

Zürich-Forch, im Juli 2026

Essay von DIGNITAS – Menschenwürdig leben – Menschenwürdig sterben

Kann Freiheit Druck erzeugen?

Optionen stärken die Freiheit und erzeugen nie eine Pflicht. Das Recht auf Suizidassistenz ist demnach stets als eine von mehreren Optionen zu verstehen, niemals als Pflicht. Umso wichtiger ist es, Bedenken potenziell Betroffener ernst zu nehmen und bezüglich der Selbstbestimmung über das eigene Lebensende aufzuklären.

*Von Susanne**

Seit einigen Monaten arbeite ich beim Verein DIGNITAS – Menschenwürdig leben – Menschenwürdig sterben. Wenn ich das Menschen in meinem Umfeld erzähle, kommen viele Fragen, aber kaum Ablehnung. Das Interesse ist gross, viele Menschen möchten mehr wissen: Über den Verein und über die Themen, mit denen sich DIGNITAS beschäftigt: Wahlfreiheit, Selbstbestimmung, Eigenverantwortung im Leben und am Lebensende.

Vor einigen Tagen sprach ich mit meiner Tante Anne in Österreich – 87 Jahre alt, fit und gesund. Sie ist ein Vorbild für mich, weil sie ihren Lebensweg sehr selbstbestimmt geht. Sie hat nie geheiratet, war Immunologin und hatte Professuren auf der ganzen Welt inne. Sie lebte viele Jahre in Deutschland, den USA und in Kanada, reist noch heute viel und pflegt rege Kontakte mit früheren Studenten. Ich bewundere ihre positive Natur, ihre vielfältigen Interessen, ihre Bildung und vor allem ihre klare Meinung. Sie ist ein Mensch, den ich gerne um Rat frage, weil sie wertungsfrei und offen zuhören kann.

Umso überraschter war ich, als sie meiner Tätigkeit und dem Thema assistierter Suizid zunächst ziemlich skeptisch entgegentrat. Ich fragte nach, weil ich gerade von ihr eine andere Einstellung erwartet hatte.

Ich bekam eine klare, ehrliche Antwort: Sie sähe die demographische Entwicklung und gleichzeitig eine gewisse Ich-Bezogenheit in der Gesellschaft. Ihre Befürchtung: Sie könne sich vorstellen, dass alte Menschen inneren und vor allem äusseren Druck empfinden könnten, doch eher «bald zu gehen», anstatt anderen «zur Last zu fallen». Dass dieser Druck zunehmen könnte, und liberale Gesetze diesen begünstigten. Dass ältere Menschen sich von anderen gar «gedrängt» fühlen könnten.

Sie erzählte mir, dass sie schon in jungen Jahren zu Studienzeiten in den USA Geschwister im Zug sprechen hörte: Diese unterhielten sich darüber, wie gut es gewesen wäre, wenn ihre

Mutter ein paar Jahre früher «gegangen» wäre – dann wäre mehr Geld übriggeblieben. Anne war schockiert über dieses Gespräch. Es prägte ihre Sichtweise. Kam daher ihre Skepsis?

Ich erzählte ihr, dass bei Menschen, die schwer und lange leiden, das Gegenteil beobachtet wird: Oft versuchen Kinder und Umfeld, sie von einer Suizidassistentin oder einer anderen Art der Sterbehilfe abzuhalten. Manche Menschen bräuchten dann Zeit und Raum, um Angehörigen verständlich zu machen, dass sie aufgrund ihres Gesundheitszustands nicht mehr leben möchten. Sie ringen um Akzeptanz ihrer eigenen, wohlüberlegten und oft viel früher im Leben bereits bedachten Entscheidung. Es ist ein wichtiger und wertvoller, wenn auch emotional herausfordernder Prozess, und zwar sowohl für Angehörige als auch für die sterbewillige Person. So und ähnlich lauten die Rückmeldungen von vielen Hinterbliebenen nach einer Freitodbegleitung.

Ich führte aus, dass Freiheit doch gerade bedeute, verschiedene Optionen zu haben. Kann eine Wahlfreiheit also Druck auslösen? Ich wollte das Thema mit ihr aus verschiedenen Perspektiven betrachten:

Freiheitsethische Perspektive

Optionen stärken die Freiheit und erzeugen nie eine Pflicht. Das Recht auf assistierten Suizid eröffnet eine Option, nie eine Erwartung.

Das Recht auf assistierten Suizid bedeutet: Der Staat verbietet ihn nicht. Doch es gibt ein klares Verfahren, das Freiwilligkeit schützt und Fremdbestimmung ausschliesst. Niemals darf es bedeuten: «Man sollte sterben, wenn man alt ist.»

