



Jeder trauert anders und individuell – dabei gibt es männliche wie weibliche Besonderheiten.

Foto: stock/Franziska Poreski

# Frau Trauer, Herr Tod

Wie gehen Männer und Frauen mit dem nahen Ende des Lebens um – dem eigenen wie dem ihrer Partner, Freunde und Angehörigen? Sterben und Trauern sind individuelle Vorgänge und doch geschlechtsspezifisch.

VON WALTER SCHMIDT

**F**ragt man einen Mann, zumal einen traditionell erzogenen, wie es ihm gehe, bekommt man nicht selten zu hören: „Es muss.“ Bei Männern muss es halt meistens – auch wenn der eigene Tod naht oder der eines nahen Menschen zu betrauern ist. „Männer sind die großen Verdrängungskünstler“, hat Cornelia Wolff erfahren können. Die Sozialpädagogin hilft seit 15 Jahren als ausgebildete Palliativpflegerin im Raum Mönchengladbach todkranken Menschen beim Sterben und Angehörigen beim Trauern.

Im Umgang mit dem Lebensende „zeigen sich die gleichen Unterschiede zwischen den beiden Geschlechtern wie generell im Umgang mit Belastungssituationen“, sagt Professor Christof Müller-Busch, Leitender Arzt der Abteilung für Anästhesiologie, Schmerztherapie und Palliativmedizin am Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe in Berlin. „Männer verdrängen stärker als Frauen die Konfrontation mit dem eigenen Tod wie auch mit dem Sterben anderer“, findet der Präsident der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin (lindernde statt heilende Medizin).

Müller-Busch weist jedoch auf etwas ganz Wesentliches hin: „Es ist ein großer Unterschied, ob jemand alt stirbt und auf ein langes, gelebtes Leben zurückblicken kann, oder ob jemand jung stirbt und Zukunftsperspektiven abgebrochen werden.“ Im zweiten Fall nämlich sei das Sterben bei Menschen beiderlei Geschlechts „mit sehr viel Kampf und Widerstand verbunden, was auch von den Angehörigen oft nur schwer ertragen und angenommen werden kann“.

Häufiger als Frauen wirkten Männer je-

doch „überlastet mit der Tatsache ihres herannahenden Lebensendes“, findet Gregor Linnemann, der das stationäre Johannes-Hospiz in München leitet. „Während Frauen eine deutlichere Hingabe an den Sterbeprozess und den Tod zeigen, scheinen Männer dazu zu neigen, auch in dieser Phase des Lebens noch gegen etwas ankämpfen zu müssen.“

Eine zufriedenstellende Lebensbilanz scheint für Männer noch wichtiger zu sein als für Frauen. Stimme die Bilanz aus Erreichtem und Versäumtem nicht, reagierten Männer öfter als Frauen mit Depressionen, berichtet Professor Eckart Hammer in seinem Buch „Männer altern anders“. Auch neigten alte Männer eher als alte Frauen dazu, „ihre Niedergeschlagenheit in verschiedenen Formen aggressiv auszulagern“. Auch gegen sich selbst.

## Altersphänomen Selbstmord

Über 75-Jährige brächten sich „elfmal so häufig ums Leben wie die unter 25-Jährigen“, berichtet der Sozialwissenschaftler, der an der Evangelischen Fachhochschule in Ludwigsburg Gerontologie lehrt. Zudem ist die Suizidquote der über 65-jährigen Männer mehr als zweieinhalbmal so hoch wie bei Frauen derselben Altersgruppe.

Als mögliche Gründe führt Hammer das Wegbrechen jener Säulen im Alter an, auf denen die männliche Identität ruht: also berufliches und sexuelles Leistungs-

vermögen, finanzielle Unabhängigkeit, ein stützendes soziales Netz sowie das Gefühl, gebraucht und geachtet zu werden. Männer, die sich vornehmlich als Versorger der Familie sehen, kommen oft nicht klar damit, hinfällig zu sein oder gar zum Pflegefall zu werden und anderen, zumal ihrer Frau, zur Last zu fallen. Oft geht der Lebenswille auch verloren, wenn die Partnerin früher gestorben ist – ein Tod, der nach Hammers Ansicht oft „nicht verkraftet wird“.

Beim Sterben naher Menschen zeigen Männer große Unterschiede zu Frauen – vor allem ältere Männer mit klassischem Rollenbild. „Mein Vater, ein stattlicher Mann, der auf mich stets tapfer und furchtlos wirkte, verdrängte bis zuletzt die Realität des nahenden Todes seiner Frau“, erzählt der Pädagoge Dr. Hermann Ehmann in seinem Buch „Männerängste“ vom Ende seiner aussichtslos sterbenskranken Mutter. „Noch zwei Tage vor ihrem Tod sagte er fast beschwörend zu ihr: ‚Wenn du wieder gesund bist, fahren wir schön weg, ja?‘“

Wenn ihre Frau im Krankenhaus oder Hospiz stirbt, „würden Männer den Ort des Geschehens am liebsten ganz schnell verlassen“, konnte der Palliativmediziner Müller-Busch beobachten. Das hänge zwar stark vom jeweiligen Menschen und der Qualität der Beziehung zum Verstorbenen ab, doch zeigten Frauen „eher das Bedürfnis, mit Ärzten oder Pflegern noch einmal zu sprechen oder vom Pflegepersonal noch einmal in den Arm genommen zu werden“.

Das heißt natürlich nicht, dass Männer nicht trauerten. „Sie trauern sich das bloß



Abschiednehmen tut weh – allen. Aber die Tränen sind meistens weiblich. Foto: stock/UPI Photo