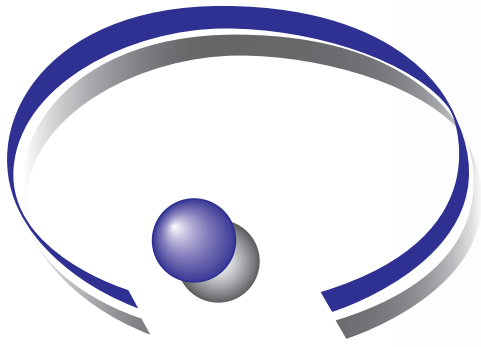




Forum Seelsorge in Bayern

Forum Seelsorge in Bayern

FSiB-Info 2019

DEMENZ

Christian Beck



In dieser Ausgabe:

- 03 Zu Hause in einer anderen Welt
- 06 Meine Eltern werden dement - was nun?
- 07 Beziehungsweisen
- 08 Raus aus der Demenzfalle!
- 10 Digitalisierung und Seelsorge
- 12 Elektronische Kommunikation und Seelsorge
- 14 Glosse: A und O
- 15 Buchtipp: Etwas mehr Hirn, bitte
- 16 Aktiv schweigen
- 17 Forum Seelsorge im Gespräch
- 18 Die bisherigen Seelsorgetage
- 19 Einladung zum Seelsorgetag 2019
- 20 Das Forum Seelsorge in Bayern

Liebe Leserin, lieber Leser,

Seelsorge ist das, was die verbindet, die sich im Forum Seelsorge in Bayern (FSiB) vernetzt haben. An ganz unterschiedlichen Orten und zu unterschiedlichen Zeiten leisten haupt- und ehrenamtliche, evangelische und katholische Seelsorger und Seelsorgerinnen ihren Dienst am Menschen.

Im realen und im virtuellen Leben will das FSiB der Seelsorge Gewicht verleihen. Deshalb finden Sie in dieser Ausgabe des FSiB-INFO Berichte vom realen Seelsorgeort beim Seelsorgetag 2019 in Nürnberg. Prof. Dr. Johannes Kraft hat berichtet von seiner Arbeit mit Menschen mit Demenz. Davon schreibt Christian Beck in seinem Artikel „Zuhause in einer anderen Welt – Dement & Abgeschrieben“. Drei sehr unterschiedliche Workshops haben sich dem Thema Seelsorge rund um Demenz beim letztjährigen Workshop genähert.

Aus der Perspektive der Angehörigen berichtet Cornelia Auers von ihrem damaligen Workshop „Meine Eltern werden dement – was nun?“.

Ganz grundsätzlich näherte sich Thilo Auers mit seinem Workshop „Beziehungsweisen. Perspektiven für die Seelsorge mit Demenzerkrankten“ der Thematik, über den er berichtet.

Den Weg der Demenzprävention beschritt Christian Beck's Workshop „Raus aus der Demenzfalle! Wie es gelingen kann, die Selbstheilungskräfte des Gehirns rechtzeitig zu aktivieren“. Auch darüber können Sie in dieser Ausgabe lesen.

Wie immer mit scharfer Zunge gesprochen und heißer Nadel gestrickt, können Sie über die Glosse von Rainer Gollwitzer schmunzeln.

Auch im virtuellen Leben, das wir alle durch die Nutzung von E-Mail, SMS, WhatsApp und anderen sozialen elektronischen Plattformen führen, findet Seelsorge statt. Diesem Thema ist – auch im Vorausblick auf den Seelsorgetag 2019 „Digitale Revolution. Chance für das Evangelium“ – der zweite Teil dieses Heftes gewidmet.

Über Chancen und Grenzen elektronischer Kommunikation in der Seelsorge macht sich Christian Beck Gedanken. Diese sind auch eingeflossen in einen Artikel von Diana Schmid „Digitalisierung und Seelsorge“, den wir hier mit Erlaubnis von Gemeinde creativ veröffentlichen.

Ebenfalls ursprünglich für ein anderes virtuelles Medium entstanden ist das Interview zum Aktiven Schweigen, das Diana Schmid mit Christian Beck geführt hat. Hier danken wir für die Abdruckerlaubnis „antenne – Das Magazin der Evangelischen Jugend Nürnberg“.

Last but not least berichtet Thilo Auers von einer ganz realen Form von Seelsorge, genauer von einem neuen Ort, den wir im Forum Seelsorge in diesem Jahr zur Vernetzung von Seelsorge geschaffen haben, dem Forum Seelsorge im Gespräch.

Ich wünsche Ihnen viele gute Anregungen für Ihre eigene Seelsorge beim Stöbern in diesem Heft.

Ihr Christian Beck

Vorsitzender des FSiB und Chefredakteur des FSiB-INFO



Zu Hause in einer anderen Welt Dement & Abgeschrieben

Impulse aus dem Vortrag von Prof. Dr. Johannes Kraft beim Seelsorgetag 2018

Prof. Dr. Johannes Kraft



Alle Menschen wünschen sich, dem Leben Jahre und den Jahren Leben zu geben. Prof. Kraft ging in seinem Vortrag der Frage nach, wie man die Zahl der Lebensjahre mit Lebensqualität erhöhen kann. Die immer weiter wachsende Zahl von Demenzerkrankungen mindern unsere Lebensqualität und lassen uns vorzeitig altern (und sterben). Neben Arteriosklerose (mit Folgen wie Herzinfarkt, Herzschwäche und Schlaganfall) sowie Krebs ist Demenz der größte Risikofaktor für vorzeitige Alterung und einen früheren Tod.

Alle 20 Jahre verdoppelt sich die Zahl der Demenzpatienten. Aber nur ein Drittel aller Kranken wird bisher korrekt behandelt. Durch eine frühe Diagnostik und kompetente Therapie kann eine erhebliche Verbesserung des Krankheitsverlaufs erreicht werden.

Krankheitsbild und Therapie

Nach ICD-10 ist Demenz folgendermaßen definiert:

1. Störungen des Gedächtnisses (Störung der Aufnahme und Wiedergabe neuerer Informationen; Verlust früher erlernter und vertrauter Inhalte)
2. Störungen des Denkvermögens (Störung der Fähigkeit zu vernünftigen Urteilen; Verminderung des Ideenflusses; Beeinträchtigung der Informationsverarbeitung)
3. Störungen der emotionalen Kontrolle (Störung des Sozialverhaltens; Störung der Motivation)

Die Störungen von 1. und 2. müssen schwer genug sein, um eine wesentliche Beeinträchtigung der Aktivitäten des täglichen Lebens nach sich zu ziehen und mindestens sechs Monate andauern und mit keiner Bewusstseinsstörung einhergehen.

Wenn Demenz frühzeitig erkannt und therapiert wird, kann bei über 90 % der Betroffenen eine Verzögerung oder Linderung der Symptome erreicht werden, bei 50 % gar eine Besserung und nur bei 10 % kann die Demenz geheilt werden. Deshalb stellt sich vor allem die Frage nach einer guten Vorbeugung. Allerdings dauert es in Deutschland durchschnittlich 4,5 Jahre zwischen dem Beginn merklicher Symptome und einer Demenzdiagnose. Deshalb gilt als Motto: Zeit ist Hirn!

Bei den meisten nicht heilbaren Formen von Demenz ist eine Verzögerung des Verlaufs, eine Verbesserung der Symptome und Erhalt der Selbständigkeit und Teilhabe möglich, indem Erkrankte solange wie möglich in ihrer vertrauten Umgebung gepaart mit guter Lebensqualität verbleiben. Das erleichtert auch Fürsorge und Pflege.

Das Coburger Modell der Geriatrie, seit 1996 von Prof. Kraft entwickelt, nutzt dazu Synergien der Vernetzung von stationären und ambulanten Versorgungsstrukturen. Als eine Säule dieser Vernetzung sei hier die Gedächtnisambulanz Coburg „memory clinic“ erwähnt. Hier erfolgt eine frühzeitige Diagnosestellung, es werden Therapiechancen eröffnet, die Rehabilitation bei Demenz wird eingeleitet, Angehörige werden beraten und präventive Maßnahmen getroffen.

Die Therapiesäulen der Demenz in der Gedächtnisambulanz Coburg heißen: Funktionell, Somatisch, Psychosozial.

Die Funktionelle Säule umfasst Kognitives Training, Verhaltenstherapie, (I)ADL-Training, Ergotherapie, SET, Musiktherapie, Kunsttherapie, PT-Sturzprävention und Validation.

Die Somatische Säule zeichnet sich aus durch Antidementiva, Medizinische Behandlung nicht-kognitiver Symptome, Internistische Basistherapie und Ernährung.

Die psychosoziale Säule ist ausgerichtet auf Angehörigenberatung, Vorsorgemaßnahmen, Milieuthherapie, Wohn- und Umfeld-Optimierung, Erinnerungstherapie und Biographie als Anker.

Die Art der Demenztherapie setzt also stets auf psychosoziale Interventionen für Betroffene und Angehörige, nichtmedikamentöse Therapiestrategien und eine pharmakologische Behandlung.

Die medikamentöse Therapie dementieller Syndrome ist also nur ein Teil der Maßnahmen. Außerdem



wird darauf geachtet, was gesichert ist. Das sind v.a. folgende Erkenntnisse:

- Die Pharmakotherapie ist ein Bestandteil im integralen und multifaktoriellen Management bei Demenz
- Eine vorhandene Polymedikation soll kritisch hinterfragt werden, potentiell schädliche (z.B. anticholinerge) Substanzen sollen abgesetzt oder durch bei Demenz besser geeignete Pharmaka ersetzt werden
- Die zur Verfügung stehenden symptomatisch wirkenden Antidementiva (Cholinesterasehemmer, Memantine und Ginkgo-Spezial-Extrakt) sollten stadiengerecht, richtig dosiert, und begründet auch in Kombination eingesetzt werden
- Eine differenzierte medikamentöse Therapie kann bei Demenz in allen Stadien hilfreich sein, kognitive Einschränkungen sowie nichtkognitive Störungen und Verhaltensveränderungen positiv zu beeinflussen, und damit Lebensqualität und Pflegeaufwand zu stabilisieren

enrestriktion. Auch Gingko kann hierbei unterstützend wirken.