Wenn Gesellschaften alte oder kranke Menschen abwerten, z.B. als «nicht mehr nützlich» betrachten, ist das ein Problem von Ageismus/Sozialethik – und kein legitimer Grund, Selbstbestimmung zu verbieten. Sonst müssten konsequenterweise auch andere «druckanfällige» Rechte eingeschränkt werden, wie z.B. Therapieabbruch und Ablehnung von Behandlungen durch eine Patientenverfügung u.ä.

Wahlfreiheit heisst, mehrere Optionen zu haben: Ob palliative Behandlung, Sterbebegleitung im Hospiz, mittels einer Patientenverfügung vorzusorgen oder andere. Diese Optionen sind wichtig für die Würde und die Wahlfreiheit. Paternalismus träfe ausgerechnet die Schutzbedürftigen am härtesten.

Ein Verbot oder eine starke Einschränkung der Selbstbestimmung über das eigene Lebensende schützt nicht die (angeblichen oder tatsächlichen) «vulnerablen Menschen», sondern nimmt allen die Option. Damit zwingt es gerade belastete Menschen in heimliche, riskantere Wege. Ein Rechtsrahmen, so wie er in der Schweiz und Deutschland besteht, ist ein Schutzinstrument (Transparenz, Dokumentation, Aufsicht).

Rechtliche Perspektive

In der Schweiz ist die Selbstbestimmung über das eigene Lebensende verfassungsrechtlich verankert und höchstgerichtlich bestätigt. Die Bundesverfassung schützt die persönliche Frei-

heit, daraus wird das Selbstbestimmungsrecht in medizinischen Entscheidungen abgeleitet.¹ Das Bundesgericht bestätigte im Jahr 2006 die Wahlfreiheit und das Recht, über Art und Zeitpunkt des eigenen Lebensendes zu bestimmen.²

Dieses hat jedoch klare Schranken. Im Hinblick auf die Suizidassistentz sanktioniert Artikel 115 des Strafgesetzes Suizidhilfe bei «selbstsüchtigen Beweggründen»³. Dies bezieht sich nicht nur auf Finanzielles, wie manchmal fälschlich angenommen. Die Straflosigkeit ohne Eigennutz ist zentraler rechtlicher Anker. Ausserdem muss die Urteilsfähigkeit⁴ des sterbewilligen Menschen gegeben sein. Beides sind Instrumente, die Druck von aussen verhindern und potenzielles Fehlverhalten sanktionieren. Zwang oder Manipulation sind also keine Folge der Legalisierung, sondern bereits nach geltendem Recht strafbar. Weitere Bestimmungen etwa im Medizinalberufegesetz sowie Gerichtsentscheide und die Standesordnung für Ärztinnen und Ärzte vervollständigen den klaren Rechtsrahmen für professionelle, ärztlich unterstützte Suizidassistentz.

Auch über die Schweizer Grenze hinweg gibt es rechtsstaatliche Instrumente: Wo immer auf der Welt assistierter Suizid und/oder aktive Sterbehilfe legal ist, gibt es klare Regelungen, Dokumentationspflichten, Meldewege und Sanktionen bei Missbrauch.

Perspektive der Autonomie und Würde

Selbstbestimmung als Ausdruck persönlicher Würde: Wer ein Leben führen darf, das den eigenen Werten entspricht, soll auch das Lebensende mit diesen Werten gestalten und dafür Unterstützung in Anspruch nehmen dürfen.

Leid ist individuell und subjektiv. Manche Menschen definieren ein unerträgliches Leben nicht nur über Schmerz, sondern beispielsweise über den Verlust von Kontrolle, Kommunikation, Intimität. Zudem gibt es Fälle, in denen palliative Optionen an ihre Grenzen stossen oder die Person empfindet sie als nicht zumutbar: Nicht jede/r möchte sediert dem Tod entgegenschlummern. Dann kann eine Suizidassistentz sozusagen der letzte gangbare Weg für diesen Menschen sein. Allein schon das Wissen um diesen «Notausgang» kann helfen, das Leiden besser zu ertragen und die Lebensqualität (wieder) zu steigern.

Es entsteht also kein Druck, sondern im Gegenteil eine Entlastung, die im besten Fall harte Suizide und gescheiterte Suizidversuche verhindern kann; so auch die Sicht von medizinischen Fachpersonen⁵. Ein legaler, professionell unterstützter «Ausweg» reduziert demnach riskante Suizidversuche und damit verbundene negative Auswirkungen für sämtliche Betroffene⁶ – und letztlich auch für den Staat.

