

Wird diese Nachricht nicht richtig dargestellt, klicken Sie bitte [hier](#).

ANDERS HANDELN

Newsletter Nr. 37 vom 20. Oktober 2024

Gute Nachrichten – helfen die wirklich?



Liebe Leserin, lieber Leser,

fasten Sie schon oder immer noch oder verzichten sie ohnehin dauerhaft? Das ist natürlich eine ziemlich seltsame Frage. Genauso wie die Frage, ob gute Nachrichten wirklich helfen. Aber in dieser Ausgabe des *anders handeln*-Newsletters geht es eben um die deprimierenden Informationen, die täglich auf uns einströmen. Auf die möchte man ja gern mal verzichten. Informationen über Kriege und Katastrophen, über Umweltzerstörung und Artensterben, über Polarisierung und Hassverbrechen, über Radikalisierung und Terror, über Krankheiten, Leid und Tod. Und vor allem: Über die Dummheit der Menschen – der anderen Menschen natürlich. Und es geht in dieser Ausgabe um unseren Umgang mit diesen anscheinend unendlich vielen schlechten

Nachrichten. Ist Enthaltbarkeit eine gute Antwort darauf oder das Fokussieren auf die guten, die konstruktiven Nachrichten – die gibt es ja schließlich auch noch?

Irgendwo zwischen »Doomscrolling«, schönfärbendem Rosinenpicken bei der Nachrichtenauswahl und dem Kompletterzicht auf belastende Informationen verläuft wohl der Weg in diesen herausfordernden Zeiten. Wo genau, kann nur jeder und jede selbst für sich entscheiden. Es gibt kein Patentrezept im Umgang mit der Informationsflut, keines zumindest, das für jeden passt. Denn zu unterschiedlich sind Lebenssituation, Resilienz und Interesse. Deshalb ergibt es wenig Sinn, hier bestimmte Nachrichtendiäten zu empfehlen.

Schlechte Nachrichten zum Beispiel – und das ist nicht nur eine Binsenweisheit, sondern eine Aufgabenbeschreibung – wirken stärker als gute. Sie werden schneller verarbeitet und bleiben länger im Gedächtnis. Sie können Stress, Unruhe und Angst auslösen – und das sollen sie im Grunde auch. Im besten Fall setzen sie Energien frei, um auf die negativen Informationen zu reagieren. Schwierig wird es, wenn sie sich in der Wahrnehmung undifferenziert zu einer großen dunklen Flut vermengen. Und Gefühle der Machtlosigkeit und Verzweiflung auslösen.

Spätestens dann wird es Zeit, die eigene Aufmerksamkeit auch auf die guten Nachrichten in der Welt und um uns herum zu richten (siehe zum Beispiel unseren Medientipp in diesem Newsletter). Die gibt es nämlich auch, finden aber aus bekannten Gründen (»Only bad news are good news«) bisher oft nicht ihren Weg zu den Nachrichtenkonsument:innen. Das ändert sich aber gerade und selbst problembehaftete Themen können durch konstruktiven Journalismus eine andere Perspektive erhalten und eher motivieren als frustrieren.

Und was ist von einem dauerhaften Kompletterzicht auf Nachrichten zu halten? Die Leipziger Künstlerin Nadine Prange hat diesen Zustand in unserer Illustration oben eingefangen: Natürlich wird die Welt idyllischer, wenn wir sie nicht mehr wahrnehmen – aber nur in unserem Kopf. Unsere eigene virtuelle Realität. Reicht das? Was meinen Sie?

SAGEN SIE MAL, FRAU KINKEL ...

»ES GIBT AUCH GIER NACH SCHLECHTEN NACHRICHTEN«

Die Bestsellerautorin Tanja Kinkel ist vor allem für ihre historischen Romane bekannt. Jetzt hat sie einen Essay zur Klimakatastrophe veröffentlicht: »Wir alle sind Noah«. AZ-Redakteurin Sabine Henning hat sie nach positiven Botschaften gefragt.

Frau Kinkel, was ist für Sie eine gute Nachricht?

Tanja Kinkel: Eine Nachricht, die mich entweder zum Lächeln bringt oder mir Hoffnung macht.