Besonders wirksam ist Spermidin. Spermidin aktiviert die „Müllabfuhr“ des menschlichen Körpers – die sogenannte Autophagie – und sorgt dafür, dass geschädigte Zellbestandteile entsorgt werden. „In Versuchen mit Fruchtfliegen löst Spermidin einen zellulären Reinigungsprozess aus. Dabei wird der in den Zellen angesammelte Müll, in dem sich auch die Proteinverklumpungen befinden, aufgelöst. Das funktioniert über einen Mechanismus, der auch beim Fasten angeschaltet wird, die Autophagie.“ (nature, cell, biology: Madeo, Siegrist et al., 2013)

Dass Spermidin nicht nur die Gedächtnis-
leistung alter Fruchtfliegen,
sondern auch das
Gefäßsystem
alter Mäuse
verjüngen
kann, wurde
kürzlich von
einer ameri-
kanischen Ar-
beitsgruppe nachge-
wiesen. Spermidin führte zu
30 Prozent längerer Lebenszeit.

Spermidin ist besonders enthalten in gealtertem Käse, Pilzen, Sojaprodukten, Hülsenfrüchten, Grapefruits, Getreide (insbesondere Weizen). Die höchste Menge an Nahrungsmitteln enthalten Vollkornweizenkeimlinge: 243 mg/kg.

Prävention

Die Hälfte aller dementiellen Syndrome ist bei rechtzeitigem Beginn präventiver Maßnahmen vermeidbar! Deshalb kommt der Prävention bei Demenz wohl die wichtigste Rolle zu. Risikofaktoren müssen zum einen ernst genommen, erkannt und es muss gehandelt werden. Zum anderen müssen Schutzfaktoren genutzt werden.

Die Risikofaktoren, die zu Demenz und Atherosklerose führen sind Rauchen, Bluthochdruck, Übergewicht, Diabetes mellitus, mangelnde Aktivität, mangelnde Bewegung und Stoffwechselstörungen.

Schutzfaktoren sind eine richtige Ernährung mit ausreichend Vitalstoffen, geistige Aktivität, soziale Kontakte und Bewegung. Körperliche Aktivität macht Spaß und mindert das Demenzrisiko. Trainieren gesunde Angehörige mit, bleibt die Teilhabe länger erhalten, es gibt weniger Stürze, mehr Unabhängigkeit, Musik und Bewegung sind Quelle von Lebensfreude.

Auch pflanzliche Wirkstoffe spielen bei der Vorbeugung von Demenz eine Rolle. Resveratrol (enthalten in Weintrauben) aktiviert ähnliche Gene wie Kalori-

Autophagie durch Intervall-Fasten

Prof. Kraft empfahl besonders das Fasten. Mäuse, die 30 % Ihres Lebens fasten leben bis zu 50 % länger, entwickeln bis zu 47 % seltener Krebs und sind agiler und lernfähiger. Entscheidende Mechanismen dabei sind die Steigerung der Autophagie und die Minderung der Insulinresistenz.

Autophagie findet in jedem Menschen statt. Geschädigte oder funktionslose Proteine oder Zellorganellen werden aus dem Verkehr gezogen. Sie ist wie die Müllabfuhr – mit integrierter Recyclinganlage. Verwertbare Stoffe werden wiederverwendet. Ohne Autophagie würden unsere Zellen vor Müll überquellen. Dadurch treten Krankheiten auf und wir altern schneller. Durch Ankurbeln der Autophagie werden Viren und Bakterien besser bekämpft. Entzündungen klingen ab. Die Zelle verjüngt sich. Bei Vorbeugung und Behandlung vieler Erkrankungen unserer Zeit kommt der Autophagie in Zukunft eine Schlüsselrolle zu. Dies betrifft insbesondere Alterungsprozesse, Infektionen, Krebs und Arteriosklerose, sowie Alzheimer und weitere Demenzen.



Am stärksten wird die Autophagie angeregt durch Intervall-Fasten, Sport und bestimmte Nahrungsmittel wie z.B. sekundäre Pflanzenstoffe, die z.B. auch in Kaffee, Tee etc. zu finden sind.

Einige Fakten zu positiven Wirkungen der Intervall-Methode beim Fasten:

- Daueressen ist von der Evolution nicht vorgesehen
- Durch Intervall-Fasten werden giftige Zucker-Eiweiß-Moleküle, sogenannte „Advanced Glycation Endproducts“ abgebaut
- Insulinspiegel sinkt, Bauchfett wird vermindert
- Intervallfasten beugt dadurch chronischen Krankheiten vor
- Dies ist gesichert für Diabetes, Hypertonie, Herzinfarkt, Schlaganfall, Krebs, Demenz, Arthrose, Rheuma und chronische Schmerzsyndrome wie Fibromyalgie und Migräne

Vorteile des Intervallfastens:

- Gewichtsabnahme bei Intervallmethode ist nicht primär durch die Kalorieneinschränkung bedingt, sondern durch hormonelle Effekte
- Besonders gut wirkt Kohlenhydratfasten, das in einem bestimmtem Rhythmus erfolgt, der sich aus zellbiologischen Tatsachen ableitet
- Verbesserung der Insulinresistenz und ein besseres hormonelles Gleichgewicht sind ein entscheidender Faktor für Gesundheit

Es gibt verschiedene Formen des Intervallfastens (Zufallsprinzip, 5:2 Tage, 16/8 Stunden, 20/4, 3x16). Prof. Kraft stellt insbesondere Ergebnisse der „3 x 16“-Methode vor (Zentrum Integrative Medizin Co-burg, Prof. Kraft 2013-18, n:234):

- Gewichtsabnahme von > 4-6 kg in 2 Monaten mit vorwiegender Abnahme des Bauchfetts bei >50 %
- Abnahme von mindestens einer Kleider/Bundgröße bei >50 %
- Verminderung von Cholesterin um 15 %
- Verringerung Blutdruck bei über 50 %
- Bei individueller Modifikation unter fachärztlicher Beratung und begleitender Therapie inkl. Ernährungsberatung ist Gewichtsreduktion von über 15 kg in 6 Monaten ohne Ping-Pong-Effekt möglich

DIE VORTEILE DER „3 X 16“ METHODE:

- Rasch sicht- und spürbarer Erfolg
- Vor allem Bauchfett wird reduziert
- Man fühlt sich schnell fitter und körperlich wie geistig leistungsfähiger

- Die Methode ist einfach
- Sie ist keine „Diät“ und hat keinen „Jo-Jo-Effekt“
- Sie ist leicht an persönliche Wünsche und Lebensgewohnheiten anpassbar
- Das Risiko für Gefäßerkrankungen, Diabetes, Demenz und bestimmte Krebsarten wird durch die Methode vermindert
- Und schließlich: Sie kostet nichts!
- Die aktuelle Version findet man unter dem Google-Suchbegriff „3 x 16 prof Kraft“

Fazit und Empfehlungen: Was können Sie konkret tun?

- Risikofaktoren minimieren (Hochdruck, Rauchen, Stoffwechselrisiken)
- Schutzfaktoren kennen und nutzen
- Ernährung optimieren („mediterran“)
- Autophagie erhöhen durch Intervallmethoden
- Lebenslang körperlich und geistig aktiv im Alltag
- Soziale Kontakte pflegen
- Anderen helfen
- Hirn nutzen!
- Die fünf L's für ein langes und gutes Leben: Lernen, Lachen, Laufen, Lesen, Lieben

Tipps für die Seelsorge

Prof. Kraft gibt den Anwesenden auch einige Tipps für die Seelsorge an Demenzpatienten mit auf den Weg. Wesentlich im Umgang mit Dementen sind Vertrauen und Orientierung. Es geht darum, dem Patienten Vertrauen zu schenken. Das allein hilft schon viel. Die Lebensqualität eines Dementen wird erhöht durch sein Wohlbefinden, seine Autonomie und das Wahren seiner Würde. Eine Demenz öffnet den Kanal ins Hier und Jetzt; Vergangenheit und Zukunft spielen keine Rolle mehr.

Deshalb ist die Präsenz des Seelsorgenden im Hier und Jetzt so wichtig. Eine Interventionsmöglichkeit ist z.B., den Menschen zu fragen woher er kommt bzw. was er gemacht hat. Durch dieses Führen zu früheren Kraftquellen öffnet sich der Patient.

Die Seele eines Dementen ist verletzlicher als bei Gesunden. Deshalb ist die Art der Kommunikation wichtig, auch die nonverbale Kommunikation durch Berührung (die mitmenschliche Geste)!

Seelsorgende finden gute Unterstützungsangebote für Demente bei Pflegestützpunkten und Mehrgenerationenhäusern.

Christian Beck, Coburg



Meine Eltern werden dement – was nun?

Rückblick auf den Workshop 2 beim Seelsorgetag 2018



In einer Vorstellungsrunde wird deutlich, dass der Blick auf die Demenz deutlich unterschiedlich ist, wenn jemand als Angehöriger oder Nachbar persönlich betroffen ist oder wenn jemand demenzkranken Menschen beruflich begegnet.

Bei der Begegnung mit demenzkranken Menschen hilft es, sich bewusst zu machen:

Alle Menschen, auch dementiell Erkrankte, haben neben physiologischen Bedürfnissen auch die Bedürfnisse nach Anerkennung, sozialen Kontakten, Tätigsein, Sicherheit und Bindung, Trost, Identität und Liebe (Tom Kitwood, Personenzentrierte Pflege).

Bei Angehörigen wird besonders deutlich, dass die Rollenveränderung eine besondere Herausforderung darstellt und oft irritiert, z.B. aus der Rolle des Kindes in zunehmenden Punkten Verantwortung zu übernehmen, wie es eigentlich Eltern tun. Zugleich empfinden viele einen solchen Rollentausch als unangemessen.