¹ Die «rechtliche Perspektive» vertiefen: <https://dignitas.ch/taetigkeit/rechtsfortentwicklung-und-politik/> und <https://dignitas.ch/wissen/gerichtsentscheide/>

² BGE 133 I 58

³ https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/54/757_781_799/de#art_115

⁴ Wussten Sie, dass die Urteilsfähigkeit nicht bewiesen werden muss, sondern dass sie ganz im Gegenteil angenommen wird? Eine ausführliche Betrachtung dazu finden Sie im [Aufsatz](#) von Advokat Michael Schermbach.

⁵ <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0274597>

⁶ <https://www.dignitas.ch/images/stories/pdf/studie-ph-der-preis-der-verzweiflung-aufsatz.pdf>

Perspektive der Gleichheit

Ohne rechtliche Möglichkeiten für Wahlfreiheit im Leben und am Lebensende könnten körperlich fitte Menschen zwar ihr Leben selbst beenden (wobei dies auch für diese Personen kaum ohne grosse Risiken möglich ist); Menschen etwa mit körperlichen Einschränkungen oder schweren Erkrankungen würden ungleich behandelt.

Allein ein hohes Alter oder eine Pflegebedürftigkeit dürfen nicht zur Entmündigung führen, ganz im Gegenteil: Gerade dann braucht es ein System, das Möglichkeiten, Wege und Freiwilligkeit ermöglicht, und so Diskriminierung ausschliesst. Die Realität sieht allerdings bedenklich aus, wie man zum Beispiel in Österreich beobachtet, nämlich «dass viele Menschen, die eine Sterbeverfügung errichten wollen, diskriminierende Erfahrungen machen. Es wurde mehrfach dokumentiert, unter anderem von der Volksanwaltschaft, dass Betroffene subtil oder offen entmündigt werden, dass sie pathologisiert werden, dass ihnen Entscheidungsfähigkeit abgesprochen wird und dass sie in Kliniken, Pflege- und Palliativeinrichtungen auf Abwehr, Moralisierung oder verdeckte Ungleichbehandlung stossen.»⁷

Freiheit, Vertrauen und Wertepluralismus

In aufgeklärten Demokratien dürfen Menschen nicht durch Verbote gezwungen werden, eine bestimmte (ihnen vorgegebene) religiöse oder weltanschauliche Auffassung vom «richtigen Sterben» einzunehmen.

Vertrauen entsteht durch Wahlmöglichkeiten: Ein «Zwang zur Lebensverlängerung» um jeden Preis aus Mangel an Optionen kann das Vertrauen in Medizin und Staat untergraben. In der Schweiz ignorierten Politik und Medizin das wachsende Bedürfnis nach mehr Selbstbestimmung «in letzten Dingen», was letztlich Anfang der 1980er Jahre zur Gründung der beiden Exit-Vereine und später weiterer wie DIGNITAS führte. Andernorts, etwa in den Beneluxstaaten, in Spanien oder Kanada übernimmt das Gesundheitswesen mehr Verantwortung.

Druck ist Fakt, aber nicht wegen liberaler Gesetze

Druck auf alte und kranke Menschen kann tatsächlich entstehen, aber er hat nichts mit einer liberalen Gesetzeslage in Bezug auf das selbstbestimmte Sterben zu tun. So kann heute schon Druck ausgeübt werden, etwa wenn es plötzlich schnell gehen muss: beim Heimeintritt, beim Behandlungsabbruch, bei der Entscheidung «nicht mehr ins Spital» zu gehen, usw.

Das geregelte Verfahren in Bezug auf die Suizidassistenz verlangt jedoch Explizitheit: Gespräche, Protokolle, Prüfung durch Ärzte, Kontrolle durch Staatsanwaltschaft, Polizei und Amtsarzt. Das alles macht Druck eher sichtbar, als ihn selbst auszuüben.

Sind die Verfahren jedoch zu rigide, entsteht Gegendruck: Eine Über-Bürokratisierung, wie sie teils zu beobachten ist, lässt leidende Menschen schier verzweifeln, wodurch sie (wieder) dem Risiko ausgesetzt sind, illegale und riskante Do-it-yourself-Wege einzuschlagen.

⁷ <https://schoepfblog.at/gianluca-crepaldi-assistierter-suizid-als-epidemie-ein-einspruch>

Wann immer möglich, sollen alle Instrumente und Optionen für ein selbstbestimmtes Lebensende aufgezeigt werden; Suizidassistent ist immer nur eine von mehreren. Andere sind z.B. Patientenverfügung, Palliative Care, Entlastungsangebote, Psychosoziales, Schmerz- oder Symptomkontrolle.

