

Rita Famos, Anne-Marie Müller (Hg.)

Wie wird es sein?

Was Seelsorge mit hochbetagten
Menschen vermag



TVZ

Wie wird es sein?

T V Z

Rita Famos, Anne-Marie Müller (Hg.)

Wie wird es sein?

Was Seelsorge mit hochbetagten Menschen vermag

T V Z

Theologischer Verlag Zürich

Bibliografische Informationen der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Umschlaggestaltung
Simone Ackermann, Zürich

Druck
ROSCH BUCH GmbH, Schesslitz

ISBN 978-3-290-17777-5
© 2015 Theologischer Verlag Zürich
www.tvz-verlag.ch

Alle Rechte vorbehalten.

Inhaltsverzeichnis

<i>Irene Gysel</i> Vorwort.....	7
------------------------------------	---

Der Kraft der Seele vertrauen

<i>Anne-Marie Müller: Seelsorgebegegnungen</i>	12
<i>Rita Famos</i> Es wird anders sein!.....	13

Beziehung leben

<i>Anne-Marie Müller: Seelsorgebegegnungen</i>	22
<i>Ralph Kunz</i> Heimgang	27

Die Haltung gegenüber Gebrechlichkeit verändern

<i>Anne-Marie Müller: Seelsorgebegegnungen</i>	36
<i>Isabelle Noth</i> «Seelsorge» – vom Begriff zur Haltung.....	39

Verschiedene Sprachen der Seele sprechen

<i>Anne-Marie Müller: Seelsorgebegegnungen</i>	50
<i>Anemone Eglin</i> Ich schenke dir einen Sonnenuntergang. Spirituelle Begleitung von Menschen mit Demenz	57

Dasein bis zuletzt

Anne-Marie Müller: Seelsorgebegegnungen 72

Elisabeth Jordi

Sich gemeinsam sorgen an den Grenzen des Lebens 75

Hochbetagte Männer begleiten

Anne-Marie Müller: Seelsorgebegegnungen 90

Christoph Morgenthaler

Seelsorge mit Männern im vierten Lebensalter.

Eindrücke, Beobachtungen und Vermutungen 97

Mit dem Sterben leben

Anne-Marie Müller: Seelsorgebegegnungen 112

Anne-Marie Müller

«Damit wir ein weises Herz gewinnen». (Psalm 90,12) 117

Rita Famos

Wie wird es sein? 121

Verzeichnis der Autorinnen und Autoren 124

Vorwort

Die Seelsorge in Spitälern und Pflegezentren hat in den 16 Jahren, die ich als ressortverantwortliche Kirchenrätin überblicken kann, an Bedeutung gewonnen. Gerade die seelsorgliche Begleitung hochaltriger Menschen geniesst einen hohen Stellenwert. Sie hat sich in den letzten Jahrzehnten markant weiterentwickelt: Einerseits lernte sie von den verschiedenen psychotherapeutischen Schulen und professionalisierte ihre Arbeit, andererseits hat sie aber auch vermehrt zu sich selbst gefunden und sich inhaltlich profiliert. Seelsorge ist seit den Ursprüngen der Kirche eine der wichtigen Grundaufgaben der christlichen Gemeinde und lebt vom jesuanischen Bild eines gnädigen Gottes, der den Menschen in ihren frohen und schweren Stunden nahe ist. Den Menschen helfen zu leben und helfen zu sterben, ist gemäss dem Theologen Klaus-Peter Jörns die Grundaufgabe jeder Religion. Das kann für Menschen gegen Ende ihres Lebens bedeuten, sich nochmals ganz auf existenzielle Fragen einzulassen: Zurückschauen, seine Lebensgeschichte überdenken, sie akzeptieren, mit etwas abschliessen, oder ganz einfach trauern oder sich freuen über das Erlebte und Erfahrene. Dazu braucht es ein Gegenüber. Gut zuhören können ist wohl die wichtigste Eigenschaft, die eine Seelsorgerin, ein Seelsorger mitbringen muss. Aber was heisst das genau? Wie viel Empathie braucht es und wie viel Distanz? Vielleicht ist es vor allem die Offenheit, die weiterhilft und das Wissen, dass die Pfarrperson Verbindung zur geistlichen Dimension wahrnimmt und die vielen möglichen Wege kennt, die das Leben und der Glaube nehmen können. Schön, wenn Seelsorgende selbst einiges erlebt haben und erfahren konnten, dass der Glaube trägt, und dass er einen unermesslichen Schatz an Worten und Bildern bietet, die Zuversicht geben.