Angehörige sind schnell überfordert, manchmal auch isoliert, unter anderem durch die permanente Betreuungsaufgabe, den gestörten Tag/Nacht-Rhythmus, das schwindende Gegenüber, den Partner, der zum „Pflegefall“ wird.

Demenz ist für Angehörige auch eine „Gefühlskrankheit“. Sie müssen mit Angst, Scham, Trauer, schlechtem Gewissen und Wut permanent umgehen.

Angehörige stellen die Frage nach dem Sinn des Lebens, nach Werten und Bedeutung, zumal

wenn man nicht mehr erkannt wird. Eine Art Trauerprozess findet statt. Es ist notwendig, sich von der bisher gekannten Person zu verabschieden.

Über die Frage der Unterbringung in einem Pflegeheim zur Entlastung der Angehörigen wurde eifrig diskutiert.

Doch unabhängig von dem Wohnort des demenziell Erkrankten tut den Angehörigen Begleitung gut. Die Begleitung von Angehörigen kann Türen öffnen, Raum geben, Wertschätzung zeigen; Erlaubnis geben, frei zu reden; „ent-schämen“ und entlasten. Seelsorger*innen können Angehörigen raten:

- sich im Umgang mit Demenzkranken schulen zu lassen und Fachbücher zu lesen.
- Fotoalbum, Musik und Spiele können Erinnerungen wachrufen und helfen die Begegnung zu gestalten.
- sich Auszeit zu nehmen und Urlaub zu machen. Dies kann entlasten und dient der „Qualitätssicherung“.

Gemeinden können Angehörige unterstützen, z.B. durch Begegnung in Gruppen nach dem Gottesdienst, Angehörigenberatung mit „Demenzkafee“, Gottesdienst, Segnungsgottesdienst, Konzert für Demenzkranke und ihre Angehörigen.

Literaturempfehlungen

Udo Baer und Gabi Schott-Lange, Das Herz wird nicht dement, Beltz-Verlag

Eleonore von Rothenhan, Paradies im Niemandsland, Radius-Verlag

Prof. Dr. Sabine Engel, Alzheimer & Demenzen, Die Methode der einfühlsamen Kommunikation, TRIAS

Für Kinder

Dr. Martina Plieth, Mia besucht Frau Turbo-schnecke, Ein Bilderbuch über Demenz, Neukirchner Verlag

Dazu für Erwachsene, um mit Kindern über Demenz zu reden: Erkläre mir Demenz, Neukirchner Verlag

Cornelia Auers, Heroldsberg



Beziehungsweisen

Perspektiven für die Seelsorge mit Demenzkranken (Workshop 3)

Menschen mit Demenz sind Ebenbilder Gottes, sie erfahren das Leben als Fragment, stehen in Beziehung, spüren sich und ihren Körper und müssen Abschied nehmen – wie wir. Im Workshop haben wir uns mit theologischen und anthropologischen Perspektiven für die Seelsorge mit Demenzkranken beschäftigt. Sie sollten dazu anregen, die eigene Haltung in der Seelsorge weiter zu entwickeln.

„Ist das eigentlich ‚Seelsorge‘ – mit einem demenzkranken Menschen zwanzig Minuten auf dem Gang auf- und abgehen, alte Bilder betrachten, auf denen er – vielleicht? – eine alte Kirche erkennt, mit ihm alle Strophen von ‚Geh aus mein Herz‘ singen, obwohl er diese gar nicht mehr versteht?“ So fragt die Theologin Lena-Katharina Roy. Sie hat fünf Perspektiven entwickelt von denen her sie die Seelsorge mit Demenzkranken beleuchtet und die den Seelsorger/die Seelsorgerin in eine Haltung der Solidarität führen (Vergleiche: Lena-Katharina Roy: Beziehungsweisen. Perspektiven für die Seelsorge im Kontext von Demenz, in: Wege zum Menschen, 65. Jg., 161-174, 2013).

Die Perspektive der Gottebenbildlichkeit

bestimmt den Menschen primär in seiner Existenz von Gott her. Auch der dementielle Mensch ist und bleibt Ebenbild Gottes. Seelsorge vollzieht sich in einer doppelten Bewegung – sie erkennt die Gottebenbildlichkeit als dem Menschen vorgegeben an und spricht sie ihm zugleich immer wieder auch zu. Dies kann besonders im Feiern des Gottesdienstes zum Ausdruck kommen oder in direkter Zusage und Segenshandlung.



Die Perspektive der Fragmentarität

bedeutet von Gott her, dass unser Fühlen, Wollen und Denken immer bruchstückhaft ist und wir deshalb auf Gottes Gnade und Rechtfertigung angewiesen sind. Zugleich ist das Fragmentsein auch grundlegendes anthropologisches Prinzip. In der Seelsorge gilt es, die fragmentarische Existenz des Menschen anzuerkennen, sie auszuhalten und annehmbar werden zu lassen. Dies kann z.B. geschehen durch lebensgeschichtliche Begleitung.

Die Perspektive der Beziehung

geht davon aus, dass der Mensch wesentlich in Beziehung steht mit Gott, mit anderen Menschen und sich selbst. Wie ich mich selbst wahrnehme ist eng verbunden mit dem, wie ich diese Beziehungen erlebe. Im Segen und durch Berührungen kann diese Perspektive konkret spürbar werden.

Die Perspektive der Leiblichkeit

nimmt den Leib als Grunddimension der personalen Existenz des Menschen in den Blick. Leiborientierte Seelsorgeformen bieten eine Möglichkeit, jenseits von Reflexion und Sprache miteinander in Beziehung zu treten. Sie öffnen zugleich einen spirituell-transzendenten Raum. So kann z.B. das Singen von vertrauten Liedversen als leibhaftige Seelsorge erfahren werden.

Die Perspektive des Abschieds

bezieht sich darauf, dass das ganze Leben geprägt ist von Abschieden. Dies enthält zugleich aber auch die Möglichkeit, Tag für Tag neu zu werden. In Lebens- und Sterbebegleitung kann sowohl die damit verbundene Trauerarbeit als auch die damit verbundene Verheißung erfahrbar werden.

Diese fünf Perspektiven eignen sich m.E. hervorragend, um demenzkranken Menschen zu begegnen. Darüber hinaus befreien sie Seelsorge grundsätzlich von einem Leistungsdruck und ermöglichen Begegnungen, die geprägt sind von Aufrichtigkeit und Akzeptanz. Sie sind deshalb aus meiner Sicht bedeutsam und hilfreich für jede Art von Seelsorge.

Thilo Auers, Heroldsberg



Raus aus der Demenzfalle!

Wie es gelingen kann, die Selbstheilungskräfte des Gehirns zu aktivieren

Workshop 4 beim Seelsorgetag 2018

2017 veröffentlichte der Hirnforscher Gerald Hüther sein Buch „Raus aus der Demenzfalle! Wie es gelingen kann, die Selbstheilungskräfte des Gehirns rechtzeitig zu aktivieren“. Man könnte dieses Büchlein als eine Provokation für die seit Jahrzehnten anhaltende Forschung rund um das Thema Demenz ansehen, da er ausgehend von der sogenannten Nonnenstudie bezweifelt, dass Demenz etwas mit den Abbauprozessen im Gehirn zu tun hat, sondern vielmehr damit, wie und für was wir unser Leben geführt haben.

Zunächst erfuhren die Teilnehmer*innen am Workshop, was es mit der Nonnenstudie auf sich hat. Kurz gesagt, wurde in dieser Studie nachgewiesen, dass die Symptome, die mit Demenz einhergehen, nichts zu tun haben mit Ablagerungen im menschlichen Gehirn. Die Studie wies nach, dass die Gehirne von Nonnen in den USA genau die gleichen Ablagerungen und „Auflösungserscheinungen“ zeigten wie von Menschen außerhalb der Klöster. Aber: Keine dieser Nonnen entwickelte eine Demenz! Demenz kann also nicht herrühren von diesen Abbauprozessen im Gehirn. Hüther macht sich in seinem Buch auf die Suche nach den eigentlichen Ursachen. Ausgehend von den Erkenntnissen der Salutogenese schreibt er: „Diese Neuorganisation neuronaler Verschaltungsmuster im Gehirn kann nicht in Gang kommen, wenn jemand sein Leben freud- und lustlos in eingefahrenen Routinen verbringt. Oder wenn sich die betreffende Person mit lauter unlösbaren Problemen konfrontiert sieht. Wenn sie nicht versteht, was um sie herum geschieht, und meint, all das, was sie bedrängt, weder auf irgendeine Weise klären noch abstellen zu können. Und wenn sie deshalb womöglich sogar das eigene Leben und alles, was sie tagtäglich macht, als sinnlos empfindet.

Unter diesen Bedingungen kann auch das Gehirn nur in einen Zustand wachsender Inkohärenz geraten. Und weil dort nichts mehr so recht zusammenpasst, breiten sich immer neue Wellen innerer Erregung bis in seine tieferliegenden Bereiche aus. Die betreffende Person fühlt sich dann nicht einfach nur schlecht. In ihrem Gehirn werden nun auch die für das Auswachsen von Nervenzellfortsätzen und die Herstellung neuer Verknüpfungen notwendigen Mechanis-

men unterdrückt. So können keine Regeneration und kein Wiederaufbau verlorengangener Vernetzungen gelingen.

Genau das hat auch schon Aaron Antonovsky in seinen Untersuchungen erkannt und als Verletzung der drei salutogenetischen Grundregeln bezeichnet. Gesund werden – und damit auch ihr Wachstums- und Entwicklungspotential zur Entfaltung bringen – können Menschen demzufolge nur dann, wenn sie in einer Welt leben,

- in der sie das Gefühl haben zu verstehen, was in dieser Welt geschieht (Verstehbarkeit),
- in der sie das, was sie verstanden haben, auch umzusetzen und zu gestalten in der Lage sind (Gestaltbarkeit) und
- in der ihnen das, was sie verstanden haben und selbst gestalten, als sinnvoll erscheint (Sinnhaftigkeit).