Ein «struktureller Druck» darf nicht entstehen: Der Zugang zu Palliative Care und sozialer Unterstützung sollte natürlich nicht schlechter sein als Zugang zur Suizidassistent. Zu bedenken ist aber auch, wie etwa Gianluca Crepaldi einwirft: «Jenes Narrativ, wonach gute Palliativversorgung fast alle Menschen vom Wunsch nach assistiertem Suizid Abstand nehmen lassen, ist schlichtweg falsch. Selbstverständlich kann Palliative Care Leid lindern, Ambivalenzen bearbeitbar machen und Sterbewünsche verändern. Aber daraus folgt nicht (und ist wissenschaftlich auch nicht belegt), dass assistierter Suizid primär ein Symptom fehlender palliativer Versorgung wäre.»⁸

Gleichzeitig ist zu beobachten: In vielen Ländern gibt es anhaltende Debatten über «strukturelle» Faktoren (z. B. soziale Isolation, Versorgungslücken). Das ist kein Argument gegen das Recht auf Selbstbestimmung am Lebensende, sondern ein Argument für eine bessere Unterstützungsarchitektur. DIGNITAS kämpft seit Jahren für die Freiheit der Selbstbestimmung und unterstützt gleichzeitig andere Wahlmöglichkeiten. Gerade weil Optionen und ein «Notausgang» möglich und zugänglich sind, kann das Leiden gelindert werden und die Menschen wenden sich dem Weiterleben zu. Denn auch jene, die eine Freitodbegleitung bei DIGNITAS wählen, wollen an sich nicht sterben – sie wollen in einem Leidenszustand nicht weiterleben, der ihren persönlichen Werten von Lebensqualität und Würde widerspricht. Kann das Leiden gelindert werden, wenden sie sich dem Leben hin und verschieben das geplante Ende, oder sehen letztlich ganz davon ab. Praktisch mögliche Sterbehilfe-Optionen haben eine lebensverlängernde Wirkung.

Alles ist Selbstbestimmung – Selbstbestimmung ist alles

Meine Tante Anne und ich streiften alle diese Themen. Die Argumente leuchteten ihr ein. Am Ende unseres Gesprächs meinte sie: «Kann denn niemand so schwer leidenden Menschen Hoffnung geben? Fühlen sich nicht vor allem Familienangehörige schlecht, wenn ein Elternteil geht? Haben sie dann nicht das Gefühl, sie hätten ihm mehr Freude oder Hoffnung schenken können?» «Was für ein Druck!», rief ich spontan. Um gleich darauf einzulenken, dass es selbstverständlich schön und bereichernd ist, wenn man anderen Hoffnung geben kann. Aber Lebensfreude? Kann die nicht immer nur aus einem selbst entstehen? Ausgerechnet sie, die ihr ganzes Leben bewusst allein, doch mit vielen Freunden und Gefährten an ihrer Seite lebte, brachte zuletzt noch diesen Punkt mit der Familie ein. Das wunderte mich sehr!

Also fragte ich sie, was ihr denn Hoffnung und Lebendfreude gäbe. Was ihr mit ihren 87 Jahren die Energie und Disziplin gebe, jeden Tag einen langen Spaziergang zu machen, und sogar dreimal pro Woche ins Fitnesscenter zu gehen. Ganz zu schweigen von den beschwerlichen Reisen. Das wäre sie selbst, meinte sie. Ihre Wahl des Umfelds, der Freunde und sozialen Kontakte sowie das Ausüben verschiedener Aktivitäten und Tätigkeiten. Alles immer ge-

⁸ <https://schoepfblog.at/gianluca-crepaldi-assistierter-suizid-als-epidemie-ein-einspruch>

paart mit der Dankbarkeit dafür, dass sie für ihr Alter noch relativ gesund sei, und an einem sicheren Ort lebe. Letzteres ist für viele Menschen nicht beeinflussbar, Gesundheit leider auch nur bedingt. Alles andere beschrieb sie als etwas, das sie selbst gestalten könne.

Was also bleibt?

Wohl die Selbstbestimmung.

Diese ist auch am Lebensende zu schützen, wenn das Unbeeinflussbare da ist; wenn nichts mehr da ist, das Lebensfreude gibt, wenn nurmehr Leiden ist – dafür bietet der Verein DIGNITAS – Menschenwürdig leben – Menschenwürdig sterben einen geordneten Ausgang.

**Susanne arbeitet seit Anfang 2026 teilzeitlich bei DIGNITAS im Bereich Kommunikation und Projektkoordination.*

-oOo-

E-Mail: info@dignitas.ch

Web: www.dignitas.ch

Facebook: [dignitas.ch](https://www.facebook.com/dignitas.ch)

Twitter / X: [dignitas_org](https://twitter.com/dignitas_org)

[Newsletter abonnieren](#)

