu dokumentieren.

### Die Spielvarianten:

**Variante 1:** ein Spieler: siehe oben

**Variante 2:** zwei Spieler:

Beide Spieler sortieren nacheinander die Karten, um die wichtigsten zehn Themen herauszufinden. Danach wird verglichen.

**Variante 3:** in einer Gruppe oder im Team: geeignet für ein Stimmungsbild, Diskussionen oder Erfahrungsaustausch in Teams.

Die Karten wurden mit farbigen Punkten versehen (rot: körperlich, gelb: sozial, blau: spirituell, grün: psychisch), um einerseits die verschiedenen Ebenen von Palliative Care zu verdeutlichen, andererseits um herauszufinden, wo die Schwerpunkte liegen und wer potenzielle Gesprächspartner für weiterführende Gespräche sind.

#### Infos und Bestellmöglichkeit

Das Spiel „Richtig Wichtig“ kann unter [www.richtig-wichtig.li](http://www.richtig-wichtig.li) bezogen werden.

**Menschen treten über Geschichten miteinander in Beziehung. Dieses Prinzip der Sorgegespräche muss in die Lebenswelt der Beteiligten getragen werden, um genau dort anzuknüpfen.**

**Erfahrungen in den deutschsprachigen Ländern**

Die auf den ersten Blick ungewöhnliche Kombination von Spiel und Lebensende kann als Grundlage für Sorgegespräche zum Lebensende verwendet werden. Das große Potenzial liegt im spielerischen Zugang. Die Anwendung in den Liechtensteinischen Pflegeheimen zeigt, dass die Einfachheit von „Richtig Wichtig“ den Gesprächseinstieg tatsächlich erleichtert. Schon der Name macht neugierig, manche Bewohnerinnen und Bewohner beginnen zu erzählen, andere greifen ein Thema auf, das sie aktuell beschäftigt, und auch An- und Zugehörige sind häufig bereit, sich auf das Gespräch einzulassen. Die Aussagen auf den Karten sind kurz und einfach formuliert und schneiden jeweils ein Thema an. Die Gesprächsdauer kann sehr einfach der Verfassung angepasst werden und das Gespräch gegebenenfalls zu einem späteren Zeitpunkt fortgesetzt werden. Es ist schön zu beobachten, wie sich bei jedem Einsatz der Karten unterschiedlichste Gespräche entwickeln. Bewohner und Bewohnerinnen beginnen tatsächlich über die Dinge zu erzählen, die für sie wichtig sind und im Fokus stehen.

Eingesetzt wird „Richtig Wichtig“ auch bei internen Weiterbildungen zur Sensibilisierung der Pflegepersonen, die vorausschauende Sorgegespräche führen und begleiten. Sich selbst mit der eigenen Endlichkeit auseinanderzusetzen und die unterschiedlichen Ansichten und Aspekte im Team zu reflektieren, versetzt in die Lage der Bewohnerinnen und Bewohner und lässt erfahren, wie schwierig es sein kann, wenn es um die eigene letzte Lebensphase geht. Kolleginnen in Luxemburg nutzten das

Kartenset ebenso für Gruppendiskussionen in Palliative-Care-Weiterbildungen wie Mitglieder eines mobilen Palliative-Teams in Deutschland. Zudem wurden Workshops für Laien durchgeführt, die sich Gedanken zu ihrem Lebensende machen möchten, Erfahrungen in Trauerrunden in Österreich gesammelt und Netzwerktreffen im öffentlichen Raum in der Schweiz geplant, wo das Spiel öffentlich gespielt werden kann. Die Einfachheit des Spieles erfordert keinerlei Vorkenntnisse und die verschiedenen Spielvarianten ermöglichen einen flexiblen Einsatz in den unterschiedlichsten Settings.

**Was bleibt?**

Menschen treten über Geschichten („Stories“) miteinander in Beziehung. Dieses Prinzip der Sorgegespräche (Care-Dialogue) muss in die Lebenswelt der Beteiligten getragen werden, um genau dort anzuknüpfen. Das ist auch kein Widerspruch zu ACP, sondern im Sinne einer ehrlichen Auseinandersetzung mitzudenken und zu inkludieren. Einfache Hilfsmittel können die „sorgende“ Gemeinschaft dabei unterstützen. Die Erfahrungen haben gezeigt, dass ein spielerischer Zugang eine gute Möglichkeit darstellen kann. Ganz im Sinne von „plug and play“: das Spiel aufmachen, die Karten auslegen und spielen. Das Gute bei diesem Spiel ist: Es gibt keine Verlierer. 

**Literatur**

Bischofberger-Leihmann, A. / Rogner, M. / Fringer, A.: Kernpunkte von „Advance Care Planning“ im Pflegeheim. In: Fringer, A. (Hrsg): Palliative Versorgung in der Langzeitpflege. Entwicklungen, Möglichkeiten und Aspekte der Qualität, Bern 2016, S. 221–232.

Chochinov, H. M.: Würdezentrierte Therapie. Was bleibt – Erinnerungen am Ende des Lebens, Göttingen 2017.

Rogner, M.: Gemeinsam Sorge tragen. Perspektiven, Potenziale und Gefahren von Advance Care Planning, In: Praxis Palliative Care 37, 2017, S. 33–35.

Schuchter, P. / Brandenburg, H. / Heller, A.: Advance Care Planning (ACP) – Wider die ethischen Reduktionismen am Lebensende. In: Zeitschrift für Medizinische Ethik 64, 2018, S. 213–232.

**Michael Rogner** ist Leiter der Pflegeentwicklung der Pflegeheime der Liechtensteinischen Alters- und Krankenhilfe (LAK). Diplomierter Gesundheits- und Krankenpfleger. Studium der Pflegewissenschaft und Universitätslehrgänge in Organisationsethik und Pflegemanagement. Mitentwickler der Palliative Care Box von CURAVIVA Schweiz.  
E-Mail: michael.rogner@lak.li; www.lak.li

**Elisabeth Sommerauer** ist Leiterin einer integrativ-geriatrischen Station der Liechtensteinischen Alters- und Krankenhilfe (LAK). Sie absolvierte Lehrgänge in Palliative Care und Management. Zudem entwickelte sie mit einem Team das Kartenspiel „Richtig Wichtig“ für vorausschauende Gespräche und gewann damit den schweizerischen Viventis-Pflegepreis.  
E-Mail: elisabeth.sommerauer@lak.li; www.lak.li