Jetzt wird klar, weshalb Nonnen nicht nur seltener erkranken, sondern trotz der in ihrem Gehirn ablaufenden Abbauprozesse auch selten dement werden: Für sie ist die Welt, in der sie leben, nicht nur verstehbar und von ihnen selbst gestaltbar. Ihnen erscheint auch alles, was in diese Welt geschieht und was sie dort machen, als sinnvoll und in einen größeren Kontext eingebunden. Deshalb ist auch ihr Kohärenzgefühl deutlich stärker ausgeprägt als das jener Personen, die außerhalb von Klostermauern leben. Diese haben nur selten das Gefühl zu verstehen, was in unserer hektischen, digitalisierten und globalisierten Welt alles geschieht. Und wenn sie es verstanden, sind sie doch kaum in der Lage, darauf irgendeinen wirksamen gestalterischen Einfluss zu nehmen. Und den meisten Menschen in unserer heutigen Zeit fällt es auch schwer, dieses ganze Geschehen als sinnhaft zu erachten.“ (S. 48-50)

Im Anschluss machten die Teilnehmer*innen ein Brainstorming zu den vier Aussagen Hüthers: „Wir wollen alle ohne Angst leben“; „Wir wollen alle glücklich sein“; „Wir wollen alle verbunden bleiben und uns frei entwickeln“; „Niemand will dement werden“.

Dann ging es um grundlegende Haltungen, die es ermöglichen, diese vier Grundaussagen im Leben zu verwirklichen. Zitat Gerald Hüther:

„Es gibt eine Vielzahl von Untersuchungen, die belegen, was jeder Mensch im Innersten seines



Herzens weiß und was dennoch so vielen Menschen aufgrund der von ihnen gemachten Erfahrungen und der daraus entstandenen Haltungen so unendlich schwerfällt:

- Weniger essen und sich sorgfältiger überlegen, was man isst.
- Sich mehr bewegen und die Möglichkeiten zur Steuerung des eigenen Körpers, auch der eigenen Beweglichkeit, erkunden.
- Sich an der Vielfalt und Schönheit der Welt begeistern.
- Sich die Freude am eigenen Nachdenken, am eigenen Entdecken und Gestalten, am Lernen und an der eigenen Weiterentwicklung nicht durch andere verderben lassen.
- Sich nicht an dem orientieren, was andere für wichtig halten, sondern das tun, was man selbst für wichtig erachtet, weil es dem entspricht, was wir mit der Vorstellung eigener Würde verbinden.
- Sich nicht davon abbringen lassen, nach dem Sinn seines Lebens zu suchen und ein Leben zu führen, das dieser Sinngebung entspricht.
- Seine Beziehungen zu anderen Menschen so gestalten, dass man mit diesen anderen gemeinsam über sich hinauswachsen kann, statt diese anderen zu benutzen, um sich in seiner Bedürftigkeit selbst zu stärken.“ (S. 85-86)

In sechs Kleingruppen erarbeiteten die Teilnehmer*innen dann Folgerungen aus Textabschnitten des Hüther-Buches für die Gestaltung von Seelsorge:

Jede Gruppe bekam S. 89 – 90 als Text und die Frage „Drei Erkenntnisse für Ihre Arbeit als Seelsorger*in“, und zusätzlich einen der nachfolgenden Texte. In Klammern stehen die drei Folgerungen als Ergebnis der Gruppenarbeit, die auf Kärtchen festgehalten wurden:

Gruppe 1: S. 91–95 „Wer seinen Körper vernachlässigt, vernachlässigt auch sein Gehirn“ (Ermutigung/Inspiration; eigene Freunde; Motivation)

Gruppe 2: S. 95–97 „Wer sich selbst nicht mag, neigt dazu, sich und andere zu verletzen“ (Jeder Mensch wird in seinem Lebensverlauf mit psychischen Traumata konfrontiert; Durch einen Außenimpuls kann Trauer aufgespürt und Versöhnung mit sich selbst und anderen ermöglicht werden; Abholung in der eigenen Welt)

Gruppe 3: S. 97–100 „Wer sich nicht mit anderen verbunden fühlt, bleibt auch mit seinen Problemen allein“ (Wertschätzendes Zuhören, Schmerz würdigen; Auf Augenhöhe zuhören und lie-

bevolle Verwandlung ermöglichen; das innere Kind lieben und lieben lassen)

Gruppe 4: S. 100–104 „Wer seine Lust am Lernen verloren hat, hat auch keine Lust mehr auf das Leben“ (auf neue Dinge einlassen können; neu leben lernen; nicht belehren wollen)

Gruppe 5: S. 104–108 „Wer sich nicht bewusst macht, wer er sein will, kann sich nur verlieren“ (Mit Gegenüber zusammen das IST/JETZT wertschätzen – Vorbild Demenzkranke; In der Biographie die Werte des Gegenübers zu benennen/ermitteln + bewusst machen; Sensibilisierung für Sinnlosigkeit + Haltung/Umgang des Gegenübers damit)

Gruppe 6: S. 108–110 „Wer sich nicht entscheidet, wofür er leben will, kann sich nur verlieren“ (jeder Mensch kann zu jedem Zeitpunkt seines Lebens dafür entscheiden, bewusster, achtsamer gegenüber selbst auch gegenüber anderen; Zeit/Würde; Vertrauen aufbauen, Ermutigung, Inspiration, neuen Sinn suchen)

Das Resümee der Teilnehmer*innen: Man kann selbst viel dafür tun, Demenz zu verhindern, bei sich selbst und durch eine Haltung des Seelsorgenden, der die Thesen Gerald Hüthers auch lebt. Die Erkenntnisse, zu denen Gerald Hüther in seinem Buch kommt, sind ein wertvoller Beitrag für die Art und Weise, wie wir Seelsorge betreiben können und sollten.

Literatur: Gerald Hüther, Raus aus der Demenzfalle! Wie es gelingen kann, die Selbstheilungskräfte des Gehirns rechtzeitig zu aktivieren. Gebundene Ausgabe: 144 Seiten. Verlag: Arkana; Auflage: 4 (2. Oktober 2017).

Christian Beck, Coburg



Digitalisierung und Seelsorge

Auf was es ankommt und inwieweit digitale Medien unterstützen

Wer im Leben der Menschen vorkommen, wer sie erreichen will, der muss digital unterwegs und auf diesen Kanälen ansprechbar sein – das gilt auch für die Kirchen. Aber Seelsorge und Digitalisierung, passt das zusammen? Mit Angeboten wie Telefon- und Chatseelsorge sind die beiden christlichen Kirchen schon seit langem in diesem Bereich aktiv. Mit immer neuen digitalen Möglichkeiten, braucht es aber auch immer neue kirchliche Angebote, die die Menschen in ihrer Lebenswelt abholen. Das Erzbistum Freiburg hat nun als erstes deutsches Bistum eine eigene Stelle für den Bereich „Digitalisierung und Pastoral“ geschaffen.

Von Diana Schmid

Freie Journalistin

Dass man im Erzbistum Freiburg seit 2019 eine eigene Stelle für „Digitalisierung und Pastoral“ eingerichtet hat, unterstreicht, dass die Kirche sich mit diesen brennenden Fragen auseinandersetzt und auf diesem Gebiet durchaus etwas passiert. Erster Stelleninhaber ist Martin Wichmann. Für den Theologen stellt Seelsorge unter anderem Kommunikation dar, die schon lange digitalisiert und damit mengenmäßig enorm gewachsen ist. Davon bliebe auch die Seelsorge nicht unberührt, was über deren Qualität damit prinzipiell noch nichts aussagen würde: Denn wenn ein Seelsorger innerlich abwesend sei, sich auf sein Gegenüber nicht einlas-

se, verfehle dieser auch analog seine Aufgabe. Also stellt Wichmann hier auf eine innerliche Anwesenheit oder Präsenz ab, der es online wie offline bedarf, damit qualitativ hochwertige Seelsorge geleistet werden kann. Ihm zufolge könne man Phänomene der Digitalisierung auch gewinnbrin-

gend für die Seelsorge nutzen, weil man nicht mehr physisch am gleichen Ort anwesend sein müsse, oder über das Internet Zugang zu Personen ermögliche, die in einer Kirchengemeinde sonst vielleicht nie in Erscheinung treten würden.

SEELSORGE IST KOMMUNIKATION

Für den therapeutischen Krisenseelsorger und Notfallseelsorger Christian Beck aus Coburg ist die elektronische Kommunikation allgegenwärtig und im Leben vieler Menschen nicht wegzudenken. Doch passt diese Art der Kommunikation zu seiner seelsorgerlichen Arbeit? Ja und Nein: „Es liegen Chancen in dieser Art des ‚Ge-



sprächs', aber ich sehe auch deutliche Grenzen.“ Ein möglicher Vorteil eines Erstkontakts per Mail oder auch Messenger könne beispielsweise darin bestehen, dass die befürchtete Nachfrage nach dem Grund der Kontaktaufnahme zunächst ausbleibe. Digitale Kontaktaufnahme ist niederschwellig und bietet den Schutz der Anonymität. Viele Menschen tun sich so leichter, ihr Anliegen vorzubringen, als von Angesicht zu Angesicht. Per Mail könne man sich ungeschminkt öffnen, sich etwas „von der Seele schreiben“. Allerdings müsse man darauf als Seelsorger sehr zeitnah, binnen ein bis zwei Tagen, reagieren. Mit einer Fülle an Mails dürfe man nicht schludrig umgehen, wenn man sich für die Nutzung elektronischer Medien in der seelsorgerlichen Kommunikation entscheide.

Er favorisiert jedoch das persönliche seelsorgerliche Gespräch, da hier kein Zeitversatz zwischen Mailwechseln und auch nicht die Gefahr eines Verlusts zwischen den Zeilen gegeben ist. Vielmehr sei etwas anderes da: die persönliche Begegnung – und mit ihr auch Körpersprache, Mi-

mik, Gestik, Tonfall, die online nicht sichtbar wären. Sein Dasein im Hier und Jetzt, also seine völlige Präsenz, sieht Beck als absolute Grundvoraussetzung für ein Seelsorgegespräch, denn damit kann der Hilfesuchende berührt werden.

