

Was Träume von Sterbenden bedeuten

Kurz vor dem Tod haben viele Menschen intensive Träume. In der Medizin galten sie lange als ein Zeichen der Verwirrung. Studien zeigen aber, dass das nicht stimmt und sie beim Abschiednehmen helfen können.

Florence sitzt am Küchentisch und spricht mit ihrem Mann und ihrer Tochter. Die beiden essen und lachen mit ihr, dabei sind sie seit Jahren tot. „Es hat sich so **real angefühlt**“, sagt Florence. Doch es war nur ein Traum. Angst hat sie nicht gehabt, im Gegenteil: sie spürte eine tiefe Ruhe. Fünf Tage später stirbt sie. Wie Florence berichten viele Menschen in den letzten Tagen oder Wochen ihres Lebens von besonders intensiven und realistischen Träumen.

In der Forschung gibt es dafür einen Namen: **End of Life Dreams and Visions**, kurz: ELDVs. Der US-amerikanische **Palliativmediziner** Christopher Kerr und sein Team haben über zehn Jahre lang mehr als 1400 Menschen in **Hospizen** befragt. Rund 90 Prozent berichteten mindestens einmal von solchen Träumen oder Visionen. Keiner war verwirrt, alle waren „ungewöhnlich klar und aufmerksam“, so Kerr. Religion **spielt** in den Träumen kaum **eine Rolle**. Wichtiger sind **universelle** Themen wie Liebe oder das **Bedürfnis nach Verbundenheit**.

Es gibt biologische Gründe dafür, dass ELDVs in den letzten Tagen oder Wochen vor dem Tod häufiger werden. Beim **Sterbeprozess** denken Menschen stärker über das nach, was ihnen am wichtigsten ist. „Je näher Menschen dem Tod kommen, desto häufiger **beziehen** diese Träume die **Verstorbenen ein**“, sagt Kerr. Manchmal werden im Traum auch alte Konflikte gelöst; das gibt den Sterbenden das Gefühl, ihr Leben kurz vor dem Tod **ordnen** zu können.

Auch Angehörigen können diese Träume helfen. Studien zeigen, dass sie den Abschied besser **verarbeiten** können, wenn sie davon erfahren. Kerr **bedauert**, dass man das Sterben aus dem Alltag **verdrängt** hat und es oft nur noch als **medizinischer Prozess** gesehen wird. „Beim Sterben geht es nicht um das **Versagen** einzelner **Organe**, sondern um den Abschluss eines Lebens“, erklärt er. Und am Lebensende wünschen sich Sterbende vor allem Nähe und dass jemand für sie da ist.

Autorin/Autor: Hannah Fuchs, Markus Hofmann

Glossar

Verwirrung, -en (f.) – die Tatsache, dass man nicht weiß, was man denken soll;
Adjektiv: verwirrt

Studien, -n (f.) – die wissenschaftliche Untersuchung zu einem bestimmten Thema

Abschiednehmen (n., nur Singular) – hier: sich von den Lebenden verabschieden

sich real an|fühlen – hier: das Gefühl haben, dass etwas echt ist

End of Life Dreams and Visions (nur Plural) – aus dem Englischen: ein Phänomen, das intensive und reale Träume kurz vor dem Tod beschreibt

Palliativmediziner, -/ Palliativmedizinerin, -nen – ein Arzt oder eine Ärztin, der/die Menschen am Lebensende begleitet

Hospiz, -e (n.) – eine Einrichtung, in der sterbende Menschen betreut werden

eine Rolle spielen – hier: wichtig sein

universell – hier: allgemeingültig; so, dass etwas für alle gleich ist

Bedürfnis nach Verbundenheit – der Wunsch, sich anderen nahe zu fühlen

Sterbeprozess (m., nur Singular) – die Zeit, in der ein Mensch stirbt

jemanden ein|beziehen – jemanden mitmachen lassen; jemanden nicht vergessen

Verstorbene, -n (m./f.) – der/die Tote; jemand, der gestorben ist

etwas ordnen – etwas regeln; etwas in Ordnung bringen

etwas verarbeiten – hier: etwas geistig bewältigen; etwas analysieren

etwas bedauern – etwas schade finden

etwas verdrängen – hier: versuchen, an etwas Schlimmes nicht mehr zu denken

medizinischer Prozess, -e (m.) – ein Ablauf in der medizinischen Behandlung

Versagen (n., nur Singular) – hier: die Tatsache, dass etwas nicht mehr funktioniert

Organ, -e (n.) – ein Teil im Inneren des Körpers, der eine bestimmte Funktion hat