Aber auch der Blick in die Zukunft gehört zum Lebensende und damit die bange Frage: Wie wird es sein? Es braucht immer wieder Mut, diese Frage zu stellen. Und Mut zu glauben, dass es gut und schön sein wird. Denn jetzt ist es noch ein Geheimnis. Dass das Geheimnisvolle in den Seelsorgegeschichten von Pfarrerin Anne-Marie Müller immer wieder durchschimmert und immer respektvoll Geheimnis bleiben kann, berührt und macht sie zu überraschenden, kostbaren Kleinoden. Die Begleittexte der Expertinnen und Experten veranlassen weiter zu fragen, was Seelsorge vermag. Sie laden ein, das eigene Leben und Sterben in einem grösseren Horizont wahrzunehmen.

Irene Gysel

Die demente Frau A. bedrängt Pfarrerin **Anne-Marie Müller** mit der Frage: «Wie ist es dann?» Sie erfasst etwas von der Angst, die viele beschleicht, wenn sie daran denken, eines Tages alt zu sein.

Im Einführungskapitel umreißt **Rita Famos** den gesellschaftlichen Kontext der Fragen und Ängste in Bezug auf die Hochaltrigkeit. Ohne die Probleme rund um die vierte Lebensphase auszublenden, plädiert sie dafür, diesen Lebensabschnitt als wichtigen Teil des individuellen Lebens und der Gesellschaft zu akzeptieren. In der Hochaltrigkeit reift das Leben, und es entwachsen ihm ungeahnte Kräfte.

**Der Kraft der Seele
vertrauen**

Wie ist es dann?

«Wie ist es dann?», fragt Frau A.

Ich schaue sie an, wie sie neben mir am Tisch im Stübli sitzt, aufrecht, nur die Schultern ein wenig hochgezogen. Sorgfältige Lockenfrisur, ein Kleid in einem freundlichen Grauton. Die Hände zupfen an einer Serviette. Sie weiss nichts über mich, nur dass ich die Pfarrerin bin. Fragend blickt sie jetzt wieder auf und wiederholt: «Wie ist es dann?»

«Wie ist es dann – wann meinen Sie?», frage ich etwas ratlos.

«Wie ist es dann?», beharrt Frau A.

«Wie ist es dann, ja, wie ist es dann ...», meditiere ich.

«Wie ist es dann, wenn es weich ist?», vollendet Frau A. den Satz.

«Wenn es weich ist? Angenehm stelle ich mir das vor», sage ich.

«Alles ist weich und wohlig. Nichts kann einen verletzen, nichts tut weh. Man muss gar nichts machen, kann einfach ausruhen. Das ist schön, wenn es weich ist!»

Frau A hat aufmerksam zugehört. «Ooh ...!», sagt sie staunend.

Wie ist es dann?

Es wird anders sein!

Rita Famos

Wie wird es sein, wenn meine Eltern alt werden und vermehrt meine Unterstützung brauchen? Wie wird es sein, wenn ich selbst alt und auf die Hilfe anderer angewiesen bin? Werde ich unverhofft und durch einen plötzlichen Tod aus diesem Leben scheiden oder werde ich über längere Zeit pflegebedürftig, dement und bettlägerig sein?

Der Autor Arno Geiger erzählt in seinem Buch «Der alte König in seinem Exil», wie er seinen Vater während seiner Demenzerkrankung begleitet. Ohne die Schwierigkeiten auszublenzen schildert er, wie die Beziehung zu seinem Vater noch einmal reift und sich vertieft und wie, als er begann seine Sprache zu verstehen, er viel von seinem Vater über das Leben lernen konnte. Humor, Scharfsinn, Tiefgründigkeit bereichern die Beziehung auf unerwartete Weise. Er fasst diese Erfahrung zusammen, indem er schreibt: «Als das vereitelt wurde, was wir uns erhofften, da erst lebten wir. [...] Das Glück, das mit der Nähe zum Tod eine besondere Dichte erhält. Dort wo wir es nicht erwartet hätten. Es halten wie General De Gaulle, der auf die Frage, wie er zu sterben wünsche, geantwortet hat: «Lebend!».»¹

Dieselbe Erfahrung machen auch Seelsorgende in der Begleitung von hochaltrigen Menschen. Auch bei veränderter Kommunikation und Wahrnehmung sind Beziehungen lebbar und von einer grossen Tiefe. Beide, Seelsorgende und begleitete Menschen, entdecken unerwartete Dimensionen des Lebens in dieser intensiven Phase. Es entfalten sich Kräfte,

¹ Geiger, Arno: Der alte König in seinem Exil, München 2011, S. 179.

Emotionen, Verbundenheit, von denen die Menschen nicht geahnt haben, dass sie dazu Zugang haben. Glaubensschätze, die während eines langen Lebens gesammelt wurden, die vielleicht lange in Vergessenheit geraten sind, tauchen unter den erschwerten Bedingungen mit einem Mal wieder auf und erweisen sich als tragend und tröstend.

Dieses Buch möchte aufzeigen, dass dann, wenn sich Einzelne, Familien und die Gesellschaft auf die Hochaltrigkeit einlassen, darin ungeahnte Entwicklungsmöglichkeiten stecken, von der nicht nur die Hochaltrigen, sondern alle profitieren. Es möchte einladen, sich auf die Ungewissheit dieser Lebensphase einzulassen und zu vertrauen, dass die Kräfte, die in den Seelen stecken, sich entfalten werden. Sie tun dies vielleicht nicht im Voraus, sowie das Gottesvolk, das durch die Wüste wanderte, das Himmelsbrot auch nicht auf Vorrat einsammeln durfte, sondern an jedem Tag so viel zu sich nehmen sollte, wie es gerade brauchte.

Das Buch erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Es möchte vielmehr Betroffenen und Angehörigen, Pflegepersonen, Freiwilligen im Einsatz für die älteren Menschen einen Einblick in die Möglichkeiten der Seelsorgearbeit geben und sie zugleich ermutigen, den ungeahnten Kräften der Seele zu vertrauen.

Am Anfang jedes Kapitels stehen Momentaufnahmen von Seelsorgebegegnungen von Pfarrerin Anne-Marie Müller. Sie sind thematisch zusammengestellt und werden durch die Beiträge der Autorinnen und Autoren ergänzt.

Eine Gesellschaft des langen Lebens

Die Veränderung in der Altersstruktur ist immens. 1900 betrug die durchschnittliche Lebenserwartung einer Frau 48,9 Jahre, heute ist sie bei 84,7 Jahren, und sie steigt stetig. Der Anteil

an hochaltrigen, also über 80-jährigen Menschen, beträgt zurzeit 5 Prozent und wird für 2030 auf 7,8 Prozent prognostiziert.

Einerseits profitieren wir alle von der fortschreitenden Entwicklung der Medizin und der dadurch entstehenden besseren Lebensqualität im Alter sowie der höheren Lebenserwartung. Viele Menschen können in unserem westeuropäischen Kontext sehr lang und gesund leben und somit ihr Leben bis ins hohe Alter aktiv gestalten.

Andererseits hat diese Entwicklung zur Folge, dass immer mehr Menschen ihre letzten Monate als Pflegepatientinnen und -patienten verbringen. Die Gefahr, an Demenz zu erkranken, steigt mit jedem Lebensjahr. Heute leiden rund 7 Prozent der 75 bis 79-Jährigen an einer Demenzerkrankung. Bei den 80 bis 84-Jährigen sind es fast 16 Prozent, bei den 85 bis 89-Jährigen beinahe 26 Prozent. Bei den über 90-Jährigen liegt die Häufigkeit einer Demenz schon bei 44 Prozent. Eine grosse Anzahl Menschen will für den Fall, dass das Leben und Leiden unerträglich werden, einen Alternative haben. Das ergab eine repräsentative Umfrage der Zeitschrift «reformiert.» im Herbst 2014: Eine Mehrheit der Schweizer Bevölkerung begrüsst einen erleichterten Zugang zum Alterssuizid.² Die einschlägigen «Sterbehilfeorganisationen», die den begleiteten Suizid anbieten, weisen kontinuierlich steigende Mitgliederzahlen vor.

Dass viele Menschen unserer Gesellschaft – die ja für beinahe alle Lebensbereiche eine Versicherung kennt – auch für diese letzte Herausforderung eine Versicherung, die einem Notausgang gleicht, abschliessen wollen, ist nachvollziehbar.

² Reformiert.: Umfrage Alterssuizid, http://www.reformiert.info/artikel_14019.html (21.01.2015).

Die Sorge um das eigene letzte Wegstück und dasjenige der Nächsten ist verständlich, stellt doch diese letzte Lebensphase für alle, Betroffene und Angehörige, eine ganz besondere Herausforderung dar.

Einerseits befürchten viele, durch Schmerz und Leid die Grenzen des Erträglichen zu erreichen. Sie fürchten sich vor Einsamkeit. Andererseits bekommt in der vierten Lebensphase vieles, das uns unser Leben lang geprägt hat und das wir uns an Lösungsstrategien und Kraftquellen angeeignet haben, noch einmal eine andere Dimension und Reife. So erhalten lebenslange Beziehungen eine neue Qualität und Intensität.

Seelsorge will Betroffene und Angehörige mit ihren Ängsten auf diesem Wegstück nicht alleine lassen, sie will nicht nur, aber auch auf diesem letzten Wegstück eine Begleiterin sein. Beim Durchleben des letzten Lebensabschnittes berühren wir die grundlegenden existenziellen Fragen in besonderer Weise. Woher kommen wir? Wohin gehen wir? Was erwartet uns nach dem Tod? Was tun wir mit all den unerledigten Lebensaufgaben? Wie können wir uns versöhnen mit unseren Liebsten? Welche Spuren hinterlassen wir? Welches ist unser Vermächtnis? Zusammen mit den Betroffenen und ihren Schätzen an gesammelter Lebensweisheit und oft auch gelebter Glaubenspraxis will Seelsorge dazu beitragen, dass das irdische Leben zu einem Abschluss finden und das Leben an dieser letzten Aufgabe noch einmal reifen kann. Zusammen mit den Angehörigen und mit anderen Fachpersonen will sie die Bedürfnisse und Wünsche der hochbetagten Menschen respektieren und dazu beitragen, dass Menschen, soweit sie das wünschen, in Gemeinschaft und begleitet von Fachpersonen und Angehörigen ihren letzten Lebensabschnitt gestalten können. Viele Erfahrungen von Seelsorgenden, die Menschen in dieser Weise begleiten, zeigen, dass, wenn Menschen eine ganzheitliche, umsorgende Betreuung erleben, der Notausgang des assistierten Suizids nicht genommen werden muss.

Dieses Büchlein soll Menschen, die sich der Frage *Wie wird es sein?* stellen, Hoffnung und Perspektiven aufzeigen. Die Lesenden werden mitgenommen in die Seelsorgebegegnungen von Pfarrerin Anne-Marie Müller, und erhalten so einen ganz besonderen Einblick. Die verschiedenen Beiträge der Autorinnen und Autoren, allesamt erfahrene Seelsorge-rinnen und Seelsorger mit einem profunden Hintergrundwissen aus dem wissenschaftlichen und akademischen Kontext, vertiefen die Beispielgeschichten von Anne-Marie Müller.

Hochaltrigkeit ist mehr als eine Kostenfrage

Vermehrt wird Hochaltrigkeit in unserer Gesellschaft unter dem Aspekt der steigenden Gesundheitskosten thematisiert. Am Vorabend des Internationalen Tages des Alters, dem 1. Oktober 2014, strahlte das Schweizer Fernsehen in seiner Sendung «10vor10» einen Beitrag zum Thema «Armut im Alter» aus. Beklagt wurde, dass die Ergänzungsleistungen für hochbetagte Menschen den Steuerzahler bereits 4,5 Milliarden kosten. Es stimmt äusserst nachdenklich, dass das Schweizer Fernsehen im Zusammenhang mit diesem Tag lediglich die Kostenfrage des Alters ins Spiel bringt. Der internationale Tag des älteren Menschen wurde auf Beschluss der Vereinten Nationen vom 19. Dezember 1990 eingeführt und wird seit 1991 begangen. Das Ziel ist aufmerksam zu machen auf die Not und Ängste von älteren Menschen sowie auch auf die Chancen, die dieser Lebensabschnitt sowohl für die Betroffenen wie auch für deren Angehörigen und die Gesellschaft als Ganzes hat. Heute ist diejenige Generation im fortgeschrittenen Alter, die mit ihrem unermüdlichen Einsatz den Wohlstand unseres Landes erarbeitet und er-

stritten hat. Sie hat es auf alle Fälle verdient, dass die Gesellschaft sie Anteil haben lässt am Erwirtschafteten, ohne ständig vorzurechnen, was sie uns kostet. Die Generation, die unseren Wohlstand erarbeitet hat, verdient mehr Wertschätzung, als als Kostenfrage abgehandelt zu werden. Die «Charta der Zivilgesellschaft zum würdigen Umgang mit älteren Menschen»³ setzt Richtlinien und ethisch-gesellschaftliche Leitsätze für verantwortungsbewusstes Handeln in der Betreuung von älteren Menschen und zeigt auf, dass durch die sorgfältigen Begleitung, Betreuung und Pflege von hochbetagten Menschen eine Gesellschaft nur reifen kann, ganz nach dem Motto der Schweizerischen Bundesverfassung: «Die Stärke des Volkes misst sich am Wohl des Schwächsten.»

An diesem Wohl richtet sich zusammen mit anderen Professionen auch die Seelsorge aus. Die Kirchen stellen mit ihren Pfarrerinnen und Pfarrern Expertinnen zur Verfügung, die die hochaltrigen Menschen in ihren seelischen Fragen und Anliegen begleiten. Sozialdiakoninnen und Sozialdiakone sowie Freiwillige sorgen ergänzend zu oft belasteten Angehörigen für eine ganzheitliche Begleitung in der letzten Lebensphase. Dieser Band gibt einen kleinen Einblick in dieses kirchliche Engagement durch die Seelsorge zum Wohl der Schwächsten.

³ CURAVIVA Schweiz: Charta der Zivilgesellschaft zum würdigen Umgang mit älteren Menschen, Bern 2011.

«Bist du mir?» Die eindringliche Frage der Pflegeheimbewohnerin – bruchstückhaft und doch verständlich – veranlasst die Seelsorgerin **Anne-Marie Müller**, darüber nachzudenken, was ihr Dabeisein den Bewohnerinnen und Bewohnern bedeutet. Die Seelsorgebegegnungen zeigen etwas von dieser gelebten Seelsorge, die auf Beziehung und Gegenseitigkeit beruht, auf Augenhöhe geschieht und aus der beide Partner als Beschenkte herausgehen.

Ralph Kunz blickt als Angehöriger auf die Zeit seiner Mutter im Pflegeheim zurück. Die Seelsorgerin wurde für seine Mutter zu einer Freundin, bilanziert der Sohn. Sie hat Anteil am Leben der Mutter genommen und ihr Anteil am Leben gegeben. Die Seelsorgerin war eine anregende Gesprächspartnerin, mit der sie auch theologische und philosophische Gespräche führen konnte. Zusammen mit den anderen Professionen vermag Seelsorge im Pflegeheim eine Atmosphäre zu schaffen, in der sich die hochbetagten Menschen mit ihren vielfältigen Lebensgeschichten daheim fühlen und sich auf den letzten Heimgang vorbereiten können.