Nicht der Ausschluss von digitaler Seelsorge per se, sondern die sichere digitale Ausgestaltung kann die Vor-Ort-Seelsorge optimal ergänzen. Die bedeutsame persönliche Komponente, die Präsenz, kann man über das Netz zwar nicht bedienen, jedoch anzetteln.

Durch den niederschweligen Zugang können auch kirchenferne Personen gut andocken. Das digitale Angebot kann einen wertvollen greifbaren Knoten als Einstieg bilden, den ein Hilfesuchender offline nicht zu fassen bekommen hätte. Daraus lässt sich eine Hilfskette knüpfen, die in einem Präsenz-Kontakt mit erweiterten Hilfsmöglichkeiten mündet.

Wenn Seelsorge von echten Menschen über moderne Kommunikationskanäle wie Chat, E-Mail oder Instant-Messaging-Dienste angeboten wird, kann sie Hilfesuchende erreichen, die sie auf herkömmlichem Offline-Weg nicht erreicht hätte. Jemand hätte sich mit seinem

Problem erst in die Öffentlichkeit wagen müssen. Er hätte innerhalb eines festen Zeitrahmens einen Raum betreten müssen, der ihn wegen eines kirchlichen „Labels“ eventuell abgeschreckt hätte. Wenn kirchliche Angebote im Netz stattfinden, wird das niederschwelliger.

Ein digital-anonymer Raum lässt sich leichter betreten – die Hilfe steht im Vordergrund. Jedoch gilt es gerade im Umgang mit den modernen digitalen Medien und Angeboten, die auf ihnen basieren sollen, Sicherheit

zu gewährleisten und einen Raum zu schaffen, bei dem sich Betroffene auch in sensiblen Situationen wohl und geschützt fühlen: vielfach werden Seelsorger mit sehr persönlichen und vertraulichen Dingen konfrontiert. Für katholische Priester gilt das Beichtgeheimnis, die evangelische Kirche kennt das sogenannte Seelsorgegeheimnis. Die Träger von Telefon- oder Chatseelsorge müssen einen Raum gewährleisten, der Daten und Inhalte, die an sie herangetragen werden, schützt.

KEINE SORLOSE SEELSORGE

Pfarrer Norbert Ellinger ist sich der Wichtigkeit dieses Schutzraums gewahr und will gleichzeitig dafür Bewusstsein schaffen, dass es für Seelsorge sichere Plattformen braucht: „Seelsorge und Sorglosigkeit vertragen sich nicht“. Er muss es wissen, denn er leitet die Abteilung Evangelische Telefonseelsorge am Evangelischen Beratungszentrum München. Eine sichere Plattform sei für ihn oberstes Prinzip und Digitalisierung in der Seelsorge sei Fakt, keine Frage des Wollens oder Sollens: „Wer mailt, Whatsapp und Facebook nutzt, ist im digitalen Raum unterwegs, und das sind wir also fast alle.“ Digitalisierung ist für Ellinger im Prinzip erreicht: „Wir leben in der Digitalität. Die Menschen fragen uns nicht, ob sie uns mailen oder per Internet in Kontakt treten dürfen, sie tun es einfach. Und damit ist digitale Seelsorge ein Faktum.“ Die Telefonseelsorge ist seit mehr als 20 Jahren in der digitalen Seelsorge aktiv, in der Chat- und Mailseelsorge. Neben den eigentlichen seelsorgerischen Themen, ist hier die Sicherheit der Kanäle und der Schutz der Klienten oberstes Gebot: „Wir haben eine sichere, webbasierte Plattform dafür, das bedeutet alle Mails und Chats bleiben auf einem Server und gehen nicht, wie beispielsweise normale Mails, erst mal um den Globus.“ Dies solle ihm zufolge für jeden Anbieter von Seelsorge gelten, auch müssten beispielsweise Psychologen und Online-Beratungs-Anbieter sichere Plattformen haben. Dabei geht es ihm ums Wachrütteln, nicht ums Anschwärzen. Sein Anliegen ist, dass vornehmlich die Kirche eine sichere Plattform für Seelsorge braucht.



Chancen und Grenzen elektronischer Kommunikation in der Seelsorge

Die elektronische Kommunikation ist allgegenwärtig und im Leben vieler Menschen nicht mehr wegzudenken. Man schreibt schnell eine SMS oder eine WhatsApp-Nachricht, gibt Inhalte per E-Mail weiter oder lässt gleich eine größere Anzahl Menschen teilhaben an den eigenen Gedanken via einer sozialen Internet-Plattform.



Und nicht nur die jüngere Generation läuft mit dem Smartphone herum als wäre es ein menschliches Kommunikationsorgan, sondern auch ältere, die noch die Zeit ohne Handy kannten. Letzterer Generation gehört der Schreiber dieser Zeilen an. Ich nutze sehr häufig E-Mails und gelegentlich auch SMS, um zu kommunizieren. Das ist praktisch, weil ich schnell bin im Tippen und Menschen, mit denen ich kommuniziere dann nicht durch einen Anruf zur Unzeit störe, sondern der Empfänger sich mit dem Inhalt der Nachricht beschäftigen kann, wenn es ihm passt. Aber passt diese Art der Kommunikation zu meiner seelsorgerlichen Arbeit? Die Antwort lautet wie immer Ja und Nein. Es liegen Chancen in dieser Art des „Gesprächs“, aber ich sehe auch deutliche Grenzen.

Wenn ich Vorträge oder Fortbildungen halte, werbe ich dafür, in Krisen Kontakt zu einem Seelsorger (nicht einem pastoralen Organisator, sondern im Wortsinn verstanden: Sorger für die Seele) aufzunehmen. Meine Handynummer und E-Mail-Adresse gebe ich da sehr gerne an alle weiter. Selbst, wenn die meisten Menschen, die einen Vortrag über Krisen oder Stress etc. bei mir besuchen, diese Kontaktdaten niemals nut-

zen, hat allein das Wissen darum einen großen Vorteil: Im Zweifelsfall könnte man da ja doch einmal anrufen oder eine Mail schreiben.

Wie ich aus hunderten von Krisengesprächen weiß, tun sich Menschen aber sehr schwer, tatsächlich den Schritt zu wagen, bei mir anzurufen. Die Hemmschwelle, sich der Frage ausgesetzt zu sehen, um was es denn gehe, lässt viele davor zurückschrecken. Ich habe es mir deshalb abgewöhnt, am Telefon nach dem Grund für die Bitte um eine Krisenbegleitung zu fragen, sondern vereinbare gleich einen Termin. Das erleichtert sichtbar dem Anrufer oder der Anruferin das „Krisen-Outing“.

Einfacher ist für manche der Erstkontakt per Mail oder auch SMS, da dann die befürchtete Nachfrage nach dem Grund der Kontaktaufnahme ausbleibt. Diejenigen, die in dieser Weise Kontakt aufnehmen, schildern oft gleich sehr ausführlich und auch recht „ungeschminkt“, was ihr Problem ist. Oft sind diese Mails erstaunlich lang, so dass ich den Eindruck habe, hier schreibt sich tatsächlich jemand etwas von der Seele.

Zu meinem Selbstverständnis als Seelsorger gehört, sehr zeitnah auf solche Nachrichten zu antworten. Meist geschieht das schon am gleichen Tag oder aber am Folgetag. Nur in Ausnahmefällen brauche ich dazu länger. Das liegt an meiner Angewohnheit, meine Mails täglich mehrmals zu prüfen. Allerdings kenne ich auch pastorale Mitarbeiter*innen, die auf solche elektronischen Anfragen mit großer Zeitverzögerung oder auch gar nicht reagieren.

Eine erste Erkenntnis zur Frage nach der Nutzung elektronischer Medien in der seelsorgerlichen Kommunikation ist also, dass man sie, wenn man sich zu deren Nutzung entscheidet, auch zuverlässig nutzt und mit der Fülle an Mails nicht schludrig umgeht.

In den wenigsten Fällen entspinnt sich aus dem Erstkontakt per Mail eine längere per Mail geführte Kommunikation. Das hat verschiedene Gründe. Ein Hauptgrund liegt aber einfach in der Tatsache, dass es zu kompliziert und zeitaufwändig ist, hin- und herzumailen. Nachfragen können immer nur zeitversetzt beantwortet werden. Und vor allem liest jeder zwischen den Zeilen. Und leider auch das, was da gar nicht steht. Zudem ist die für eine gute seelsorgerliche Begleitung unerlässliche Beachtung der Körper-



sprache, Mimik, Gestik, Tonfall etc. in dieser Kommunikation ganz ausgeblendet. Diese non-verbale Kommunikation macht aber den größten Teil von Kommunikation aus.

Deshalb favorisiere ich auf jeden Fall das persönliche seelsorgerliche Gespräch in einem guten Rahmen, meist zu Hause beim Hilfesuchenden, da es dort den meisten am besten gelingt, sich ganz zu öffnen. Wenn das nicht möglich ist, dann suche ich einen neutralen Ort, wo wir uns treffen.

Auch da solche krisenseelsorgerlichen Gespräche oft drei bis vier Stunden dauern – was den unbestrittenen Vorteil von Seelsorge ausmacht, da man Zeit miteinander verbringt und nicht eine Therapiesitzung absolviert – ist die persönliche Begegnung unablässig. Würde man versuchen, sich so lange über wirklich tiefgreifende Inhalte per Mail auszutauschen, scheiterte man.

Seelsorge ist etwas anderes als Beratung. Seelsorge ist Begleitung und eine Begegnung von gleichwertigen Menschen auf Augenhöhe. Der Seelsorger oder die Seelsorgerin ist nicht etwas Besseres oder steht über dem Begleiteten, da er oder sie vermeintlich einen Wissens- oder Erkenntnisvorsprung hat. Das Geheimnis echter Seelsorge besteht eben gerade darin, dass es kein Gefälle zwischen Begleiter und Begleitetem gibt. Der Faktor der Zeit spielt neben dieser Gleichwertigkeit der Gesprächspartner nach meiner Erfahrung eine entscheidende Rolle. Beide schenken einander etwas von ihrer Lebenszeit – und beide profitieren davon. Als Seelsorger nehme ich aus jedem Krisengespräch für mich neue Erkenntnisse mit.

Gegenüber einer rein elektronisch geführten Kommunikation hat das persönliche Seelsorgegespräch auch noch einen anderen entscheidenden Vorteil. Es wird eine Raum-Zeit geschaffen, die ganz dieser Begegnung der beiden Gesprächspartner gewidmet ist. Was ist damit gemeint? Wenn ich Menschen beim elektronischen Kommunizieren beobachte (in der Schule, bei Sitzungen, im Restaurant, auf der Straße ...), dann kommt es mir so vor, als lebten diese Menschen gleichzeitig in zwei Räumen und zwei Zeiten: in dem, was sie gerade tun oder wo sie gerade sind – und in dem, mit was sie sich gerade in der elektronischen Kommunikation beschäftigen. Bei den meisten Menschen führt das aber dazu, dass sie in keiner dieser beiden parallelen Raum-Zeiten oder Welten völlig präsent sind. Multitasking funktioniert nicht: es führt zu einer geteilten Aufmerksamkeit, aber nicht zu völliger Präsenz.

Diese völlige Präsenz ist aber eine absolute Grundvoraussetzung für ein Seelsorgegespräch. In den schweren Krisenfällen, die ich begleite, braucht der Hilfesuchende meine absolute Präsenz in Raum und Zeit. Ich bin ganz fokussiert auf den Gesprächspartner; ich lasse mich ganz auf ihn ein; ich vergesse, was mich sonst noch umtreibt; ich schaue nicht auf die Uhr; ich bin nicht auf dem Sprung; ich habe so viel Zeit, wie eben nötig ist. Und der Hilfesuchende ist ebenfalls ganz präsent, wenn er z.B. tief in seine krisenhafte Lebensgeschichte eintaucht und gerade wegen dieser absoluten Präsenz dort Dinge entdeckt, die er vorher nicht sehen konnte. Der Seelsorger wird zur Sehhilfe nicht wegen seines Wissens- oder Erfahrungsvorsprungs, sondern wegen seines Daseins ganz im Hier und Jetzt. Das ist in einer elektronischen Kommunikation nicht möglich, auch wenn sie noch so gewissenhaft, ausführlich und ungeteilt geführt wird.

Ein letzter von sicher noch mehr Aspekten macht die Begegnung von Mensch zu Mensch in Raum und Zeit in der Seelsorge unentbehrlich: Berührung. Schauen wir auf den Seelsorger schlechthin: Jesus. Seine menschlichen Begegnungen waren häufig nicht nur Begegnungen auf der Ebene des gesprochenen Wortes, sondern auch auf der Ebene der Berührung.

Und damit ist gar nicht nur eine körperliche Berührung des Gesprächspartners gemeint – auch, wenn diese sehr heilsam wirken kann – sondern das Berührt-werden durch die reale Präsenz der anderen Person. Jesus rührt Menschen („Berührung“ kommt vom Wort „rühren“) an. Seine Art und Weise, auf Menschen zuzugehen, ihnen zu begegnen in der ganzen Präsenz seiner Ausstrahlung rührt Menschen dazu an, sich ihm ganz und gar zu öffnen. Die z.B. in den Heilungsgeschichten erfolgende körperliche Berührung ist dann nur noch ein äußerer Ausdruck dieser inneren Rührung und Berührung.



Sehr stark erlebe ich diesen Aspekt von Kommunikation in meiner Arbeit als Notfallseelsorger. Seelsorge in Notfällen geht nicht elektronisch – sie geht nur, indem Betroffene und Seelsorger am gleichen Ort sind. In den Ausbildungskursen, die ich für angehende Notfallseelsorger*innen halte, spreche ich oft vom „aktiven Schweigen“ (Vgl. dazu das Interview auf S. 16-17).

Die innere Haltung des „aktiven Zuhörens“ ist aus der Kommunikationslehre bekannt. Oft aber gibt es angesichts der absoluten Ohnmacht bei einem plötzlichen Todesfall (erfolglose Reanimation, Suizid etc.) gar keine Worte, die ausdrücken könnten, was auch mich als Seelsorger bewegt. Da bleibt das Schweigen. Aber ein Schweigen, das gefüllt ist von der absoluten, vorurteilsfreien, zweckfreien, wirklichen Präsenz des Seelsorgenden. Im Schweigen begegnen sich Betroffener und Seelsorger auf einer Ebene des Ungesagten, Unaussprechbaren, aber gleichermaßen Realem. Wie sollte dieses aktive Schweigen auf elektronischem Weg funktionieren?

Mein Fazit: ich kommuniziere gerne mit Menschen per E-Mail, weil es für mich als Schnelltipper eine schöne Form ist, Kontakt aufzunehmen oder zu halten, Gedanken auszutauschen oder Informationen weiterzugeben. Aber ich kann mir eine wirklich tiefgehende Seelsorge, die das Innerste eines Menschen berührt und rührt, wenn es um schwere Lebenskrisen und Schicksalsschläge geht, ohne die reale Begegnung in Raum und Zeit nicht vorstellen.

Seelsorge lebt gerade von dieser realen Begegnung und schafft damit eine Verbindung beider Gesprächspartner, die sie unterscheidet von der oft an der Oberfläche bleibenden Inflation der geschriebenen Worte in tausenden von Sprachnachrichten, Chats, Kommentaren, Mails etc. Seelsorge ist leibhaftige, also körperliche Begegnung zweier Menschen, die sich auf diese Weise auch seelisch und geistig in einzigartiger Weise nahekomen, berühren und anrühren können.

Christian Beck, Coburg

A und O

Wenn der Sonntag einmal lange genug kaputt ist, weil die Geschäftsleitung immer keinen besseren Termin für die Dienstbesprechung finden konnte als den Sonntagmorgen und weil das wohnungssuchende Paar das Angebot des Maklers optimal am Tag des Herrn in Augenschein nehmen konnte und weil das Kaufhaus mit der Zeit ging und seine Pforten, wie es die internationale Konkurrenz befahl, siebenmal in der Woche 24 Stunden geöffnet hielt, wenn also einmal lange genug vergessen ist, wes Geistes Kind der Sonntag einst war, werden zunächst ein paar Jahre ins Land gehen ...

Dann wird ein vermutlich philosophierender, möglicherweise meditierender, womöglich transzendierender, eventuell transpirierender, vorzugsweise östlich inspirierter, spiritueller oder auch spiritistischer Mensch in weißen Kleidern kommen und wird die Veranstaltungssäle des Landes füllen und viel Tausende begeisterter Anhänger finden unter Armen und Reichen, un-

ter Gebildeten und Analphabeten, unter Promovierten und Habilitierten und wird uns lehren, was die Welt im Innersten zusammenhält ...

Er wird uns lehren, dass die Welt und das All und überhaupt alles seinen Ursprung hat in der Zahl drei und der Zahl vier. Er wird uns zu verstehen lehren, dass die Drei und die Vier zusammen die

Sieben ergeben und dass auf diesen Zahlen, vor allem auf der Sieben, alles beruht, die Welt und das All und die Atome und die Moleküle, die kühle Mole, alles eben, und dass die Menschen zurückfinden müssen zu ursprünglichen Ursprüngen, mithin zur Siebenzahl, weil die Sie-

benzahl das A und das O ist, und er wird der Menschheit zu deren Rettung dringend empfehlen, dass sie am jeweils siebenten Tag ruhen solle, weil dieser Tag seine besonderen Schwingungen habe, die der Seele gut täten und den Leib heil werden ließen. Und dann werden wir gläubig staunen und sagen „Aaah“ und „Oooh“.

go

**Ohne Sonntag
gibt's nur noch
Werkstage.**

Ihre Evangelische Kirche





Etwas mehr Hirn, bitte

Eine Einladung zur Wiederentdeckung der Freude am eigenen Denken und der Lust am gemeinsamen Gestalten

Gerald Hüther

Gebundene Ausgabe: 187 Seiten

Verlag: Vandenhoeck & Ruprecht; Auflage: 1 (11. März 2015)

Nur wir Menschen sind in der Lage, unsere Lebenswelt immer besser nach unseren eigenen Vorstellungen zu gestalten. Indem wir uns aber immer perfekter an die so gestaltete Lebenswelt anpassen, verlieren wir allzu leicht auch unsere Fähigkeit, immer wieder nach neuen Wegen zu suchen und dabei aus den eigenen Fehlern zu lernen. Doch: Wir sind frei, wir haben die Wahl. Wir können diese selbstverständlich gewordenen Vorstellungen hinterfragen, wir können sie loslassen und uns entscheiden, unser Leben und unser Zusammenleben anders zu gestalten.

Denn der Mensch ist ein soziales Wesen. Und für die Entfaltung der in uns angelegten Potentiale brauchen wir die Begegnung und den Austausch mit anderen. Die Freude am eigenen Denken und die Lust am gemeinsamen Gestalten sind die großen Themen dieses Buches. Der Biologe Hüther macht deutlich: Jedes lebende System kann das in ihm angelegte Potential am besten in einem koevolutiven Prozess mit anderen Lebensformen zur Entfaltung bringen. Oder einfacher: Gemeinsam kommen wir weiter als allein. Und finden zurück zu dem Lebendigen, das uns ausmacht: zu neuer Kreativität, zum Mut zu sich selbst und zu persönlichen Antworten auf die Frage nach dem Sinn des Lebens. Wir verfügen über Talente und Begabungen und ein zeitlebens

lernfähiges Gehirn, das für die Lösung von Problemen optimiert ist. Wir können Erfahrungen anderer übernehmen und über Generationen weitergeben.