Brauchen wir gute Nachrichten zum Überleben?

Tanja Kinkel: Auf jeden Fall, und nicht nur dazu. Man kann ohne gute Nachrichten existieren, aber nicht wirklich leben. Nun sind wir Menschen so konstruiert, dass uns Katastrophen, aber auch mildere schlechte Nachrichten, und sei es über das schlechte Wetter, meist schneller erreichen und mehr im Gedächtnis bleiben als die guten. Aber es sind die guten Nachrichten, die uns inmitten der schlechten die Kraft geben, über den eigenen Tellerrand und die eigene Misere hinauszublicken.

Erwächst aus guten Nachrichten eine Verpflichtung zum Handeln?

Tanja Kinkel: Ich denke schon. Nicht in dem Sinn, dass man selbst nach der Meldung, der Lieblingssportverein habe Erfolg gehabt, sofort eine Spende für Kinderhospize leisten sollte, um es überspitzt zu formulieren. Aber doch in dem folgenden Sinn: Ich habe mich heute über diese Nachricht gefreut. Gibt es jemandem, mit dem ich sie teilen kann? Oder kann ich jemandem auf andere Weise eine Freude machen, vielleicht einfach nur mit einem Anruf, der Frage, wie's gerade so geht, einer Einladung zu einem gemeinsamen Kinobesuch? Es muss nicht immer eine große Geste sein – auch kleine alltägliche Freundlichkeiten können von guten Nachrichten ausgelöst werden.

Wann wird es zu viel – und der Fokus auf positive Nachrichten wird zum Zweckoptimismus?

Tanja Kinkel: Wenn man die schlechten Nachrichten konsequent ausblendet. Natürlich verstehe ich den Impuls. Jeder und jede ist einmal in der Verfassung, einfach keine weitere üble Meldung auszuhalten. Dann ist es absolut das Richtige, sich eine nachrichtenfreie Zeit zu nehmen. Aber irgendwann sollte man sich der schlechten Nachricht stellen und braucht auch nicht so zu tun, als sei sie nicht wirklich schlecht. Im Gegenteil: Der Betroffenheit, der Trauer, auch der Wut Ausdruck zu verleihen, kann durchaus helfen. Nur am besten gegenüber Freunden und nicht auf den sozialen Medien.

Mögen wir »schlechte« Nachrichten nicht, weil sie uns zum Handeln auffordern und aus der Komfortzone drängen? Oder lehnen wir sie ab, weil sie uns häufig unsere Ohnmacht vor Augen führen?

Tanja Kinkel: Ich fürchte, es gibt durchaus auch Gier nach schlechten Nachrichten – so lange sie uns nicht selbst betreffen. Denken Sie an die berüchtigten Zuschauer bei Verkehrsunfällen oder Zugkatastrophen. Ich kann mich auch noch erinnern, wie ein Reporter tatsächlich »live« von einer Geiselnahme berichtete. Aber es stimmt, sobald die schlechten Nachrichten solche sind, die sich entweder auf uns selbst oder auf Menschen oder Angelegenheiten negativ auswirken, die uns wichtig sind, sperren wir uns instinktiv dagegen. Sie belasten uns. Das ist verständlich. Doch, siehe vorige Antwort: Sie für immer auszublenden, hilft auch nicht.

FUNDSTÜCK

WIR SCHALTEN LIVE ZU ...

Endlich mal der Welt oder zumindest sich selbst zeigen, welche Nachricht eine Sondersendung verdient: Mit dem »Breaking News Generator« von Jonathan Cresswell kann dieser Eindruck jedenfalls vermittelt werden.

Gefunden auf <https://www.breakyourownnews.com/>



DER FALL

JOURNALISMUS LIEBER MIT HAND – ODER BESSER MIT FUSS?

Nachrichten sollten ursprünglich Mitteilungen sein zum »Darnachrichten«, sagt das Grimmsche Wörterbuch. Aber was tun, wenn die Nachrichtenlage eher lähmt? Ist der »konstruktive Journalismus« eine Antwort?

»Sagen, was ist« – das ist seit Rudolf Augstein eine Zusammenfassung der Aufgabe von Journalistinnen und Journalisten. Aber es geht nicht nur ums »Was«, sondern auch um das »Wie«. Laut einer Umfrage des Reuters Institute for the Study of Journalism gaben im Jahr 2022 etwa 29 Prozent der befragten Medienkonsument:innen an, ihren Nachrichtenkonsum vermindert oder eingestellt zu haben, weil die größtenteils negative und konfliktbasierte Berichterstattung sie hilflos und resigniert zurücklasse und ihnen auf die Stimmung schlage. Dem entgegensteuern will der »konstruktive Journalismus«, der nach Lösungsansätzen und positiven Geschichten sucht und einen anderen Blickwinkel auf die Fakten ermöglicht. Ein Beispiel: Der ökologische Fußabdruck und der ökologische Handabdruck. In der Berichterstattung über den Klimawandel wird der ökologische Fußabdruck meist verwendet um zu

verdeutlichen, welchen negativen Einfluss der einzelne Mensch auf die Erde hat. Obwohl das Konzept als Indikator für Nachhaltigkeit gemeint war, liegt der Fokus bei der Erwähnung im Klimajournalismus auf den Gewohnheiten und Verfehlungen, die den ökologischen Fußabdruck vergrößern. Das kann aufrütteln und betroffen machen – oder dazu führen, dass schlechtes Gewissen die zukünftigen Handlungen lähmt oder Fatalismus eintritt. Der ökologische Handabdruck hingegen zeigt Möglichkeiten, die jede einzelne Person hat, um Emissionen zu reduzieren oder dem Klimawandel entgegenzuwirken: Repaircafés, Berichte über Carsharing-Gemeinschaften in der Nachbarschaft oder faires Einkaufen.

Welche Art der Berichterstattung sagt Ihnen mehr zu?

ZUR UMFRAGE

Wenn Sie noch weitere Gedanken zu dieser Frage haben, schreiben Sie uns an newsletter@andershandeln.de.

Die Ergebnisse der Umfrage und eine Auswahl von Leser:innen-Reaktionen werden in unserem nächsten Newsletter veröffentlicht.

VOM FRISEURBESUCH
BIS KANT – WIR TASTEN
UNS RAN AN DIE
UNANTASTBARE:
DIE WÜRDE.
JETZT IM NEUEN
THEMENHEFT.



NACHGESCHAUT



GAR NICHT SO WEIT WEG

Der Umgang mit Nachrichten war schon in biblischen Zeiten ambivalent. Und überforderte gelegentlich die Empfänger – fast so wie heute.

Wenn man ganz streng mit ihr sein möchte, war die biblische Sara aus dem 1. Buch Mose eine typische Nachrichtenkonsumentin mit *confirmation bias*, also der Neigung, Informationen so auszuwählen und zu interpretieren, dass diese den eigenen Erwartungen entspricht. Das war in ihrem Alter auch nachvollziehbar: In 1. Mose 18 wird die Geschichte erzählt, wie sie davon erfährt, dass sie nach langer Kinderlosigkeit nun doch ein Kind bekommen würde. Ihre Reaktion auf die gute Nachricht: Sie lacht, aber es war wohl eher ein bitteres Lachen. »Nun, da ich alt bin, soll ich noch Liebeslust erfahren, und auch mein Herr ist alt!« Freudenjubiläum über die good news sieht jedenfalls anders aus.

Überhaupt zeichnen die biblischen Autoren ein sehr facettenreiches und ambivalentes Reaktionsspektrum ihrer Figuren, wenn es um gute und schlechte Nachrichten geht: Als der Prophet Jona erfährt, dass Gott die Stadt Ninive verschont – nachdem deren Bewohner aufgrund von Jonas Bußpredigt vom bösen Treiben ablassen –, ist er reichlich genervt von so viel göttlicher Güte, »denn ich wusste, dass du gnädig, barmherzig, langmütig und von großer Güte bist und lässt dich des Übels gereuen. So nimm nun, Herr, meine Seele von mir; denn ich möchte lieber tot sein als leben.« (Jona 4,1-3)

Und auch im Neuen Testament sind die Empfänger guter Nachrichten gelegentlich etwas irritiert bis besorgt über die Neuigkeiten, die ihnen zugemutet werden: Maria erschrickt zunächst beim Gruß des göttlichen Nachrichtensprechers und will es dann – gern mit leicht kritischem Unterton – genauer wissen mit der angekündigten Empfängnis des Sohn des Höchsten: »Wie soll das zugehen, da ich doch von keinem Manne weiß?« (Lukas 1,34) Auch die hartgesottenen Hirten »fürchteten sich sehr«, als es nach der Heilandsgeburt zur Sondersendung auf dem Felde kam (Lukas 2,8-14).

Umgekehrt führen schlechte oder katastrophale Nachrichten auch in den biblischen Geschichten oft nicht zu adäquaten Reaktionen bei ihren Empfängern: der Pharao bockt auch noch nach der neunten Plage (2. Mose 7-12), die Klimawandelleugner der Noah-Geschichte beschwichtigen bis zum Schluss (1. Mose 6-7), und die Jünger Jesu können trotz mehrmaliger Wiederholung durch den Meister absolut nichts mit seinen Leidensankündigungen anfangen.

Die Arroganz der Macht, das Ignorieren von Fakten, die fehlende Empathie. Für heutige Leser:innen gibt es einige Anknüpfungspunkte in den biblischen Geschichten, wenn es um Nachrichten geht. Und auch das Erschrecken, Irritiert- und Besorgt-Sein über das Ungewohnte, das Neue und vielleicht Bessere, über *die gute Nachricht*, ist nicht unbekannt. Ach ja, das heißt ja: Evangelium. Axel Reimann

PRO UND CONTRA

IST ES NAIIV, SICH AUF GUTE NACHRICHTEN ZU KONZENTRIEREN?

Grenzt es an Realitätsverweigerung, wenn man vor allem auf positive Berichte über das Weltgeschehen setzt? Die Meinungen gehen auch in der AZ-Redaktion auseinander.



PRO Den Fakten ins Gesicht schauen und sie aushalten

Sabine Henning, AZ-Redakteurin: Wie haben sich Nachrichten verbreitet, bevor es Massenmedien gab? Einer lief mit Flugschriften durch die Straßen und rief die Neuigkeit in die Häuser, oder Kirchenglocken warnten vor dem Feuer. Nachrichten retten Leben. Bis heute. Gut, dass ich vor dem Urlaub in Schweden checken kann, ob ich noch gegen FSME geimpft bin. Weil das Land nicht nur stille Wälder, klare Seen und helle Nächte hat wie vom Reiseveranstalter angepriesen, sondern auch Zecken, die diese unheilbare Krankheit übertragen. Ein freier Zugang zu Nachrichten ist unverzichtbar für unsere Demokratie. Weil sie Informationen enthalten, aus denen ich mir eine Meinung bilden kann. Alle Staatsgewalt geht vom Volke aus, heißt es in Artikel 20 des Grundgesetzes. Daher ist die Pressefreiheit in demokratischen Gesellschaften garantiert und mit ihr auch die Informationspflicht öffentlicher Stellen. Doch der Kampf um die öffentliche Wahrnehmung ist eng. Welche Nachricht schafft es, wahrgenommen zu werden? Nur die, die am meisten erregt? Manche Nachrichten kommen da niemals mit. Das leise Artensterben zum Beispiel. Andere müssen erst in ihrem Neuigkeitswert erkannt werden, weil unsere Denkmuster den Status quo für selbstverständlich halten. Und doch recherchieren Journalist:innen im Hintergrund dazu – und wenn ich etwas Mühe aufwende, finde ich mehr darüber heraus. Auch durch die sozialen Medien entstehen neue Bewegungen, die Ungerechtigkeit nach oben spülen. Das alles ist unverzichtbar. Und heilsam für meine Seelenhygiene, wenn Missstände offenliegen und nicht vertuscht werden. Denn ich weiß ja, dass es immer zwei Seiten gibt. Ambiguitätstoleranz zu entwickeln ist schwer – aber unverzichtbar. Es bedeutet, den Fakten ins Gesicht zu schauen, sie zu hinterfragen und auszuhalten. Das Problem ist nicht die »schlechte« Nachricht, sondern ihr Aufforderungscharakter, etwas mit ihr und ihrem Gefühlsnachhall anzufangen, mit der Wut und den Ohnmachtsgefühlen. Für die kann die Nachricht aber nichts. Ich bin dankbar, dass sie mich erreicht. Wie der Klang von Kirchenglocken.

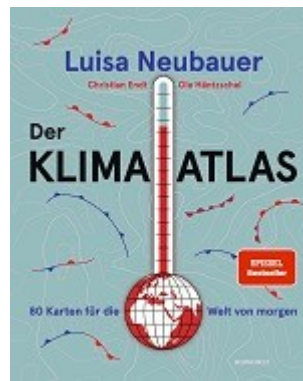


CONTRA Konstruktive Geschichten lassen Gutes entstehen

Kirsten Westhuis, AZ-Redakteurin: Nein, das ist überhaupt nicht naiv, sondern lebenswichtig für mich! Ich mag nicht ins allgemeine Schwarzsehen und Lamentieren über die schlechten Nachrichten und den furchtbaren Zustand der Welt einstimmen. Ich höre diese schlechten Nachrichten, ja, sie dringen automatisch zu mir durch und sie beschäftigen und sorgen mich sehr. Aber sie überfordern mich auch und lassen mich oft hilflos zurück. Das ist kein guter Zustand. Ich will Gegenwart, Zukunft, ein lebenswertes Leben für mich, meine Kinder, für alle Menschen. Und deswegen brauche ich positive Beispiele für eine Lebensgestaltung, die im Kleinen zählt und die in die Welt ausstrahlt. Ich brauche gute Nachrichten, am liebsten solche, die auch aus meinem Leben kommen könnten. Denn da tue ich ja was. Leben und Gesellschaft mitgestalten, im Kleinen, in der Familie, in der Schule, in meinem Job, am Gartenzaun, im Chor, im Verein: Hier kann ich was tun, hier zählt mein Einsatz, ich kann gestalten, auf Probleme und Herausforderungen reagieren. Um das immer wieder zu tun, brauche ich Unterstützung, Hoffnung, Ideen und Weggefährten und neuen Mut. Und das finde ich, wenn ich gute Nachrichten verstärkt in den Blick nehme. Gute Nachrichten wirken, sie zeigen Lösungen, Auswege, sie machen Hoffnung. In der Wissenschaft wird seit einigen Jahren der Papageno-Effekt beobachtet. Er beschreibt, dass Mediengeschichten über depressive Menschen, die in der Lage waren, ihre suizidalen Krisen erfolgreich zu bewältigen, einen Rückgang an Suizidalität bewirken können. Das ist natürlich ein Beispiel aus einer extremen Lebenssituation. Aber ich glaube, dass Alltägliches ebenso wirken kann. Ich lese sehr gern die konstruktiven Geschichten, die zeigen, wie die Dinge anderswo gelöst werden, wo die Menschen zusammenhalten, wo Gutes entstanden ist. Einige gute Nachrichten aus den vergangenen Wochen waren zum Beispiel: *Bisher unbekannte Komposition von Mozart entdeckt. Erste Luchsungen seit 200 Jahren im Thüringer Wald gesichtet. In allen Bundesligastadien gibt es jetzt neben der Stadionwurst auch eine fleischfreie Variante. Und bei Jugend forscht entwickelt ein 18-Jähriger eine Methode, die den Mooren hilft, sich schneller zu regenerieren.* Ich lese das gern! Es motiviert mich: Ich kann auch mal eine vegane Wurst auf den Grill legen und ich weiß wieder, warum es wichtig ist, torffreie Blumenerde zu kaufen. Klingt klein? Klingt nach Goldfischglas und Scheuklappen? Ist aber deutlich mehr, als den Kopf in den Sand zu stecken vor lauter schlechter Nachrichten.

TIPPS

ANNÄHERUNGEN AN DIE WIRKLICHKEIT



Der Klima Atlas. 80 Karten für die Welt von morgen
 von *Luisa Neubauer, Christian Endt, Ole Häntzschel*. Rowohlt Verlag, Hamburg 2024.

Sprechen über den Klimawandel – das tut die Klimaaktivistin und das deutsche Gesicht von Fridays for Future Luisa Neubauer zu vielen Gelegenheiten und mit verschiedenen Menschen. Aber passende Worte finden für etwas, das es noch nie gegeben hat, ist weder einfach noch jederzeit ausreichend. Für den »Klima Atlas« hat sie sich mit Datenjournalist Christian Endt und Grafikdesigner und Illustrator Ole Häntzschel zusammengetan, um einen anderen Weg der Klimakommunikation zu finden. In 80 Karten werden Entwicklungen visualisiert und Grafiken mit Verweisen kombiniert. Aufgeteilt in acht Kapitel zeigen die farblich ansprechenden Karten und Grafiken die aktuelle Lage, den Wandel in Geografie, Ökologie, Gesundheit, Gesellschaft, Politik, Wirtschaft und Technologie und unterstreichen so auf anschauliche Weise: Der Klimawandel geht uns alle an. Die Karten sind, wo möglich, mit liebevollen Details versehen. So sind in einem Diagramm zum Zeitpunkt der Kirschblüte in Japan keine schönen Punkte zu sehen, sondern kleine Blüten markieren die Punkte. Die Ernsthaftigkeit der Thematik bleibt so erhalten, wird jedoch abwechslungsreich und methodisch variabel vermittelt. Ein Buch zum Stöbern und Blättern, Hängenbleiben, Stirnrunzeln und Schmunzeln. Ein guter Alternativweg für alle, die sich angesichts der Klimaproblematik manchmal sprachlos fühlen. Und für alle anderen ein Coffee-Table-Book, das haptisch angenehm und ein optischer Hingucker ist. *Linda Giering*



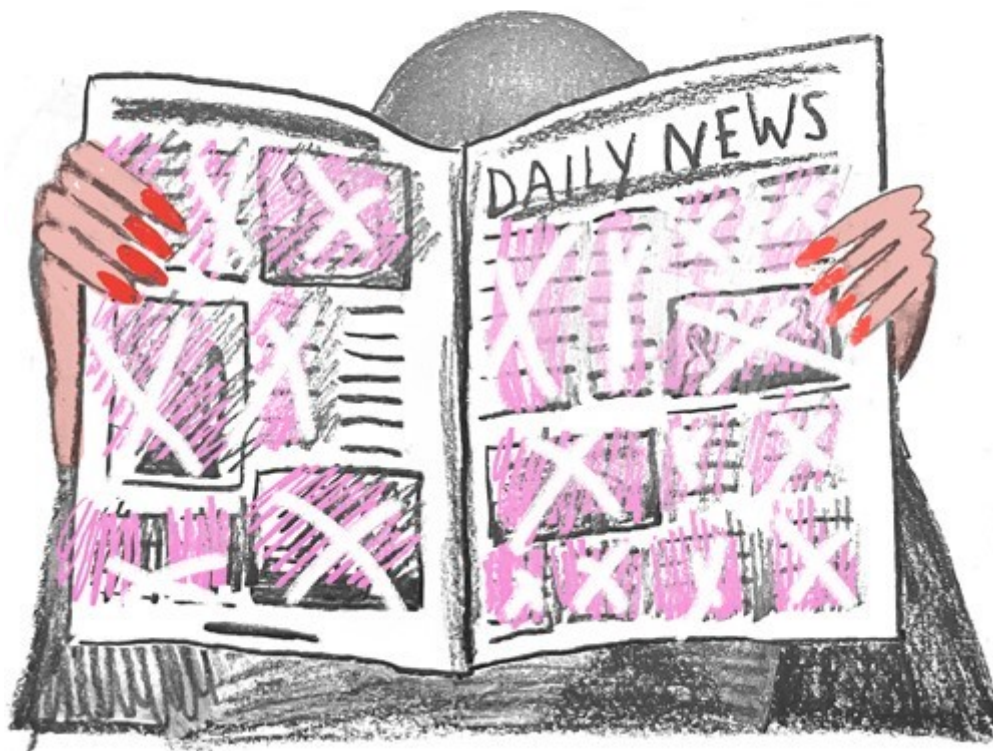
goodnews.eu
Internetplattform für gute Nachrichten, Hrsg.: GOOD Impact Foundation, Berlin.

Wussten Sie schon, dass in Großbritannien das letzte Kohlekraftwerk schließt? Dass in Thailand ab 2025 queere Paare ihre Liebe mit einer Hochzeit besiegeln können? Und dass Portugal plant, ein 20-Euro-Ticket einzuführen? Über Nachrichten wie diese freue ich mich und sie lassen mich aufatmen. Ich bekomme sie jeden Tag in mein E-Mail-Postfach. Die Quelle ist das Portal goodnews.eu, das sich größtenteils über

Spenden finanziert und dem Frust entgegenwirken will, den negative Nachrichten in uns auslösen, weil sie sich evolutionsbedingt stärker in unserem Gehirn verankern. Über 100 Medien werten die Macherinnen jeden Tag aus, einmal im Monat gibt es einen Nachrichtenüberblick in Leichter Sprache. Mehr als 100 000 Menschen haben den kostenlosen Good-News-Nachrichtenüberblick abonniert – und damit auch die Hoffnung, dass es anders gehen kann. *Sabine Henning*

UND DANN ...

NUR DIE GUTEN NACHRICHTEN...



Liebe Leserin, lieber Leser, wenn Sie Ihre Gedanken zum Newsletter-Thema mit uns und anderen Leser:innen teilen möchten, schreiben Sie uns an newsletter@andershandeln.de.

Als **Reaktion auf unseren September-Newsletter »Ode oder Abgesang – wie halten wir es mit der Menschenwürde?«** haben uns zahlreiche Zuschriften erreicht, von denen wir hier einige auszugsweise veröffentlichen. Insbesondere die Frage zur Würde am Lebensende hat unsere Leser:innen bewegt.

Domenica schreibt dazu:

Eine Zeit lang dachte ich, wir müssten mehr über Sterbehilfe sprechen und Möglichkeiten auch in Deutschland schaffen. Ich arbeite als Therapeutin und bekam sowohl im ambulanten als auch stationären Bereich so viele unwürdige Krankheits- und Sterbeverläufe mit. Dennoch öffnete mir der Vortrag einer jungen Palliativärztin vor einigen Monaten die Augen für eine ganz neue Perspektive: Sie berichtete von

all den vielfältigen Möglichkeiten, Menschen von unzumutbaren Symptomen befreien zu können oder diese zumindest erträglicher zu gestalten – ganz ohne Sterbehilfe. Sie appellierte eindrücklich an die Palliativmedizin, derer man sich in Zeiten des medizinischen Fortschritts und der technischen/operativen Möglichkeiten zu wenig bediene. Ich habe es miterlebt, wenn Menschen am Ende ihres Lebens trotz Patientenverfügung noch lange »am Leben gehalten« werden. Mediziner:innen haben eine große und schwere Verantwortung. Zu erkennen, wann ein palliatives, also ummantelndes Procedere indiziert ist, anstelle eines invasiven, also eingreifenden – das erfordert eine hohe Kompetenz. »Wir haben alles getan, was in unserer Macht stand« wird dann zu einem Satz, der vielleicht weniger von Würde spricht, als wir glauben. Wenn es auch in unserer Macht steht, assistierte Suizide wie Milch im Supermarkt anzubieten – sind wir dann auf einem Weg der Würde? So verlockend es klingt – ich glaube, ich nehme anstelle der Todeskapsel mit Ausblick auf die Sterne lieber die aufrichtige junge Ärztin. Vielleicht ist ein Leben in schwerer Krankheit, bei dem Luftnot und Schmerzen auf ein Minimum reduziert werden, der würdigere Weg. Vielleicht können wir damit sogar (noch etwas) leben.

Stefan:

Menschenwürde bedeutet für mich, dass jeder Mensch gleich viel wert ist, unabhängig von der Nationalität, Hautfarbe, Religion etc. Für einen gläubigen Menschen ist der Suizid keine Option, sondern Sünde! Du hast dir dein Leben nicht selber gegeben und deshalb darfst du es dir auch nicht selber nehmen. Ich bin ehrenamtlicher Mitarbeiter im ambulanten Hospiz und bei den heutigen medizinischen Möglichkeiten muss kein Mensch mehr Schmerzen erleiden. Die Legalisierung des Suizids halte ich für einen großen Fehler.

Julia Winkler:

Dieses Thema ist ja ein echter Dauerbrenner und sicherlich ganz eng mit der Frage der Menschenwürde verknüpft. Ich frage mich, warum ein selbstbestimmter Suizid immer so schnell, quasi »auf Knopfdruck« verlaufen soll. Auch dem Sterben sollten wir Raum und Zeit in unserem Leben einräumen. Es gibt oft noch viel zu sortieren und aufzuräumen, sei es im Inneren oder im Außen. Es gibt Menschen, von denen wir uns verabschieden wollen und dürfen. Und doch dürfen wir frei sein, den Sterbeprozess selber in die Wege zu leiten, wenn wir aufgrund von Krankheit oder starken Schmerzen nicht mehr die Kraft zum Weiterleben haben. Jeder Mensch, der geistig dazu in der Lage ist, sollte sich frei dazu entscheiden dürfen, das Essen und Trinken einzustellen. Der Tod tritt dann nach zwei bis drei Tagen von allein ein. Bis zu einem bestimmten Punkt kann diese Entscheidung auch wieder rückgängig gemacht werden – anders als bei einer Spritze oder einem Knopf, der Stickstoff freisetzt. Aber so ein Sterbeprozess sollte begleitet werden. Kein Mensch sollte allein sterben müssen. Es sollten Angehörige dabei sein, Palliativmediziner sollten unterstützen, ambulante Sterbebegleiter können hilfreich zur Seite stehen. Und dafür braucht es uns als Menschen, die wir bereit sind, dem Tod und dem Sterben wieder einen Platz in unserem Leben, unserem Alltag, unseren Gedanken einzuräumen.

Bei der **Umfrage im September-Newsletter** (»Braucht die Menschenwürde am Lebensende verschiedene und vorab frei wählbare Suizid-Optionen – oder verstoßen genau solche Überlegungen gegen die Menschenwürde?«) gab es folgendes Ergebnis:

42,6 Prozent der Befragten meinen: »Auch am Lebensende sollte es Wahlfreiheit geben. Auch ob und wie man aus dem Leben scheidet.«

34,3 Prozent wählten diese Antwortmöglichkeit: »Der assistierte Suizid braucht klare gesetzliche Regelungen – und keine Debatte über Methodenvielfalt.«

20,4 Prozent warnen: »Genau solche Überlegungen verstoßen gegen die Menschenwürde.«

2,8 Prozent: »Weiß nicht.«

(Teilnehmerzahl: 289)

Sie können diesen Newsletter hier weiterempfehlen.

Die nächste Ausgabe erscheint am Sonntag, 17. November 2024.

Kennen Sie schon unseren anderen, wöchentlich erscheinenden Newsletter »die andere zeit«?

Sie können ihn hier abonnieren.

Andere Zeiten e.V.
Fischers Allee 18
22763 Hamburg
Deutschland

040 / 47 11 27 57

newsletter@andershandeln.de

Redaktion: Ulrike Berg, Elisabeth Cziesla, Linda Giering, Sabine Henning, Iris Macke (verantwortlich), Axel Reimann, Kirsten Westhuis

Gestaltung: Jennifer van Rooyen

Illustration/Karikatur: Nadine Prange

Kopf-Illustrationen: Sarah Matuszewski

[Datenschutzerklärung](#)

[Newsletter abonnieren](#)

[Newsletter weiterempfehlen](#)

[Newsletter abbestellen](#)

Wenn Sie diese E-Mail (an: beste@anderezeiten.de) nicht mehr empfangen möchten, können Sie diese **hier** kostenlos abbestellen.