



Der Mann, der „Letzte-Hilfe-Kurse“ gibt

Begleitung. Martin Prein vermittelt, wie man Trauernde unterstützt und den Toten begegnet

Der Tod ist groß – wenn er ins Leben tritt, sind die Hinterbliebenen schmerz erfüllt und hilflos. Was aber können Mitmenschen in solchen Momenten tun? Das versucht der Thanatologe und Notfallpsychologe Martin Prein in seinen „Letzte-Hilfe-Kursen“ zu vermitteln. Darüber hat er nun auch ein Buch geschrieben – Untertitel: „Weil der Tod ein Thema ist“ (*Styria*, 22,00 Euro).

„Der Tod ist immer da, im näheren oder weiteren Umfeld – ob man selbst vom Ableben eines nahe stehenden Menschen betroffen ist, oder erlebt, dass ein Freund, ein Kollege, ein Verwandter jemanden verloren hat. Es ist also wichtig, zu wissen, was wir da füreinander tun können“, sagt Prein. Ginge es nach ihm, sollte jeder Mensch einen Letzte-Hilfe-Kurs absolviert haben, als Pendant zum Erste-Hilfe-Kurs. Um zu erfahren, was man im Todesfall konkret tun kann. In erster Linie lehrt Prein, wie man mit dem Schmerz der Hinterbliebenen umgeht und den Trauernden begegnet, „auch wenn es kein Pauschalrezept für solche Augenblicke gibt“. Es geht ihm aber auch um pragmatisch-praktische Aufklärung – rechtliche Fragen oder darum, was mit dem Leichnam passiert.

Mythen eines Tabus

Wie Prein darauf kam? Der gelernte Rauchfangkehrer war bereits mit 17 Jahren Freiwilliger beim Roten Kreuz, machte eine Ausbildung in Krisenintervention, arbeitete als Bestatter, studierte Psychologie. „Dabei wurde ich oft mit dem Tod konfrontiert. Man fährt zum



MARTIN PREIN/HANNES RESCH

Prein: „Es gibt kein Schema-F für solche Augenblicke“

Einsatz, sieht da den Verstorbenen und dort die orientierungslosen Angehörigen. Eine große Aufgabe, in der man viel halten und aushalten muss“, erzählt Prein.

Eine der zentralen Fragen dreht sich dabei um den toten Körper selbst: Was löst ein Leichnam bei den Lebenden

aus? Ein sensibler Punkt, der das „Leichen-Tabu“ berührt.

Denn laut Prein geht von den Toten nach wie vor eine enorme Wirkmacht aus, damit sind viele Mythen und Ängste verbunden. „Zunächst ist da dieses Memento mori, dieses Bewusstwerden, dass man auch selbst eines Tages sterben wird. Wenn wir den Toten ansehen, ist außerdem sehr schwierig zu begreifen, was da gerade geschehen ist, was nicht mehr da ist, das vorhin noch da war.“ Und es wird vieles an Mythen in den Leichnam projiziert. Prein spricht von der „Strahlkraft der Leiche“. Bestattern wurde

in Altersheimen einst bei der Begrüßung von den Pflegekräf-

ten nicht einmal die Hand gegeben, weil sich damit etwas „übertragen“ könne. „Sie werden außerdem viele Omas finden, die bestätigen, dass Schwangere einen Toten nicht anschauen durften“, sagt Prein. Der Volksglaube sei nach wie vor voll mit solchen Geschichten. „Der einzige Unterschied zu früher: Man spürt’s nicht mehr so, weil heute vor allem in Institutionen gestorben wird.“

Abschiedskultur

Offenbar werden hier sehr tiefe Seelenschichten berührt. „Umso wichtiger ist es, dass Menschen verstehen, warum es ihnen beim Anblick eines Toten so geht. Und dass das alles sein darf.“ Warum? „Weil das unsere Abschiedskultur beeinflusst. Das Leichentabu ist einer der (unbewussten) Gründe, warum das leibliche Verabschieden der Hinterbliebenen von den Toten kaum mehr stattfindet“, sagt Prein. Ein, in manchen Fällen, wichtiger Prozess. Prein: „Wir lernen im Letzte-Hilfe-Kurs Menschen in die Lage zu versetzen, selbst entscheiden zu können, ob er sich vom Toten verabschieden möchte oder eben nicht.“ Was er ebenfalls vermittelt: „Dass man Hinterbliebenen keinen Gramm Schmerz wegnehmen kann. Man möchte so viel sagen, weiß aber nicht wie. Wir dürfen aber sprachlos sein. Oft fühlen sich die Trauernden in ihrem Schmerz dadurch sogar mehr verstanden und angenommen. Wir brauchen in solchen Begegnungen keine Heldinnen und Helden, sondern demütige Menschen, die einfach nur da sind.“

GABRIELE KUHN