Doch alte, gebahnte Denkmuster verhindern, was für das Entstehen von Potentialentfaltungsgemeinschaften erforderlich ist: Vertrauen, Austausch, Begegnung. Wenn wir erkennen, dass unser Gehirn sein Potential in Netzwerken mit anderen entfalten kann, dass wir in all unserer Verschiedenheit zusammengehören, voneinander abhängig und miteinander verbunden sind, dann öffnet sich auch der Weg in eine hoffnungsvolle Zukunft, denn: Gemeinsam verfügen wir über deutlich mehr Hirn als allein!

Etwas mehr Hirn mit Cartoons

Gerald Hüther (Autor), Jörg Plannerer (Zeichner)

Gebundene Ausgabe: 112 Seiten

Verlag: Vandenhoeck & Ruprecht; Auflage: 1 (10. Oktober 2016)

Nach der so positiven Resonanz auf Gerald Hüthers aktuelles Grundlagenwerk „Etwas mehr Hirn, bitte“ lag für Vandenhoeck & Ruprecht nichts näher, als dem Untertitel *Eine Einladung zur Wiederentdeckung der Freude am eigenen Denken und der Lust auf gemeinsames Gestalten* weiter zur Geltung zu verhelfen. Dem Hütterschen Aufruf zur »Potentialentfaltung« hat sich der Illustrator Jörg Plannerer gestellt und sich von Kernaussagen des Buches inspirieren lassen.

Herausgekommen ist eine ausgewogene Mischung von Textauszügen aus Hütters Buch, denen augenzwinkernde Bebilderungen gegenübergestellt sind. Dabei greift Plannerer die bildhafte Sprache des Autors auf und verdichtet Inhalte zu Cartoons, die mit Witz und Ironie das, was Hüther meint, auf die (Bleistift-) Spitze treiben. So ist ein lehrreicher, aber eben auch amüsanter Band entstanden, der auf besondere Art über das eigentliche Werk hinausgeht und dem Leser da und dort »noch mehr Hirn« abverlangt.





Es gibt Situationen, in denen es uns die Sprache verschlägt. Uns fehlen die Worte. Auf was es dann ankommt und wie man „aktiv schweigt“, davon berichtet der Krisen- und Notfallseelsorger Christian Beck aus Coburg im folgenden Interview.

Herr Beck, Sie sind seit fast 20 Jahren als Seelsorger für Krisen- und Notfallbelange tätig. Das ist eine lange Zeit. Was sind das für Situationen, die Ihnen immer wieder begegnen, in denen Worte kaum weiterhelfen können?

Was würden Sie einer Mutter sagen, die gerade ihr erst wenige Wochen altes Baby durch plötzlichen Kindstod verloren hat? In der Notfallseelsorge begegnet uns das sehr häufig – mit Worten nicht mehr helfen zu können.

Wie ist das mit diesem Aktiven Schweigen, was passiert da?

Den Begriff „Aktives Schweigen“ habe ich irgendwann geprägt in der Ausbildung für künftige Notfallseelsorger*innen, die ich leite. Bekannt ist das „Aktive Zuhören“ als eine wichtige Grundhaltung unter anderem in der Seelsorge. Hören und hören sind zweierlei. Man kann hinhören und doch nicht bei der Sache sein. Und man kann zuhören und innerlich selbst beteiligt, vielleicht auch bewegt sein von dem, was man hört. Tatsächlich spielt dabei die Körpersprache eine wichtige Rolle. Wenn ich beispielsweise schon leger mit ausgestreckten Beinen dasitze, macht das etwas mit meiner Aufnahmefähigkeit. Und das wirkt sich dann natürlich auch auf mein Gegenüber aus.

Wie sollte eine positive Körpersprache aussehen?

Wichtig ist eine aufrechte, aber nicht steife, dem anderen zugewandte, offene und einladende Sitzposition, ein freundliches Gesicht, aber nicht lachend (das wäre im Notfall unpassend) und eine zurückhaltende, also nicht bedrohlich wirkende Gestik.

Aktiv schweigen

Interview zu einer Grundhaltung der Seelsorge

Muss man unterstellen, dass die Körperhaltung immer ein Ausdruck der innersten Haltung ist? Also, dass eben das, was innen ist, auch sichtbar nach außen gelangt?

Meine Körperhaltung drückt immer, auch ganz unbewusst, meinen inneren Zustand aus. Ich nenne das „Haltung des Seelsorgers“. Damit meine ich, dass man Seelsorge nicht spielen kann. Man IST Seelsorger als eine innere Einstellung, als Grundhaltung. Das kann man nur begrenzt lernen, weil diese Grundhaltung einer Grundüberzeugung erwächst, dass das, was man für den anderen tut, genau das ist, was Jesus eigentlich von uns wollte.

Heißt das, dass wir präsent sein müssen, damit das bei unserem Gegenüber ankommt? Und ist das wirklich spürbar?

Ich glaube fest daran – nein, eigentlich weiß ich es aus Erfahrung – dass echte innerlich bei mir gespürte Präsenz von meinem Gesprächspartner gespürt wird. Ich merke das daran, wie sehr er oder sie sich für mich öffnet, mir von dem mitteilt, was ihn jetzt am meisten bewegt. Und ich merke es an der Körpersprache: Wendet die Person sich mir zu? Was drückt seine Mimik aus? Ich beschäftige mich viel mit Hirnforschung. Und dort gibt es inzwischen auch die Theorie, dass unsere Gehirne auf eine von uns noch nicht begriffene Weise miteinander verbunden sind. Es geschieht also in einem Gespräch oder in einem Schweigen weit mehr, als wir noch ahnen.

Haben Sie einen Tipp, wie das „Aktive Schweigen“ in schwierigen Gesprächssituationen im Alltag helfen kann?

Oft sind wir da ja überfordert, weil uns tatsächlich die richtigen Worte fehlen. Was dann herauskommt, sind oft Floskeln, die nicht sehr hilfreich sind. Sie werden mich in einem Notfall, den ich betreue, nie sagen hören „Herzliches Beileid“. Das entspricht nicht meinem sonstigen Sprachgebrauch. Den Begriff „Beileid“ finde ich ziemlich merkwürdig. Da drücke ich einem Menschen lieber schweigend die Hand. Das sagt mehr aus als überflüssige Floskeln. Man sollte lieber nichts sagen, als etwa nach einem Todesfall dem Angehörigen vermeintlich Mut zu machen mit „Das wird schon wieder“ oder „Alles wird gut“. Es wird eben nicht mehr alles gut. Schweigen ist dann ehrlicher, als durch Worte zu lügen.



Ist „Schweigen“ das Gegenteil von „Sprechen“?

„Schweigen“ ist für mich nicht das Gegenteil von „Sprache“ oder „Sprechen“, sondern ein wesentlicher Teil davon. Wir machen Pausen zwischen Worten und Sätzen. Das ist auch schon Schweigen. Oder nehmen sie ein Beispiel aus der Musik: Ich bin auch Organist. Je nach der Zeit im Kirchenjahr klingt die Orgel anders, weil ich andere Klangfarben verwende. Und am Karfreitag spricht die Orgel sogar durch ihr Schweigen.

Was genau bedeutet dann „Sprache“ für Sie?

Wenn man Worte bewusst wählt und sich mit ihrem Bedeutungsgehalt beschäftigt, kann man mit Sprache viel ausdrücken. Aber man kann niemals alles mit Sprache sagen, was zu sagen wäre. Und dann müssen wir schweigen.

Was würden Sie sagen, wie wichtig nun Sprache für Ihre praktische Seelsorgearbeit ist?

Sprache ist in der Seelsorge das wichtigste Instrument. Gerade wenn ich Menschen in schweren

Lebenskrisen als Therapeutischer Krisenseelsorger begleite, dann suchen wir im Gespräch, also mit Sprache, nach dem Sinn der aktuellen oder von vergangenen Lebenskrisen. Da würden wir mit Schweigen nicht weiterkommen.

Was unterscheidet das Aktive Schweigen vom Schweigen?

Schweigen wäre erst einmal nichts zu sagen, zum Beispiel auch aus Desinteresse. Aktives Schweigen ist immer am Gegenüber interessiert, will Verständnis vermitteln und lädt den anderen ein, wenn er möchte, das Schweigen mit Sprache zu füllen.

Vielen Dank, Herr Beck, für dieses Gespräch und für Ihre Offenheit!**Das Gespräch führte: Diana Schmid**

Das Interview wurde für die „antenne – Das Magazin der Evangelischen Jugend Nürnberg“ geführt <https://www.ejn.de/antenne/>

Forum Seelsorge im Gespräch

Das Forum Seelsorge im Gespräch bietet einen Raum, in dem sich Ehrenamtliche und Hauptamtliche zu wesentlichen Themen der Seelsorge begegnen und austauschen können.

Am 5. Februar gab Pfarrer i.R. Rainer Häberlein einen Impuls zum Thema: Frech achtet die Liebe das Kleine. Vom Wesens-Kern der Seelsorge. Dabei nahm er besonders den Wert des alltäglichen Grüßens in den Blick.

Am 16. Juli setzte sich Barbara Hauck mit der Frage auseinander: Wenn Beschleunigung das Problem ist, ist dann Resonanz die Lösung? Impuls für eine Seelsorge in Beziehung zur Welt. Hintergrund war die Suche danach, welche Anstöße der Zeit- und Resonanzforscher Hartmut Rosa für die Seelsorge geben kann.

Das Besondere am Forum Seelsorge im Gespräch ist die Form: ehrenamtliche und hauptamtliche Seelsorger*innen aus Besuchsdiensten, Telefonseelsorge, Gemeinden usw. begegnen sich an einem Abend. Sie haben Zeit, bei einem kleinen Imbiss ins Gespräch zu kommen, sich kennen zu lernen und über das zu reden, was sie bewegt. Wie auf dem alten römischen Marktplatz (Forum) gibt es dann eine kleine Rede, einen Impuls zu einem aktuellen oder wesentlichen Thema. Danach ist wieder Zeit sich auszutauschen

und zu überlegen, was der Anstoß für die eigene Seelsorge bedeuten kann. Am Ende gibt es dann noch einmal die Gelegenheit das Thema mit dem Gastredner/der Gastrednerin zu vertiefen oder zu weiten. Ziel ist es, auf dem Weg der Seelsorge gestärkt weiter zu gehen.

Das Forum Seelsorge im Gespräch ist offen für alle, die Interesse haben, sich mit Seelsorge auseinander zu setzen. Wir treffen uns im kleinen Saal der Kirchengemeinde St. Jobst, Äußere Sulzbacher Str. 146, Nürnberg, zweimal jährlich dienstagsabends von 18.00 – 20.30 Uhr. Für den Januar 2020 haben wir als Gastrednerin Kirchenrätin Pfarrerin Cornelia Wolf angefragt, die Beauftragte der Evang.-Luth. Landeskirche für Gehörlosenseelsorge.

Thilo Auers, Heroldsberg

Alle Seelsorgetag 1997 bis 2019

1997 in Nürnberg, St. Andreas und St. Clemens
(Gründung des Forum Seelsorge in Bayern)

Die derzeitige Debatte um die Seelsorge und die Notwendigkeit, das Erbe der Seelsorgebewegung sorgfältig zu wahren

1998 in Nürnberg, St. Andreas und St. Clemens
Seelsorge in systemischer Perspektive: Sichtweisen – Kontexte – Praxis

1999 in Nürnberg, St. Johannis am Palmplatz
Meine Vision einer seelsorgerlichen Kirche

2000 in Nürnberg, St. Leonhard
„Wir ziehen an einem Strang“ – Hauptamtliche und Ehrenamtliche in der Seelsorge

2001 in Dachau, KZ-Gedenkstätte

„Kain, wo bist du?“ Vom Umgang mit den Abgründen der Seele

2002 in Nürnberg, Gustav-Adolf-Gedächtnis-Kirche
Auf dem Weg zu einer seelsorglichen Gemeinde:
Impulse aus der Sonderseelsorge

2003 in Nürnberg, Lutherkirche

Weniger Geld – weniger Seelsorge? Was ist der Kirche die Seelsorge wert? Auf der Suche nach neuen Wegen

2004 in München, Klinikum Großhadern

Palliative Care – Herausforderung für die Seelsorge

2005 in Nürnberg, Lutherkirche

Seelsorgerliche Begleitung von depressiven Menschen

2006 in Nürnberg-Großreuth, Thomaskirche & Kompetenzzentrum Demenz im Tilly-Park

„Und nähme ich Flügel der Morgenröte ...“ Seelsorge mit Demenzkranken und ihren Angehörigen

2007 in Dachau, Jugendgästehaus
Aggressionen in der Seelsorge

2008 in Nürnberg, Caritas-Pirckheimer-Haus
„Das Kreuz mit der Kommunikation“ Kommunikative Grundhaltung in der Seelsorge

2009 in München, Lutherkirche
„Wenn der seidene Faden reißt ...“
Seelsorge und Suizid

2010 in Nürnberg, Haus Eckstein
„Meine Spiritualität – Deine Spiritualität“ Wenn Menschen sich seelsorgerlich begegnen.

2011 in München, Lutherkirche
„Konkurrenz belebt das Geschäft“ Von Konkurrenz auf dem „Markt“ der Seelsorge

2012 in Nürnberg, Unsere Liebe Frau
Abschied nehmen

2013 in Nürnberg, Haus Eckstein
„Die Würde des Menschen ist unantastbar“

2014 Nürnberg, Haus Eckstein
„Mensch ärgere dich“

2015 in Nürnberg, Haus Eckstein
„Begegnung mit dem Fremden“

2016 in Nürnberg, St. Jobst
Emotionale Kompetenzen

2017 in Nürnberg, St. Jobst
Jesus der Seelsorger

2018 in Nürnberg, St. Jobst
Zu Hause in einer anderen Welt – Dement & Abgeschrieben

2019 in Nürnberg, St. Jobst
Digitale Revolution – Chance für das Evangelium



Programm

- 9.30 Uhr Ankommen, Kaffee & Brezen
- 10.00 Uhr Begrüßung & Einstieg
- 10.15 Uhr Hauptreferat
- 11.45 Uhr Zeit für Nachfragen
- 12.15 Uhr Vorstellung der Workshops & Ausblick
- 12.30 Uhr Mittagspause
- 13.45 Uhr Workshops 1 - 4
- 15.30 Uhr Abschluss, Feedback & Reisesegen
- 15.45 Uhr Ende der Workshops
- 16.00 Uhr Mitgliederversammlung des Forum Seelsorge in Bayern
- 17.00 Uhr Ende des Seelsorgetages

Hauptreferat

Erik Händeler

Digitale Revolution

Chance für das Evangelium

Workshops

1. Etwas mehr Hirn bitte!
Wie das Evangelium zur Chance einer neuen Kultur des Miteinanders wird
2. Wenn Visionen wahr werden
– Ein Team entsteht
3. Care (Fürsorge) als Mitte unseres Handelns und Denkens
4. Anstöße der gewaltfreien Kommunikation für die Seelsorge

Anmeldung

Forum Seelsorge in Bayern

Elfriede Brodersen

Pellwormer Straße 13

90425 Nürnberg

Telefon: 0911 344 933

Fax: 0911 398 33 93

E-Mail: info@forum-seelsorge.de

Seelsorgetag 2019

Digitale Revolution

Chance für das Evangelium



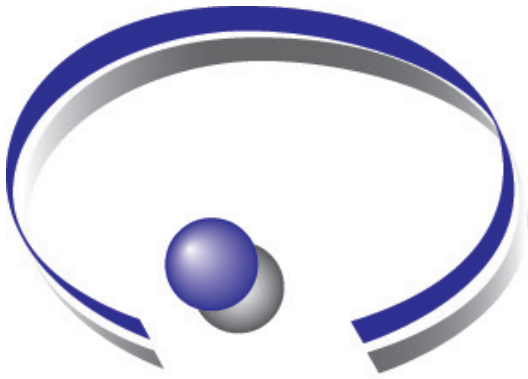
**Evang. Luth.
Kirchengemeinde
St. Jobst**

Nürnberg

13. November 2019

9.30 Uhr – 17.00 Uhr





Forum Seelsorge in Bayern

Das Forum Seelsorge in Bayern

Das Forum Seelsorge in Bayern (FSiB) ist ein ökumenischer Raum der Begegnung für Seelsorgerinnen und Seelsorger zur gegenseitigen Bestärkung, Inspiration und zum Kennenlernen neuer Perspektiven und Zugänge.

Das Lexikon erklärt „Forum“ als einen realen oder virtuellen Ort, wo Meinungen untereinander ausgetauscht, Fragen gestellt und beantwortet werden können. Eben das ist die erklärte Absicht unseres „Forum Seelsorge in Bayern“.

Das Forum Seelsorge in Bayern ist eine ökumenische Initiative von Seelsorgerinnen und Seelsorgern, gegründet auf dem Seelsorgetag 1997 in Nürnberg.

Was uns zusammenführt, ist das Anliegen der Seelsorge, die wir an sehr verschiedenen Orten als Aufgabe wahrnehmen.

Unsere Vision ist es, Seelsorgearbeit zu vernetzen und voneinander zu lernen. Wir erfahren diese gemeinsame Arbeit immer als große Bereicherung und sind froh über die unterschiedlichen Sichtweisen auf das große Feld der Seelsorge.

Einen „realen Ort“ haben wir mit unseren jährlichen Seelsorgetagen und mit „Forum Seelsorge im Gespräch“ geschaffen. Dazu treffen sich evangelische und katholische ehrenamtliche und hauptamtliche Seelsorger*innen. Referate und Workshops dienen der Fortbildung und dem gegenseitigen Austausch, der Vernetzung unserer verschiedenen seelsorgerlichen Arbeitsfelder und der Stärkung unserer Berufung.

Als einen „virtuellen Ort“ der Begegnung haben wir unsere Homepage www.forum-seelsorge.de. Sie bietet aktuelle Informationen, ermöglicht das Nacharbeiten der Seelsorgetage und dient dem Gedankenaustausch.

Einmal jährlich erscheint das FSiB-INFO, das ein aktuelles Thema vertieft.

Sie können unsere Arbeit unterstützen, indem Sie Mitglied werden oder finanziell durch eine Spende (für eine Spendenbescheinigung bitte Adresse angeben).

Konto: Evangelische Bank eG Kassel

IBAN: DE15 5206 0410 0003 5095 83

Forum Seelsorge: Ein Raum für Menschen unterschiedlicher Prägung in Glaubensart und Lebensart, verbunden im Engagement für die Seelsorge, geeint in Jesus Christus.

Zuschriften für das FSiB-INFO an: redaktion@forum-seelsorge.de

Der FSiB-Sprecherrat

- **Christian Beck**
Notfall- und Therapeutischer Krisenseelsorger in Coburg,
Vorsitzender des FSiB, Redaktion des FSiB-INFO
- **Elfriede Brodersen**
Seelsorgerin im Ehrenamt am Klinikum Nord in Nürnberg,
Kassen- und Mitgliederverwaltung des FSiB
- **Cornelia Auers**
Pfarrerin und Altenheimseelsorgerin in Nürnberg
- **Michael Reubel**
Religionspädagoge in Lichtenfels, Diözesanbeauftragter
für die Seelsorge in Feuerwehr und Rettungsdienst im
Erzbistum Bamberg

Impressum

FSiB-INFO

Hrsg.: Forum Seelsorge in Bayern (FSiB)
Ausgabe 2019; Auflage 400
V.i.S.d.P.: Dipl. Theol. Christian Beck
Theatergasse 2, 96450 Coburg
Mail: christian.beck@forum-seelsorge.de
Telefon: 0173 / 41 98 789
www.forum-seelsorge.de
Redaktion: Christian Beck
Layout: Martin Schinnerer
Bankverbindung:
Forum Seelsorge in Bayern
Evangelische Bank eG Kassel
IBAN: DE15 5206 0410 0003 5095 83

