Palliativphase > Kommunikation

Das Wichtigste in Kürze

Im Umgang mit Sterbenden sind insbesondere Sensibilität und Einfühlungsvermögen wichtig. Angehörige sollten den Kontakt nicht scheuen und die Kommunikation entsprechend den Wünschen und Möglichkeiten des sterbenden Menschen so weit wie möglich aufrechterhalten. Auch die nonverbale Kommunikation (z.B. Gesichtsausdruck, Berührung, Blickkontakt) ist wichtig für schwerstkranke und sterbende Menschen. Berührungen sollten jedoch nur erfolgen, wenn sie gewünscht oder für die betroffene Person erkennbar angenehm sind.

Kommunikation in der palliativen Begleitung

In der Palliativversorgung ist Kommunikation weit mehr als Informationsaustausch. Sie ist ein wesentlicher Bestandteil der Begleitung. Ziel ist eine offene, empathische Gesprächskultur, die den ganzen Menschen mit seinen Ängsten, Bedürfnissen und Hoffnungen wahrnimmt. Besonders Gespräche über Wünsche und Vorstellungen zur Versorgung am Lebensende erfordern Sensibilität und Respekt. Auch rechtliche Themen wie Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht sollten einfühlsam besprochen werden. Wenn Sterbewünsche geäußert werden, ist es wichtig, diese ernst zu nehmen und ohne Wertung zu verstehen. Todeswünsche können unterschiedliche Bedeutungen und Ursachen haben und sich im Verlauf verändern. Sie können Ausdruck von körperlichem oder seelischem Leiden, Angst, Kontrollverlust oder dem Wunsch nach Entlastung sein. Zugleich muss geklärt werden, ob eine akute Selbstgefährdung besteht. Bei entsprechenden Hinweisen ist unverzüglich ärztliche oder psychotherapeutische Hilfe erforderlich.

Angehörige spielen eine zentrale Rolle und benötigen ebenfalls Unterstützung, Information und Raum für ihre Gefühle. Informationen über die Erkrankung dürfen ihnen jedoch grundsätzlich nur mit Zustimmung des betroffenen Menschen gegeben werden. Angehörige sollen möglichst früh als Mitbetroffene wahrgenommen und nach ihrem eigenen Unterstützungsbedarf gefragt werden.

Kommunikation mit Sterbenden entsprechend ihren Bedürfnissen und Fähigkeiten sollte so lange wie möglich aufrechterhalten werden, auch nonverbal (siehe unten). Dabei kann es ebenso hilfreich sein, gemeinsam zu schweigen und die Anwesenheit des anderen auszuhalten. Insgesamt steht in der Palliativversorgung der Mensch im Mittelpunkt mit einer Kommunikation, die zuhört, versteht und verbindet.

Die nachfolgenden Empfehlungen sind mit Blick auf Angehörige formuliert, gelten aber für Hospizmitarbeitende und andere Begleitpersonen entsprechend.

Haltung zum sterbenden Menschen

Für eine gelingende Kommunikation mit dem sterbenden Menschen sollten sich Angehörige Folgendes bewusst machen und sich darum bemühen:

- Bereit sein, sich persönlich auf den kranken Menschen einzulassen.
- Zuhören, ohne zu bewerten.
- Offen und ehrlich miteinander umgehen.
- Den eingeschlagenen Weg des kranken Menschen, seine Wünsche und seinen Willen akzeptieren.
- Wissen um nonverbale Kommunikation und Körpersprache. Wer hier unerfahren ist, sollte sich nicht scheuen, z.B. Hospizmitarbeitende danach zu fragen.
- Rechte des sterbenden Menschen respektieren. Angehörige können sich besser in die Lage des Patienten versetzen, indem sie sich folgende Wünsche aus der Sicht des Patienten vorstellen. Welche davon tatsächlich wichtig sind, ist individuell und sollte nicht vorausgesetzt werden:
    - Ich bin ein lebendiger Mensch bis zu meinem Tod.
    - Ich will hoffen dürfen, auch wenn sich die Gründe für mein Hoffen verändern. Die Menschen, die mich begleiten, sollen mich dabei unterstützen.
    - Ich will meine Emotionen und Empfindungen durch den bevorstehenden Tod ausleben dürfen.
    - Ich will meine Therapie und Pflege mitbestimmen dürfen und habe bis zuletzt vollen Anspruch darauf.
    - Ich will nicht unnötig leiden müssen.
    - Ich will ehrliche und vollständige Antworten.
    - Meine religiösen Gefühle, Rituale und Wünsche sollen respektiert werden.
    - Meine Angehörigen sollen mir Beistand leisten. Sie sollen aber auch selbst Hilfe und Betreuung bekommen.
    - Ich will entscheiden, ob ich alleine sterben will oder nicht.
    - Ich möchte in Frieden und Würde sterben.

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

Nonverbale Kommunikation

Neben der verbalen Kommunikation (= sprechen) können Schweigen, Innehalten, Beobachten und körperliche Berührungen eine wichtige Rolle spielen. Auch ohne Worte zeigen Sterbende viel, z.B. durch Mimik, Gestik oder Körperhaltung.

Schon **kleine Gesten** des Angehörigen können zeigen: „Ich bin da" oder „Ich nehme dich wahr". Die Körperhaltung kann viel ausdrücken. Ruhiges und aufmerksames Sitzen am Bett vermittelt Nähe und Geborgenheit. Vorlesen zeigt den Wunsch, etwas Gutes zu tun. Ein Gespräch signalisiert echtes Interesse und Anteilnahme. Solche einfachen Zeichen können Trost spenden und dem kranken Menschen das Gefühl geben, nicht allein zu sein.

Ist keine verbale Kommunikation mehr möglich, können **bewusstes Berühren, Streicheln und Handauflegen** Nähe und Geborgenheit vermitteln. Hilfreich ist hier das Wissen um persönliche Vorlieben. Im Zweifel sollte die Berührung angekündigt und die Reaktion abgewartet werden.

Zu beachten sind schmerzende oder empfindliche Stellen. Die Reaktion des Patienten ist immer zu beobachten: Schwerstkranke können durch kleine Veränderungen der Mimik, der Atmung, der Muskelspannung oder der Körperhaltung Hinweise darauf geben, ob ihnen eine Berührung angenehm ist oder nicht. Bei Unsicherheit können Pflegefachpersonen zeigen, welche Berührungen geeignet sind und welche Körperstellen besser gemieden werden sollten.

Auch vertraute gemeinsame Gegenstände, z.B. Lieblingsbild, ein persönliches Erinnerungsstück oder Melodien, die an ein intensives Erlebnis erinnern, können Erinnerungen anregen und ein Gefühl von Vertrautheit vermitteln.

Professionelle Unterstützung

Angehörige müssen belastende Situationen nicht allein bewältigen. Professionelle Unterstützung kann sinnvoll sein, wenn der sterbende Mensch oder seine Angehörigen stark belastet sind, sich zurückziehen, große Angst oder anhaltende Verzweiflung zeigen oder ausdrücklich um Unterstützung bitten. Ein Rückzug oder tiefe Trauer sind für sich genommen jedoch nicht automatisch Anzeichen einer psychischen Erkrankung. Sie können auch Teil der Auseinandersetzung mit dem bevorstehenden Tod sein.

Es gibt keine pauschale Empfehlung, wer dann helfen kann. Hilfreich können z.B. Hospizhelfer (ambulante Hospizdienste), Seelsorger, Psychotherapeuten (Psychotherapie) oder Pflegekräfte/Ärzte sein.

Verwandte Links

Ratgeber Palliativversorgung

Palliativversorgung

Palliativpflege durch Angehörige

Beschäftigung in der finalen Lebensphase

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg