



TelefonSeelsorge

Anonym. Kompetent. Rund um die Uhr.

TelefonSeelsorge Ostwestfalen

Nachlese 2011

Schwerpunktthema:
Alter und Pflege



Eberhard Warns 2006 o.T., Acryl, 56x42 cm



Inhalt

	Vorwort	4	6	Aus dem TS-Alltag 2011	17
1	2009 – 2011 Telefonische Begleitung in schwierigen Pflegesituationen	5	6.1	Telefon.....	17
2	Zur Situation pflegender Angehöriger	8	6.2.	Anrufende 60 plus	18
3	„Damit Pflege nicht zur Qual wird...“	11	6.3.	Chat	19
4	Kreative Kommunikation in der Demenz	14	6.4.	Mitarbeit.....	20
	Gedicht: Wenn ich einmal dement werde.....	16	6.5.	Vernetzung	20
5	TS-Ruhestand – und was dann?	17		Anja Brandt: Im Zeichen der Nacht.....	21
			6.6.	Ausblick.....	22

Alt werden? Ja. Alt sein? Niemals.

**Auch bis in euer Alter bin ich derselbe,
und ich will euch tragen bis ihr grau
werdet. Ich habe es getan; ich will
heben und fragen und erretten.**
Jesaja 46,4

**Mit dem Altwerden ist es wie mit dem
„Auf-einen-Berg-Steigen“:
Je höher man steigt, desto mehr
schwinden die Kräfte – aber umso
weiter sieht man.**

Ingmar Bergman



Vorwort

Schwerpunktmäßig beschäftigt sich die Nachlese 2011 mit dem Thema „Alter und Pflege“. Anlass, uns als TelefonSeelsorge intensiver mit der Thematik zu beschäftigen, ist der Rückblick auf das offiziell im Sommer 2011 zu Ende gegangene zweijährige Projekt „Telefonische Begleitung in kritischen Pflegesituationen“.

15358 Anrufe und 141 Chats verzeichnet die TelefonSeelsorge Ostwestfalen in ihrer Jahresstatistik. Welche Themen brachten die Anrufenden und Schreibenden ein? Wie war die Mitarbeitersituation im vergangenen Jahr?

Diese und weitere Fragen wollen wir mit unserer Nachlese allen interessierten Leserinnen und Lesern beantworten.

Unter den vielen Gesprächen, die die TS im vergangenen Jahr geführt hat, ist dem Themenbereich „schwierige Pflegesituation“ zwar nur ein Bruchteil zuzuordnen.

Dennoch oder besser noch: gerade deswegen haben wir uns zu dieser Schwerpunktsetzung entschieden und möchten damit auch Schattenseiten des Alterns in den Blick nehmen. Und wir möchten Möglichkeiten aufzeigen, die helfen, schwierige Situationen im Alter zu meistern und Gewalt in Pflegesituationen zu vermeiden. Not und Überforderung brauchen ein Ventil. Diese Funktion kann oftmals ein entlastendes Gespräch haben. Wir würden uns wünschen, wenn sich immer mehr Menschen trauen, in solchen Situationen bei der TelefonSeelsorge anzurufen.

Der Anstoß zu unserem Projekt kam in 2008 aus dem Arbeitskreis „Häusliche Gewalt in der Pflege“ im Kreis Minden-Lübbecke. Zu dem Zeitpunkt entwickelte der Kreis das Konzept „Damit Pflege nicht zur Qual wird ...“ mit unterschiedlichen Hilfeangeboten für Pflegebedürftige und pflegende Angehörige. Ein Modul darin war, betroffenen Menschen möglichst niedrigschwellig eine telefonische Entlastung anzubieten und im Bedarfsfall über weitere Ansprechpartner und Hilfsmöglichkeiten zu informieren.

Die TS Ostwestfalen nahm die Anfrage auf und entwickelte ein Konzept, das gerade die Standards der TelefonSeelsorge einbringen konnte:

Anonym, Kompetent, Rund um die Uhr

Zum Konzept gehörten auch umfangreiche Schulungen für alle Mitarbeitenden der TelefonSeelsorge und eine damit verbundene intensive Beschäftigung mit dem Thema Alter in seinen verschiedenen Facetten.

An dieser Stelle möchten wir unseren Dank an die beiden maßgeblichen Gesprächspartner und Förderer des Kreises Minden Lübbecke ausdrücken. Frau Andrea Strulik (Gleichstellungsstelle) und Herr Klaus Marschall (Sozialamt) waren sehr interessiert, dieses Projekt durch inhaltliche Auseinandersetzung und Vermittlung von Referentinnen und Referenten in die Tat umzusetzen und zu begleiten.

Ebenfalls möchten wir allen Referentinnen und Referenten danken, die die ehrenamtlich Mitarbeitenden gut auf die Kernpunkte des Projektthemas „Alter und Pflege“ vorbereitet haben: Frau Annette Baars, Herr Wolfgang Backs, Frau Andrea Haake, Frau Irma Hohenbrink, Herr Dr. Frank Haukamp, Frau Harriet Heier, Frau Sigrun Potthoff und Frau Renate Purwins.

Dank sagen möchten wir auch allen Beteiligten, die unseren Jahresbericht durch ihre Beiträge bereichern. Besonders haben wir uns gefreut, dass Frau Else-Natalie Warns uns den Abdruck der Bilder ihres Mannes erlaubt hat, der in seiner Demenzerkrankung zu malen begonnen hat. Die größte Herausforderung im Umgang mit alten, vor allem auch mit dementen Menschen ist, sie nicht aufzugeben und mit ihnen in Kontakt zu bleiben. Die Bilder von Eberhard Warns zeigen, dass auch unter dem Vorzeichen einer schweren Demenz Kommunikation auf ganz ungewöhnliche Weise möglich ist.

Für die gute fruchtbare Zusammenarbeit im vergangenen Jahr danken wir allen Vertretern unseres Trägers und des Kuratoriums, unseren Gruppenleiterinnen und Gruppenleitern und last but not least all den Ehrenamtlichen, ohne die es weder das Projekt noch die TelefonSeelsorge so gäbe.

Haben wir Ihr Interesse an der Nachlese 2011 der TelefonSeelsorge geweckt? Das würde uns freuen. Haben Sie Rückmeldungen? Wir sind gespannt.

Petra Henning
Petra Ottensmeyer
Sabine Scholz-Hörstmann

1. 2009 – 2011 Telefonische Begleitung in schwierigen Pflagesituationen

Damit Pflege nicht zur Qual wird ...

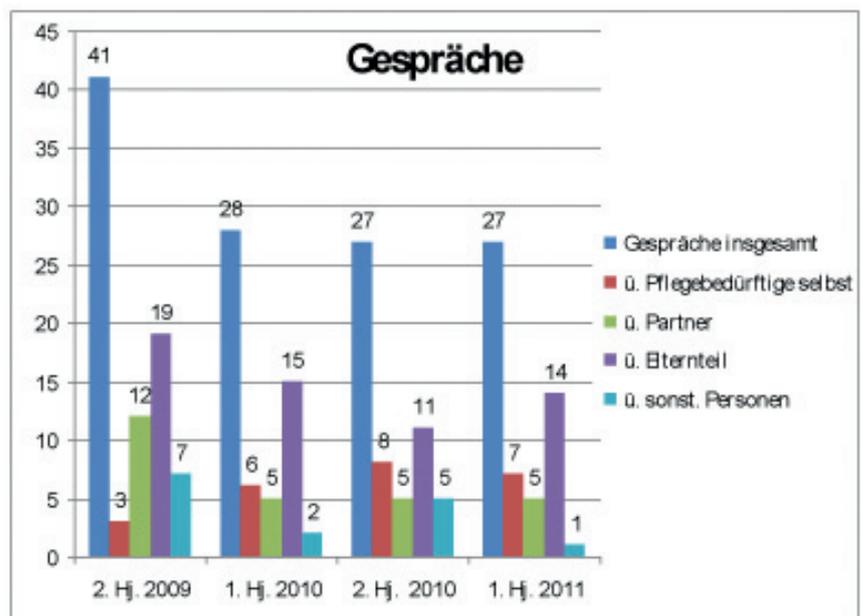
In Zusammenarbeit mit dem Kreis Minden-Lübbecke brachte die TelefonSeelsorge Ostwestfalen (TSOW) im Sommer 2009 ein zweijähriges Unterstützungsprojekt für die Region auf den Weg. Es war gedacht für Menschen, die als pflegende Angehörige oder als selbst von Pflege Betroffene einen ersten Ansprechpartner brauchen. Die ehrenamtlich Mitarbeitenden wurden vorher in beziehungs-, alten- und pflegespezifischen Themen besonders geschult. Damit wollte die TelefonSeelsorge kein weiteres spezielles Informationstelefon für Pflegeberatung an den Start bringen, sondern Menschen erreichen, die als pflegende Angehörige oder als Pflegebedürftige selbst einfach mal mit jemandem von außen reden, sich entlasten wollen. Dabei muss es sich nicht gleich um eine handfeste Krise handeln, sondern z. B. um emotionale Entlastung und sinnvolle und angemessene Psychohygiene. Vor dem Hintergrund, dass Pflagesituationen selten leicht, manchmal länger vorhersehbar, oft genug aber auch fast über Nacht für alle Betroffenen Realität werden, wollte die TelefonSeelsorge mit ihrem Angebot eine „Ventilmöglichkeit“ anbieten, auch gerade bevor die Belastungen, Menschen zu aggressiven Handlungen hinreißen, die sie eigentlich gar nicht wollen.

In der Projektlaufzeit haben die ehrenamtlich Mitarbeitenden 123 Gespräche zu dieser Thematik geführt. Trotz dieser eher geringen Datenbasis können wir allerdings einige Tendenzen beschreiben, die sich auch mit neueren Erkenntnissen und Untersuchungen in Beziehung setzen lassen/vergleichen lassen.

Von den 123 Anrufern waren 99 weiblich (80 %) und 24 männlich (20 %). Das gibt ungefähr das

deutschlandweite Verhältnis von weiblichen und männlichen Pflegepersonen wieder. Im Vergleich dazu nutzten im gleichen Zeitraum bei allen übrigen Gesprächen rd. 55 % Frauen und 45 % Männer das Hilfsangebot.

In 24 Gesprächen ging es um die eigene Pflegesituation. Die Unzufriedenheit mit Angehörigen und Pflegediensten wurde z. B. benannt, aber oft die ganz persönliche Angst z. B. vor Verschlechterung der gesundheitlichen Situation. Auch die Sorge um die nächsten Angehörigen, denen die Pflegebedürftigen über Gebühr zur Lasten fallen könnten, klang durch. In 59 Gesprächen drehte es sich konkret um die Pflege eines, manchmal auch mehrerer Elternteile, in weiteren 27 Gesprächen ging es um die Pflege in der Partnerschaft.

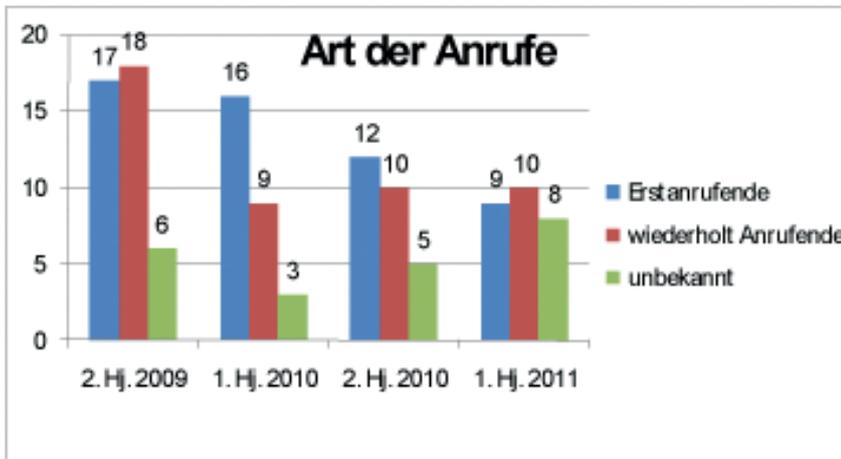


Es wurde deutlich, dass die Pflegenden auf der Suche nach einer eigenen Haltung bei Pflegewunsch aus der Familie waren. Manche moralischen Bedenken z. B. bei einer Entscheidung contra Pflege eines Familienmitglieds wurden abgewogen. Die meisten entschieden sich für die Pflege eines Elternteils.

Die Pflege in der Partnerschaft dagegen fanden alle betroffenen Anrufer selbstverständlich. Sie waren häufig überrumpelt von dem schnellen Eintritt der Pflegesituation und bald überfordert. Manche waren schon über einen längeren Zeitraum sehr eingespannt und erschöpft. Oft waren die Hilfsesu-

chenden schon selbst im Rentenalter und gesundheitlich angeschlagen. In ein paar Fällen ging es um die Pflege des Partners, eines erwachsenen Kindes und der Eltern, also um eine Doppel- bis Dreifachbelastung.

In 15 Gesprächen ging es um die Pflege der eigenen erwachsenen Kinder, von Personen im Freundeskreis, in der erweiterten Familie oder im gesellschaftlichen Umfeld.



In mindestens 45 Gesprächen wurden konkrete weiterführende Angebote den Hilfesuchenden genannt. Vor dem Hintergrund, dass eine ganze Reihe von Anrufern schon über verschiedene Anlaufstellen, z. B. die „Infozentren Pflege“ informiert waren und es mehr um emotionale Entlastung ging, ist der Bedarf an Informationen noch relativ hoch. Möglicherweise hat es damit zu tun, dass Hilfsangebote erst dann wirklich ins Bewusstsein dringen, wenn der Bedarf tatsächlich eintritt. Anfangs wurden auch Fragen nach konkreter Hilfeleistung der TSOW gestellt. Ganz offensichtlich war

diesen Anrufern „TelefonSeelsorge“ noch kein Begriff.

Insgesamt 54 Anrufer, die sich vermutlich nur einmal mit einem Anliegen meldeten, standen 47 Anrufern gegenüber, die TS mehr als ein Mal kontaktierten. Das könnte bedeuten, dass die Anrufer sich wiederholt bei TS entlasten konnten oder noch weiteren Klärungs-, vielleicht auch Klagebedarf hatten. In 22 Gesprächen war eine Erkennung nicht möglich.

Rund 62 % der Gespräche dauerten zwischen 6 und 30 Minuten (76). Weitere 30 % waren längere Gespräche (37) zwischen 31 und 60 Minuten. 5 Gespräche waren schon nach 5 Minuten beendet und genau so viele wurden über eine Stunde hinaus geführt.

Auf die Anfangszeiten der Gespräche geschaut, sind 74 zwischen 8:00 und 17:00 begonnen worden. 42 Gespräche kamen in der Zeit zwischen 19:00 Uhr am Abend und 3:00 in der Nacht an. Etwas ruhiger war es zwischen 17:00 und 19:00 Uhr und zwischen 3:00 und 8:00 Uhr. Damit hatten 40 % der Anrufer die Möglichkeit, Hilfe und Entlastung außerhalb gängiger Bürozeit zu bekommen.

Die meisten Anrufer waren zwischen 40 und 70 Jahre alt. Immerhin waren noch 25 Anrufer älter als 70 Jahre. In dieser Altersgruppe ging es häufig um die eigene Pflegebedürftigkeit und auch um die Pflege des Partners. Deutlich wird dabei, Pflege ist erst im mittleren Alter ein Thema, wenn die vorherige Generation nicht mehr pflegen kann oder bereits verstorben ist, während die jüngere Generation noch mit (Familien-) Aufbauaufgaben beschäftigt ist. Nur eine Enkelin rief an, die überlegte, die Pflege der Oma zu übernehmen.

Statistisch zu erfassen, wie viele Gespräche tatsächlich aus dem Kreis Minden-Lübbecke geführt wurden, war auf Grund unseres Anonymitäts-





standards nicht möglich. Erst bei konkreter Erkundigung oder Empfehlung einer Beratungseinrichtung, konnte die Region, in der Anrufende Unterstützung suchten, deutlich werden.

In Gesprächen mit Pflegenden wurde oft deutlich, dass es Eltern oder Partnern schwer fiel „fremde“ Hilfe anzunehmen. Auch die eigene Anspruchshaltung, dass „es sich doch so gehört“, für Unterstützungs- und Pflegeaufgaben zur Verfügung zu stehen, wurde intensiv besprochen. Genauso häufig wurde die Frage nach dem Loslassen von eigenen Ansprüchen erörtert.

Pflege kann Pflegende krank und einsam machen, ein häufiges Thema. Aber auch die Finanzierung und die damit verbundenen Auseinandersetzungen in der Familie kamen zur Sprache.

In den Entlastungsgesprächen ging es um Trauer, Tod und Trost. Gerade wenn es eine enge Bindung gegeben und die Pflegesituation lange andauert hat, tat sich plötzlich durch den Tod ein großes Loch auf, das sich auch nicht durch die Erleichterung über den wegfallenden Kraftaufwand füllen ließ. Das Verarbeiten des Erlebten braucht Austausch und Zeit.

Riskanter, missbräuchlicher und pathologischer Konsum von „Alkohol“ war ein immer wieder genannter Punkt bei Pflegenden. Gerade in Belastungssituationen sehen Menschen im Suchtmittelgebrauch eine scheinbar erleichternde und entspannende Lösungsmöglichkeit, die sie dann aber letztendlich selbst krank macht und als Unterstützende und Pflegende ausfallen lässt. Das wiederum heizt die Dynamik der ohnehin angespannten Situation weiter an. Daneben war auch Altersalkoholismus ein Thema.

Welche Schlüsse können nun aus der vergangenen Projektzeit gezogen werden?

„Gewalt“ in Pflegesituationen ist ein sehr tabuisiertes Thema. Die Idee der telefonischen Begleitung in schwierigen Pflegesituationen wurde in 2008 im Arbeitskreis „Häusliche Gewalt in der Pflege“ beim Kreis Minden-Lübbecke entwickelt. Hintergrund war u. a. der Wunsch, Menschen mit einem Telefonberatungsangebot zu erreichen, möglichst bevor aggressive Übergriffe von Pflegenden gegenüber Pflegebe-

dürftigen und umgekehrt stattfinden. Dass es dazu kommen kann – auch im eher ländlich und traditionell geprägten Umfeld Ostwestfalens ist mehr als wahrscheinlich. Neuere Untersuchungen zeigen, dass über die Hälfte aller häuslichen Pflegesituationen gewaltbelastet sind (s.a. Bericht „Damit Pflege nicht zur Qual wird...“ von Andrea Strulik und Klaus Marschall).

Aber selbst ein anonymes Angebot, wie das der TelefonSeelsorge, scheint noch schwer annehmbar zu sein, denn ausgesprochen wurde es am Telefon wenig.

Für die TelefonSeelsorge ist die Auseinandersetzung mit den verschiedenen Begleitthemen rund um Alter und Pflege zwar nur ein Themenstrang unter vielen, aber ein sehr aktueller. Für die Zukunft wollen wir uns weiter sensibilisieren, wie wir im Alltag und am Telefon immer wieder der stetig wachsenden Gruppe der älteren Menschen begegnen. Damit können wir auch für die eigenen Veränderungen beim Älterwerden und die sich daraus entwickelnden Bedürfnisse offen bleiben. Das wiederum hilft uns, das offene Ohr den Anrufenden gegenüber zu schulen.

Das Projekt ist zu Ende gegangen, unser geschärfter Blick auf das Thema „Alter, Pflege, Gewalt“ ist uns weiterhin wichtig. Das Angebot der TelefonSeelsorge ist und bleibt ein Baustein zur Entlastung und zum Beistand und will mithelfen, andere Beratungs- und Unterstützungsmöglichkeiten bekannt zu machen, „... damit Pflege nicht zur Qual wird“.

Sabine Scholz-Hörstmann



Eberhard Warns 2004 „Mut und Wut“, Acryl, 60x50 cm

2. Zur Situation pflegender Angehöriger

Anspiel aus einem Gottesdienst in der Christuskirche in Herford

Anspiel 1. Teil

Ein Küchentisch mit mehreren Stühlen und Kaffeekanne steht im Altarraum, eine Frau sitzt am Tisch, einen Tasse in der Hand:

Eine Angehörige denkt laut:

Mmm: Ruhe, Zeitung und eine schöne Tasse Kaffee! Vater hält sein Nachmittagsschläfchen, das ist dann meine Zeit!

Seit drei Jahren geht das jetzt schon so, nachdem Vater seinen zweiten schlimmen Schlaganfall hatte. Nicht, dass ich mich beschweren will. Es war klar, dass ich als Tochter die Pflege übernehme. Gut erinnere ich mich noch an die anfänglichen Gespräche mit unseren Kindern: „Niemand von unserer Familie kommt in ein Pflegeheim!“ Und an die Worte der Ärzte damals in der Klinik: „Nehmen Sie Ihren Vater mit nach Hause, wenn Sie können. Seine Zeit ist begrenzt.“

- Aber so hatte ich mir das Ganze nicht vorgestellt,
- wirklich nicht! -

Wie schnell sich alles änderte: Immer war ich ein fröhlicher und unternehmungslustiger Mensch, aber plötzlich wurde es ruhig um mich. Ich kam ja kaum noch aus dem Haus, während die anderen weiter ihren Interessen und Beschäftigungen nachgingen. Und Freunde? Na ja, wer will sich denn auf Dauer immer dieselben Geschichten über die Pflege anhören. Es dauerte nicht lange, bis mich die Selbstverständlichkeit ärgerte, mit der alle davon ausgingen, dass ich mich schon kümmere.

Und oft bin ich erschrocken über den Zorn, der manchmal in mir hochkochte, wenn ich gerade einmal saß und dann schon wieder gestöhnt und gerufen wurde oder wenn ich nachts nicht schlafen konnte, immer mit einem Ohr am Pflegebett Und dann gleich wieder das schlechte Gewissen! Wie kann ich denn wütend sein, Vater macht das ja nicht absichtlich!

Manchmal hätte ich einfach nur losheulen können, wenn ich ihn da so liegen sah: Mein Vater war immer so stark und lebensstüchtig. Und jetzt wurde er von



Tag zu Tag schwächer und hilfloser. Und wir wussten beide: Besser wird es nicht mehr!

Und wenn er dann noch sagte, er will nicht mehr leben, ob der liebe Gott ihn denn vergessen hätte? - dann zerriss mich das innerlich: Ein Teil von mir verstand und stimmt zu und ein anderer Teil schluckte alle Tränen runter und verbreitete Zuversicht: Wenigstens Eine muss doch hier noch Hoffnung haben! Sonst hätte ich mich auch wie eine Verräterin gefühlt!

Man kommt an seine Grenzen, immer häufiger. Aber keiner soll das merken. Und offen über die wirklichen Belastungen zu sprechen, ist selbst innerhalb der Familie schwer: Schnell fühlen sich die anderen angegriffen und Konflikte sind vorprogrammiert. Da sagt man am besten schon gar nichts mehr und zieht sich zurück.

Und wenn ich dann Hilfe annahm, - von der Familie, von Nachbarn oder der Sozialstation - , dann zeigte sich mir doch schnell: So gut wie ich kannte keiner Vater, ich wusste am besten, was er braucht und wie man das händeln muss.

Außerdem hatte ich die Pflege übernommen und ihm sogar versprochen: Du musst nicht ins Heim! Jetzt musste ich auch allein zusehen, wie ich zurecht kam! Oder?

Anspiel 2. Teil

Ja, man kommt an seine Grenzen in der Pflege eines Angehörigen, immer wieder. Aber inzwischen denke ich: Wie gut, wenn ich das merke!

In letzter Zeit habe ich begonnen, meinen Ärger, meine Trauer, meine Erschöpfung, das sich Alleingelassenfühlen nicht einfach zu verscheuchen wie ungebetene Gäste, sondern wahrzunehmen als gute Freunde, die mir etwas sagen wollen:

Meinen Zorn, die Gereiztheit - , ich kann sie gut gebrauchen, um gesunde Grenzen zu setzen und notwendige Unterstützung einzufordern, um zu spüren: Es ist genug!

Pflege, das soll ein Dienst der Liebe sein, aber doch kein Martyrium!

Und auch die Trauer kehrt immer wieder! Und das ist gut so!

Denn sie erspart mir manch kräftezehrende Kämpfe gegen das Unvermeidbare. Wie schwer fiel es mir früher, zu akzeptieren, wie wenig mein Vater von den

liebepoll bereiteten Essensportionen nur noch zu sich nehmen konnte. Wie hab ich ihm zugesetzt mit „Nun iss doch mal vernünftig! Schmeckt es Dir etwa nicht! Früher hast Du aber doch immer 4 Kartoffeln genommen!“

Wenn ich die Traurigkeit zulasse, dann erinnert sie mich an die zerbrechliche Würde des Lebens. Älter werden und Sterben sind zwar traurig und schmerzhaft, aber keine persönlichen Niederlagen!

Darauf zu vertrauen, dass Gottes Weg mit dem Menschen auch an der Grenze unseres Lebens weitergeht, ist kein Verrat.

Und meine Erschöpfung lehrt mich Demut:

Ich bin auch nur ein Mensch!

Meine Kraft hat Grenzen!

Es geht auch ohne mich!

Natürlich unterlaufen mir Fehler, Ungerechtigkeiten und Versäumnisse. Und nicht alle Versprechen kann ich halten!

Und ich übe mich darin, mich alten und neuen Begegnungen wieder zu öffnen und mir etwas Schönes zu gönnen, ein Abend mit Freunden, Sport oder Musik... . Nicht täglich, nicht häufig, aber regelmäßig!

Und wenigstens einmal am Tag : Ruhe, Zeitung und eine schöne Tasse Kaffee!

Interview mit Pfarrerin Sigrun Potthoff

„Frau Potthoff, als Pastorin der Diakoniestationen im Kirchenkreis Herford machen Sie seit 2007 ein kostenloses Gesprächs- und Beratungsangebot für pflegende Angehörige, die die Pflegesituation mit ihren Belastungen einmal mit einer außen stehenden Person reflektieren möchten.

Einige Ihrer Wahrnehmungen haben Sie gemeinsam mit den Mitarbeiterinnen aus der Pflege für ein gottesdienstliches Anspiel (s. o.) auf den Punkt gebracht.

• Zu welchem Zeitpunkt im Verlauf einer Pflege suchen Angehörige bei Ihnen Unterstützung?

Sehr selten suchen Angehörige zu Beginn einer Pflegesituation ein Gespräch:

Oft verläuft der Weg in die Pflege ganz schleichend:



Es beginnt mit einzelnen hauswirtschaftlichen Unterstützungen wie Gardinenwaschen oder Einkäufen und unmerklich summieren sich die Unterstützungsleistungen und Belastungen, ohne dass die Angehörigen sich bereits als „pflegend“ definieren.

Oder eine plötzliche Krankheit verändert das gewohnte Leben schlagartig. Die Aufmerksamkeit liegt dann ganz bei dem erkrankten Familienmitglied, alles Notwendige wird in die Wege geleitet und die eigene Situation tritt dabei völlig in den Hintergrund.

In der Regel suchen Angehörige eher das Gespräch, wenn die Pflege schon Monate oder Jahre läuft und die Belastungen und Herausforderungen sich summieren bzw. durch besondere Umstände zuspitzen: Man selbst kommt an gesundheitliche Grenzen; der Pflegebedürftige verändert sich und die Pflege stellt neue Anforderungen an die Angehörigen; oder Konflikte innerhalb einer Familie verschärfen sich, weil die unterschiedlichen Beteiligten verschiedene Vorstellungen davon haben, wie die Situation zu bewältigen ist.

• **Wobei können Sie z. B. helfen?**

Das ist im Einzelfall sicher ganz unterschiedlich und reicht von der Moderation von „Familienkonferenzen“ über die Weitergabe von praktischen Informationen bis zum beratenden und seelsorgerlichen Einzelgespräch: All das kann den Betroffenen helfen, für sich persönlich einen Weg zu finden, die Situation entspannter zu gestalten.

Doch oft genug würde ich von „Helfen“ in dem Sinne gar nicht sprechen, sondern eher von „Begleiten“: Denn einen nahen Angehörigen zu unterstützen und zu begleiten, wenn seine Fähigkeiten und Kräfte schwinden, all das ist für die pflegenden Familienmitglieder nie leicht und oft sehr traurig und schmerzhaft. Gleichzeitig müssen sie, Abschied nehmen, von dem was früher war, bleiben aber auch in Liebe und Verantwortung sehr gebunden. Scheinbar hilfreiche Ratschläge gehen dann an der besonderen Situation und der bestehenden Beziehung der Betroffenen vorbei.

• **Wie oft kommt es nach Ihrer Erfahrung vor, dass Angehörige ihre einmal gefällte Entscheidung wieder rückgängig machen, bzw. ihren Entschluss verändern? Nehmen Angehörige dann zu einem späteren Zeitpunkt Hilfe von außen an?**

Ich erlebe Angehörige als durchaus flexibel: Das Maß der von außen angenommenen Unterstützung wird im Laufe eines Pflegeprozesses immer wieder schrittweise angepasst – wenn es so wie bisher nicht mehr weitergeht. Doch nicht immer deckt sich die Außenwahrnehmung der Situation mit der inneren Einschätzung der Betroffenen. Und nicht immer bietet externe Hilfe die Unterstützung, die in dieser speziellen Situation entlastend wirken würde.

• **Wie oft passiert es, dass die Pflege einer Mutter oder eines Vaters auf mehrere Schultern verteilt wird und nicht nur eine Person dann wirklich belastet?**

Sicher gibt es Pflegesituationen, in denen die ganze Last der Pflege nur auf den Schultern einer Person ruht – weil es keine anderen Angehörigen gibt oder sie nicht greifbar sind.

Doch tatsächlich erlebe ich häufig, dass mehrere Familienmitglieder in die Pflege involviert sind, allerdings nicht im selben zeitlichen Umfang und auch nicht mit demselben Verantwortungsgefühl. Hier liegt häufig eine Quelle für Spannungen innerhalb der Familien: Nicht immer ist ausgesprochen, welche Erwartungen aneinander bestehen. Das Thema Wertschätzung und auch die Frage nach einer „gerechten“, aber auch realistischen Verteilung der Lasten spielt eine Rolle.

• **Was können Sie mit Ihrem Erfahrungshintergrund Angehörigen raten, die sich entschieden haben, die Pflege für ein Familienmitglied zu übernehmen? Worauf sollten Sie (bei sich selbst) achten?**

Oft suchen pflegende Angehörige erst dann das Gespräch, wenn sie bereits an oder gar jenseits ihrer physischen und psychischen Grenzen sind. Ich würde mich freuen, wenn es für „sorgende“ und pflegende Angehörige selbstverständlicher wäre, kontinuierlich auch die eigene Situation, die eigenen Gefühle und Bedürfnisse wahr – und ernst zu nehmen.

Tatsächlich kann oft besser für andere sorgen, wer auch in guter Weise mit sich selbst umgeht.

Für die TelefonSeelsorge Ostwestfalen führte das Interview Sabine Scholz-Hörstmann



3. „Damit Pflege nicht zur Qual wird...“

Aktivitäten des Kreises Minden-Lübbecke gegen häusliche Gewalt in der Pflege

Von Andrea Strulik, Gleichstellungsbeauftragte des Kreises Minden-Lübbecke, und Klaus Marschall, Koordinator für Behinderten- und Seniorenbelange des Kreises Minden-Lübbecke

„Die Gewalt lebt davon,
dass sie von anständigen Leuten nicht für
möglich gehalten wird.“
(Jean-Paul Sartre)

Eine immer größere Zahl von Menschen erreicht ein immer höheres Lebensalter in guter Gesundheit und Selbständigkeit. Gleichzeitig steigt jedoch die Zahl insbesondere hochaltriger Menschen, die pflegebedürftig sind.

Im Kreis Minden-Lübbecke sind rund 9.000 Menschen pflegebedürftig, etwa 2/3 von ihnen werden im häuslich-familiären Umfeld versorgt. Durchschnittlich wenden pflegende Angehörige 36 Stunden pro Woche im weiteren Sinne für Hilfe, Pflege und Betreuung auf; die durchschnittliche Pflegedauer beträgt acht Jahre. Dabei steigen im Laufe der Pflegesituation die psychischen und physischen Belastungen, was auch zu einem steigenden Gesundheitsrisiko führt (insbesondere auch hinsichtlich Suchterkrankungen). Die meisten pflegenden Angehörigen sind im Alter zwischen 45 und 60 Jahren, also in einem Lebensabschnitt, in dem sie verstärkt beruflich gefordert sind und/oder die Doppelbelastung durch die Erziehung der Kinder noch nicht ganz abgeschlossen ist.

Wenngleich die häusliche Pflege die von den meisten gewünschte Form der Versorgung bei Pflegebedürftigkeit ist, so ist sie häufig auch eine Situation, die Pflegende und Gepflegte an ihre Grenzen stoßen lässt. Oftmals ohne darauf vorbereitet zu sein, übernehmen vor allem Ehefrauen, Töchter und Schwiegertöchter, zunehmend aber auch Ehemänner und Söhne, die häusliche Pflege und Betreuung. Schamgefühle, Rollenkonflikte und ungewohnte Nähe

lassen alle Beteiligten Grenzerfahrungen erleben. Zusätzlich können mangelnde Anerkennung, Erschöpfung, fehlende professionelle Unterstützung, soziale Isolation und Mehrfachbelastungen in Familie und Beruf Spannungen und Aggressionen auf Seiten der pflegenden Angehörigen erzeugen.

Dies kann zu verzweifelten Reaktionen bis hin zu Formen häuslicher Gewalt in der Pflege führen. Dabei kann die Gewalt sowohl von der pflegenden als auch von der pflegebedürftigen Person ausgehen, so dass in einer Pflegesituation Opfer-Täter-Rollen wechseln können.

So können auch pflegebedürftige Menschen Gewalt ausüben, indem sie z.B. Machtmittel einsetzen wie mangelnde Wertschätzung, Essensverweigerung und gezieltes Schikanieren. Damit sollen Pflegende verletzt bzw. bestraft werden.

Neuere Untersuchungen zeigen, dass 53% aller häuslichen Pflegesituationen gewaltbelastet sind. Dabei sind die psychische Gewalt und die Vernachlässigung die häufigsten Formen von Gewalt.

Weitere Gewaltformen sind körperliche Misshandlungen, sexualisierte Gewalt, ökonomische Gewalt und die Einschränkung des freien Willens (insbesondere auch Fixieren). Häufig treten verschiedene Formen von Gewalt gleichzeitig auf; für viele Betroffene ist es nicht einfach, erlebte Gewalt als solche zu erkennen und benennen. Dies hängt häufig zum einen damit zusammen, dass die individuellen Definitionen für Gewalt sehr unterschiedlich sein können. Zum anderen stellen viele Pflegehandlungen ungewollt eine Grenzverletzung dar, von daher ist der Übergang in Gewalthandlungen manchmal schwer zu bestimmen. Darüber hinaus enthalten viele familiäre Beziehungen Gewaltanteile, die im Falle einer Pflegesituation eskalieren können.

Blaue Flecken, Wunden, Kratz-/Bissspuren, Rötungen, ein rauer bzw. ängstlicher Umgangston zwischen den Beteiligten, körperliche Abwehrreaktionen (z.B. Verkrampfen, Zurückzucken) können Hinweise auf Formen häuslicher Gewalt in der Pflege sein. Ebenso spielt die räumliche Situation eine Rolle, die für alle Beteiligten angemessene Rückzugsmöglichkeiten gewährleisten sollte.

Angesichts der demografischen Entwicklung ist von einer steigenden Zahl hilfe- und pflegebedürftiger Menschen auszugehen. Dies bedeutet, dass ebenso mit steigenden Fallzahlen von häuslicher Gewalt in der Pflege gerechnet werden kann.

Mit Dauer und Umfang der häuslichen Pflegesituation und fehlender Unterstützung steigt die Gefahr von Übergriffen. Die Zeichen von Aggression und Gewalt frühzeitig zu erkennen, zu durchbrechen und gegenzusteuern, kostet Pflegebedürftige und ihre Angehörigen Überwindung und Selbsterkenntnis. Angst vor dem Versagen, Schuld und Scham kommen hinzu. Um kritische Situationen erst gar nicht entstehen zu lassen, sollte für (oder gegen) die Übernahme der Pflege eine bewusste Entscheidung stattfinden. Gerade bei Frauen wird heute noch zu oft mit Selbstverständlichkeit davon ausgegangen, dass sie eigene Interessen zurückstellen, um Angehörige zu pflegen.

Während Gewalt gegen Frauen und Gewalt gegen Kinder bzw. Kindeswohlgefährdung zu Recht öffentlich diskutiert werden und es entsprechende Hilfeangebote gibt, ist Gewalt gegen alte und pflegebedürftige Menschen bzw. „Altenwohlgefährdung“ noch immer ein Tabuthema.

Eingebettet sowohl in die kommunale Pflegeplanung als auch mit Bezug zur bestehenden PRIO-Vernetzung gegen häusliche Gewalt¹ bearbeiten Gleichstellungsstelle und Sozialamt des Kreises Minden-Lübbecke den Arbeitsschwerpunkt „Häusliche Gewalt in der Pflege“. Dabei geht es ausdrücklich nicht darum, pflegende Angehörige unter einen Generalverdacht zu stellen oder die häusliche Pflege insgesamt zu dramatisieren; pflegenden Angehörigen gebührt ein hohes Maß an Respekt für ihren hohen persönlichen Einsatz und ihre Leistung.

¹ Seit mehr als zehn Jahren arbeitet im Kreis Minden-Lübbecke eine Vernetzung gegen häusliche Gewalt mit dem Namen „PRIO“: „Prävention - Intervention - Opferschutz“. Diese Vernetzung wird von der Gleichstellungsstelle des Kreises koordiniert und hat folgende Ziele: Verbesserung der Hilfeangebote für Opfer, Fortbildung/Information und Öffentlichkeitsarbeit. Darüber hinaus werden verschiedene Schwerpunktthemen aufgegriffen, wie bspw. „Kinder als Opfer häuslicher Gewalt“ und „Gesundheitliche Folgen häuslicher Gewalt“.

Zentrale Ziele im Rahmen des Arbeitsschwerpunktes sind

- Hilfestellung für Betroffene (Opfer und Täterinnen/Täter) von häuslicher Gewalt in der Pflege: Da in Fällen von häuslicher Gewalt in der Pflege in der Regel keine kriminelle Gesinnung zu Grunde liegt, sind in erster Linie Hilfe- und Entlastungsangebote gefragt. Bestehende Beratungs- und Entlastungsangebote sollen daher für Betroffene zugänglicher gemacht und die bestehende Angebotsstruktur entsprechend weiterentwickelt werden.
- Prävention: Kritische häusliche Pflegesituationen, die in Gewalthandlungen eskalieren können, sollen vermieden werden.
- Enttabuisierung des Themas, Sensibilisierung der (Fach-) Öffentlichkeit.

Voraussetzung zur Umsetzung der oben genannten Ziele ist u.a. eine gute Vernetzungsstruktur. Seit Anfang 2008 existiert beim Kreis Minden-Lübbecke der Arbeitskreis „Häusliche Gewalt in der Pflege“, in dem alle einschlägigen Institutionen aus den Bereichen Altenhilfe und frauenunterstützende Einrichtungen aber auch Telefonseelsorge, Polizei, Krankenhaussozialdienste u.a.m. zusammengeschlossen sind.

Die Vernetzung der bestehenden Institutionen, auch über den Arbeitskreis hinaus, ist besonders wichtig. Dort, wo Fälle häuslicher Gewalt in der Pflege bekannt werden, müssen alle an einem Strang ziehen und jeder an seiner Stelle seiner Verantwortung nachkommen. Entlastungsmöglichkeiten sind vorhanden und können in unterschiedlicher Art und Weise eingesetzt werden. So kann es in manchen



Von links: Andrea Strulik, Sabine Scholz-Hörstmann, Klaus Marschall, Harriet Meier bei einer Fortbildung zum Thema



Fällen hilfreich sein, die pflegebedürftige Person in eine Tagespflegeeinrichtung zu geben, während in anderen Fällen bauliche Veränderungen in der Wohnung die Situation entzerren können. Vielen ist auch durch ein entlastendes Gespräch mit einer Facheinrichtung, insbesondere auch mit der Telefonseelsorge, geholfen.

Im Rahmen des Arbeitsschwerpunktes „Häusliche Gewalt in der Pflege“ wurde in Zusammenarbeit mit der TelefonSeelsorge Ostwestfalen (TSOW) das Angebot der telefonischen Begleitung in kritischen häuslichen Pflegesituationen entwickelt. Nach einer speziellen Schulung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der TSOW können insbesondere auch Pflegebedürftige und pflegende Angehörige unter den bekannten kostenlosen Telefonnummern der TSOW Konflikte und Probleme in der Pflege zu Hause ansprechen. Schwierige häusliche Pflegesituationen sollen hierdurch entspannt und Pflegenden emotional unterstützt werden. Eine Pflegeberatung erfolgt ausdrücklich nicht; bei Bedarf werden die Anruferinnen und Anrufer an die entsprechenden Pflegeberatungsstellen und weitere Angebote im Kreis Minden-Lübbecke verwiesen.

In extremen Fällen häuslicher Gewalt in der Pflege ist eine Anzeige bei der Polizei sinnvoll, die in Zweifelsfällen auch anonym berät. In der weit überwiegenden Zahl der Fälle geht es jedoch um Vermittlung von Hilfen. Denn die meisten pflegenden Angehörigen, die Gewalt ausüben, empfinden Scham, sie wissen einfach nicht mehr weiter und benötigen Unterstützung. Hilfeangebote sind im Kreis Minden-Lübbecke vorhanden, jedoch noch zu wenig bekannt. Viele Einrichtungen und Anlaufstellen, die mit dem Thema „Gewalt in der häuslichen Pflege“ konfrontiert werden, arbeiten sehr engagiert zusammen und konnten bereits in vielen Fällen positive Ergebnisse erzielen. Doch auch die Helfenden geraten häufig an ihre Grenzen. So wird im Zusammenhang mit häuslicher Gewalt in der Pflege immer wieder die Forderung nach einer zentralen Anlaufstelle laut, wo „alle Fäden zusammenlaufen“. Daher hat der Kreis Minden-Lübbecke die „Anlaufstelle Häusliche Gewalt in der Pflege“ geschaffen, bei der Formen und Ursachen häuslicher Gewalt in der Pflege vertraulich angesprochen und Hilfemöglichkeiten entwickelt werden können. Hierdurch soll Gewalt vermieden,

Betroffenen geholfen und die häusliche Pflege gestärkt werden. Ansprechpartnerin in der Anlaufstelle ist die Pflegefachkraft im Bereich „Hilfe zur Pflege“ im Sozialamt. Die Anlaufstelle bietet persönliche Gespräche (auch zu Hause), Vermittlung zu Hilfe- und Entlastungsangeboten sowie Fallkonferenzen mit allen Beteiligten an. Die Inanspruchnahme der Anlaufstelle ist kostenfrei, vertraulich und auf Wunsch auch anonym möglich. Die Anlaufstelle ist telefonisch erreichbar unter 0571 - 807 22751.

Herausforderungen für die Zukunft bleiben bestehen. Es müssen noch mehr Berufsgruppen als bisher für die Thematik „Häusliche Gewalt in der Pflege“ sensibilisiert werden. Hier ist insbesondere die Schlüsselrolle der Ärztinnen und Ärzte als Vertrauenspersonen der Familien herauszustellen. Aber auch andere Akteure müssen für die Zusammenarbeit gewonnen werden. Der Kontakt zu Vereinen, Verbänden, Kirchen u. ä. muss intensiviert werden, um die Betroffenen direkter und möglichst im Vorfeld von Gewalthandlungen erreichen zu können. Daneben ist Öffentlichkeitsarbeit von zentraler Bedeutung, um das Thema „Pflege“ und insbesondere auch „Gewalt in der häuslichen Pflege“ mehr aus der Tabuzone herauszuholen.

Kontakt:

Kreis Minden-Lübbecke
Portastraße 13, 32423 Minden
Tel.: 0571 / 807 - 0
Internet:
www.minden-luebbecke.de



Andrea Strulik
Gleichstellungsbeauftragte
Tel.: 0571 / 807 - 21620
E-Mail: a.strulik@minden-luebbecke.de

Klaus Marschall
Sozialamt
Koordinator für Behinderten- und Seniorenbelange
Tel.: 0571 / 807 - 22870
E-Mail:
k.marschall@minden-luebbecke.de



4. Kreative Kommunikation in der Demenz



Natalie Warns vor einem der Bilder ihres Mannes.

Dass auch unter dem Vorzeichen einer schweren Demenz Kommunikation auf ganz ungewöhnliche Weise möglich ist, beweisen die Bilder von Eberhard Warns. Seine Witwe Else Natalie Warns schreibt zu den vier in der Nachlese abgebildeten Bildern

Bis heute spricht er durch seine Bilder

„Mein Mann war Pastor in Westfalen, zuerst in der Schüler- und Studentenarbeit, dann in der Johannesgemeinde in Soest und schließlich als Leiter der Diakonischen Gemeinschaft Nazareth in den von Bodelschwingschen Anstalten Bethel. 1990, kurz nachdem er den Ruhestand angetreten hatte, erlitt er den ersten Schlaganfall. Es entwickelte sich eine Alterung mit vaskulärer Demenz und Anteilen von Alzheimer mit allen bekannten Krisen. 2003 wurde er nach einer schweren Stammganglienblutung endgültig zum Pflegefall. Der Arzt riet mir, anhand von Fotos aus unserem Leben Erinnerungsarbeit mit ihm zu betreiben. Das konnte sein Interesse nicht wecken. Ich denke, für unsere Generation, die Nazizeit und Krieg traumatisch erlebt hat, sind Erinnerungen nicht das, was eine Persönlichkeit stabilisiert.“

Er hatte schon früher kleine realistisch-romantische Landschaften gemalt. Deshalb ermunterte ich ihn, von mir erstellte Umrisszeichnungen von Ferienfotos zu kolorieren. Das reizte ihn wenig. Plötzlich - in einer Nacht - setzte er sich im Bett auf und rief laut „Ich will Freiheit beim Malen“. Und dann begann

das, was seinem Leiden an der Demenz mit all ihren Schrecknissen etwas entgegengesetzte: nämlich, die Möglichkeit, sich mit seinem derzeitigen und früheren Leben durch Malen auseinander zu setzen. Das bescherte unserem immer schwieriger werdenden Zusammenleben ein neues Glück und dem Kreis der Familie und Freunde eine neue nonverbale Kommunikation mit und über seine Bilder. Er hatte das -trotz Demenz - autonom in Gang gesetzt und gewann dadurch neues Selbstwertgefühl.

Er malte in den letzten dreieinhalb Jahren seines Lebens über 250 abstrakte Bilder in Formatgrößen bis zu fast 200 x 100 cm in einem völlig neuen Stil. Bis Ende des Jahres werden sie auf fast 70 Ausstellungen zu sehen gewesen sein. 2007 starb er 80-jährig nach 17 Jahren Krankheit.

Vier dieser Bilder sind hier veröffentlicht. Ich will versuchen, zu jedem etwas zu erzählen.

Bei der Deutung abstrakter Bilder fragt man: Wer hat die Deutungsmacht, wenn der Maler keine Titel gegeben hat? Gleichzeitig werden Bilder durch Betrachter neu konstituiert. Dennoch gibt die Komposition mit Formen und Farben einen konkreten Rahmen ab, der nicht beliebige Deutungen zulässt. Jedes Bild entspringt dem individuellen Gestus des Malers, der authentisch und in gewisser Weise „wahr“ aussagt, was sich in ihm gerade abspielt.

Das erste Bild hat er in der ersten Zeit nach dem Aufschrei in der Nacht, 2004 im sommerlichen Garten gemalt. Mit naturhaften scheinbar fröhlichen Farben baut sich eine abstrakte Form auf, eine Art „Stele“. Wenn man das Bild auf das eigene Gefühl wirken lässt, spürt man eine Spannung zwischen dem „verbretterten“ oberen Teil, dem stabilen Fußteil und der gelben Mitte, in der ein grüner Fleck zu vibrieren scheint. Malen, überhaupt Ästhetik ist eine Form der Selbst- und Weltwahrnehmung. Bei Menschen mit Demenz ist der „Kopf“, der Intellekt oft wie verschlossen, aber das Gespür für alles, das in der Mitte des Leibes, im Solarplexus sitzt, ist um so lebendiger. (Bild s. S. 15)

Bald danach entstand das rot-schwarze Bild, auf dem er noch selbst den Titel „Mut u. Wut“ verzeichnet hat, also Worte für das schreiben konnte, was er empfand. Man kann in der abstrakten Form das The-

ma erkennen. Ich erinnere mich deutlich daran, wie emotional und schwungvoll er dieses Bild malte und wie es ihn erleichterte. (Bild s. S. 8)

Das dritte Bild mit der schwarzen und der roten Seite neben einander wirkt strukturierter. Zwei Farben, zwei Gestalten aus abstrakten Zeichen stehen einander gegenüber: Ein männliches, ein weibliches Prinzip? Etwas Starres und etwas Bewegteres? Je mehr er die Orientierung in Raum und Zeit verlor, um so strukturierter wurden seine Bilder, als suchte er sich innerlich zu erhalten, was ihm äußerlich verloren ging. (Bild s. S. 20)

Die gelb-blau-schwarze Form im letzten Bild erinnert entfernt an einen vielarmigen Leuchter mit Flamme. Es gehört zu einer Reihe kleinerer Werke, die mir in den Kontext jüdisch-christlicher Theo-

logie zu gehören scheinen. Bevor er krank wurde, hatte er sich intensiv mit dem Jude-Sein Jesu und dem alten Testament beschäftigt. Obwohl er 2006 nicht mehr sprechen konnte, muss ihn dieses Thema immer weiter bewegt haben. „Malen ist eine andere Form des Denkens“ sagt der Künstler Gerhard Richter. (Bild s. S. 2)

Bilder aus dem Buch:

„Ich will Freiheit beim Malen“

von Eberhard Warns

Kunst als autonome Kommunikation eines Menschen mit Demenz

Herausgeber: Else Natalie Warns

120 Seiten, kart., mit ausgewählten Farbbildern

von Eberhard Warns

ISBN-978-3-936912-87-6

19,80 Euro



Eberhard Warns 2004 o. T., Aquarell, 60x50 cm



Wenn ich einmal dement werde...

Soll mein Leben einfach und überschaubar sein. Es soll so sein, dass ich jeden Tag das gleiche mache jeden Tag zur gleichen Zeit.

Wenn ich einmal dement werde...

Musst Du ruhig zu mir sprechen, damit ich keine Angst bekomme und nicht das Gefühl entsteht, dass Du böse mit mir bist. Du sollst mir immer erklären, was Du tust.

Wenn ich einmal dement werde...

Kann ich vielleicht nicht mehr mit Messer und Gabel essen, aber bestimmt sehr gut mit den Fingern.

Wenn ich einmal dement werde...

Und Panik bekomme dann bestimmt, weil ich an zwei Dinge gleichzeitig denken soll.

Wenn ich einmal dement werde...

Bin ich meistens leicht zu beruhigen; nicht mit Worten, sondern indem Du ganz ruhig neben mir sitzt und meine Hand ganz fest hältst.

Wenn ich einmal dement werde:

Habe ich das Gefühl, dass andere mich schwer verstehen, und genauso schwer ist es für mich, andere zu verstehen.

Mach Deine Stimme ganz leise und sieh mich an, dann verstehe ich Dich am besten. Mach nur wenige Worte und einfache Sätze.

Wenn ich einmal dement werde...

Sieh mich an und berühre mich, bevor Du mit mir sprichst. Vergiss nicht, dass ich oft vergesse.

Wenn ich einmal dement werde...

Möchte ich Musik von damals hören, doch ich habe vergessen, welche. Erinnerere Du Dich, und lass sie uns zusammen hören. Ich mag gern singen, jedoch nicht allein.

Wenn ich einmal dement werde...

Denke daran, dass ich nicht alles verstehe, doch mehr als Du manchmal denkst.

Verfasser: unbekannt

Man kann das Leben nur rückwärts verstehen,
aber leben muss man es vorwärts.
Sören Kirkegaard

5. TS-Ruhestand – und was dann?

Im Jahr 2009 bin ich im Alter von 72 Jahren aus dem aktiven Dienst in der TelefonSeelsorge Ostwestfalen ausgestiegen, bin „TS-Ruheständlerin“ geworden. Immer noch schaue ich gern auf meine fast 25 jährige Tätigkeit zurück, denn es war eine sehr schöne, ausgefüllte Zeit. Eine Zeit, die viel Engagement erforderte, verbunden mit steter Lernbereitschaft, in der ich meine freie Zeit zur Verfügung stellte. Mein Wunsch war, zu helfen Menschen in ihrer Not und Einmaligkeit anzunehmen, ihnen gut zuzuhören und sie möglichst nicht zu bewerten. Offenheit und Vertrauen spielten in der ganzen Zeit eine große Rolle. Und das habe ich genossen.

Aber irgendwann kommt dann einmal der Tag, an dem auch die Mitarbeit in der TS zu Ende ist, für mich war das im Frühjahr 2009 der Fall. Noch einen Gruppendurchgang wollte ich nicht beginnen.

Der Abschied fiel mir schwer, musste ich doch viel Vertrautes loslassen. Ich habe diesen Rollenwechsel durchaus als einen Bruch erlebt, der zwar einerseits Erleichterung brachte, auf der anderen Seite aber auch Trauer und die Frage: „Was kommt jetzt?“ Diese Frage habe ich mir mit anderen aus Altersgründen Ausgeschiedenen auch bezogen auf die TSOW gestellt: Kann es nach der aktiven auch eine passive Zeit in der TS geben? Immer deutlicher wurde der Gedanke: Das kann es jetzt doch nicht gewesen sein! Zusammen mit den Hauptamtlichen habe ich nach einer Lösung gesucht. Und so entstand die Idee einer eigenen Gruppe für die RuheständlerInnen – die „Oldies“ waren geboren. Die Gruppenstärke von inzwischen 23 Mitgliedern zeigt, wie viel Bedarf da ist. Alle zwei Monate treffen wir uns im Gruppenraum der TelefonSeelsorge Ostwestfalen. In den Räumen zu tagen ist uns ganz wichtig, macht das doch das Anknüpfen an die gelebte TS-Arbeit möglich. Der gemeinsame Bezugspunkt ist und bleibt die TS. Das Gruppenleben gestaltet sich ähnlich wie zu aktiven Zeiten nur eben ohne Supervision: Wir haben alte Rituale übernommen, der Austausch ist uns ganz

wichtig und wir arbeiten themenbezogen. Es ist wunderbar zu erleben, dass wir weiterhin dazu gehören, dass wir im Kontakt miteinander sind und auch mit dem, was sich in TS entwickelt.

All die ehrenamtliche frühere und jetzige Arbeit zu würdigen, geschieht auch in der Gruppe der „Oldies“. Das „Hören mit dem Herzen“ haben wir alle in der TS gelernt und vertieft, gut, wenn wir es nun auch miteinander und füreinander leben.

So reiht sich die Gruppe der „Oldies“ für mich ein in mein Erleben von weiterhin viel Engagement auch jenseits der „60“: Da gibt es die Familie, die Kinder und Enkelkinder, die Nachhilfe bei Kindern mit Migrationshintergrund, Arbeit in der Jugendstrafanstalt, Hilfe für die kranke Nachbarin, Nähkurse, Wandern über die Alpen und auch ein Kurs für das „Jodeldiplom“.

Eva Meyer

6. Aus dem TS-Alltag 2011

6.1. Telefon



Im Jahr 2011 wurden die Notrufleitungen der TSOW 15358-mal angerufen. Die Zahl der Anrufe ist damit im Vergleich zum Jahr 2010 nahezu unverändert geblieben. Im Durchschnitt gingen 42 Gespräche pro Tag ein.

In Vorbereitung auf eine neue einheitliche Bundesstatistik wurden einige Items in der bisherigen Statistik verändert. Nach wie vor basiert die Statistik auf persönlichen Eindrücken der Mitarbeitenden, z. B. Einschätzung der Stimme beim Alter. So zeigt die Statistik eher Trends als gesicherte Fakten.

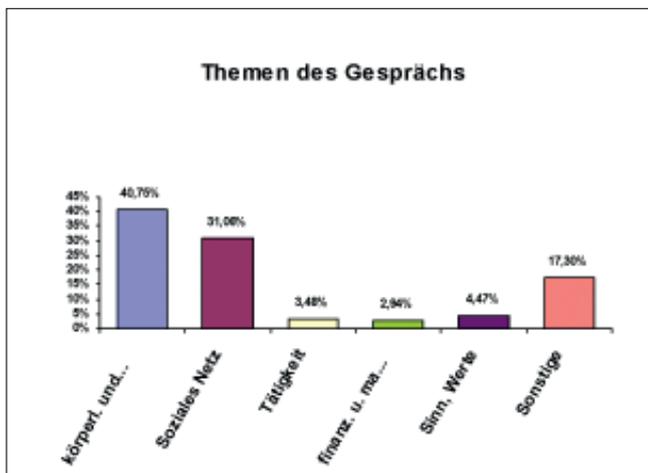
Neu ist die Kategorie „Art des Kontakts“ mit den Unterscheidungen „entspricht Auftrag TS“ bzw. „entspricht nicht Auftrag TS“ sowie Aufleger und Schweigeanruf.

Unter der Kategorie „entspricht nicht Auftrag TS“ (28 %) sind alle Anrufe zusammengefasst, auf die die TS nicht seelsorglich-beraterisch eingehen kann, sondern sich abgrenzen muss. Darunter fallen z. B. die früher sog. Scherz- und Testanrufe, aber auch missbräuchliche Anrufe, die der sexuellen Stimulation der Anrufenden dienen, sowie Provokationen. Gerade diese nicht dem Auftrag entsprechenden Gespräche sind für die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nicht leicht, sie verlangen Sicherheit in der Abschätzung der Situation, Klarheit im Ziehen von Grenzen und souveränen Umgang mit eigenem Ärger.

Die TelefonSeelsorge wird auch weiterhin Anstrengungen unternehmen sich vor missbräuchlichen Anrufen zu schützen. Neben klarer Abgrenzung werden auch technische Möglichkeiten geprüft.

Auch die Erfassung der Themen der Anrufe wurde neu geordnet. Folgende sechs Themengruppen werden erfasst:

- körperliches und seelisches Befinden,
- soziales Netz,
- Tätigkeit,
- Finanzielle und materielle Sicherheit,
- Sinn, Werte,
- Sonstige



Ähnlich wie bisher sind diese Themengruppen untergliedert in viele Feinthemen. Bei den am häufigsten besprochenen Themen gibt es zu den Vorjahren

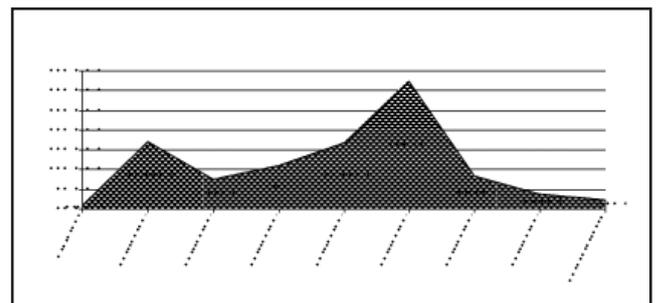
kaum Unterschiede, am häufigsten wird über körperliches und geistiges Befinden gesprochen, sowie über psych. Beeinträchtigungen, über familiäre Beziehungen und Einsamkeit.

Neu ist die Unterscheidung „Kontaktart speziell“, wo versucht wird, das Anliegen der Anrufenden zu erfassen. So dienen 20, 88 % der Gespräche zur Entlastung/Beistand/Aufklärung, 14, 52% der Alltagsbegleitung, 6, 76 % der Problemklärung, 4, 36%, d. h. 670 Anrufe = etwa 2Anrufe/Tag fallen unter die Kategorie Krisenhilfe.

In diesen Zahlen schlägt sich vermutlich nieder, dass die TS von den Anrufenden als niederschwelliges Beratungs- und Seelsorgeangebot angesehen und genutzt wird. Hilfe und Unterstützung sind unkompliziert und anonym zu finden. Alltagsbegleitung suchen unserer Erfahrung nach häufig psychisch erkrankte Menschen, die teilweise ärztlich und therapeutisch versorgt sind, aber darüber hinaus kurze Kontakte zur TS suchen, um ihren Alltag gestalten zu können.

Die Beratungs- und Seelsorgegespräche zeigen, dass die TelefonSeelsorge eine wichtige Funktion im Hilfenetz hat. Bezogen auf die Mitarbeitenden verlangt die Seelsorge am Telefon eine schnelle Auffassungsgabe für die geschilderten Probleme, ein großes Einfühlungsvermögen in die verschiedensten Situationen und Gefühlslagen, sowie ein hohes Maß an Beziehungsfähigkeit.

6.2. Anrufende 60 plus



Von den Anrufern der TelefonSeelsorge, bei denen ein Alter genannt oder vermutet wurde, sind etwa 14, 43% über 60 Jahre alt. Betrachtet man die über

60jährigen etwas differenzierter, sind davon 54 % zwischen 60 und 69 Jahre alt, 25 % zwischen 70 und 79 Jahre und 20 % über 80 Jahre. Es lässt sich also feststellen, dass mit zunehmendem Alter die Inanspruchnahme der TelefonSeelsorge eher abnimmt. Die Gründe dafür lassen sich nur vermuten. Zum einen könnte es sein, dass vielen älteren Menschen Hilfsangebote wie das der TS nicht so bekannt sind, zum anderen könnte es sein, dass die Hürde Hilfe von außen anzunehmen in höherem Lebensalter größer ist. Viele ältere Menschen sind es nicht gewohnt, sich mit Problemen nach außen zu wenden. „Wie es drinnen aussieht, geht keinen was an“, ist ein Motto, das viele geprägt hat. Weiter könnte es auch sein, dass viele Ältere in ihrem Leben genügend eigene Möglichkeiten erlangt haben, um Probleme zu bewältigen und so mit einiger Gelassenheit ihren Alltag meistern können.

Betrachtet man die Geschlechterverteilung der älteren Anrufer, zeigen sich keine Überraschungen. Von den über 60 jährigen Anrufern sind etwa 41 % männlich, 57 % sind weiblich. Das entspricht in etwa der Geschlechteraufteilung bei der Gesamtzahl unserer Anrufenden.

Von den Anrufern im Seniorenalter ist ein großer Teil, nämlich 63% alleinlebend, 15% leben in einer Partnerschaft oder Ehe, 4% in einer Familie.

Interessant ist die Liste der Themen, die die ältere Generation am häufigsten beschäftigt. Bei einer Vielzahl von Anrufenden, nämlich bei 40 % der über 60jährigen steht vor allem das körperliche Befinden im Vordergrund der Anrufe, das ist etwas häufiger als im Vergleich zur Gesamtzahl der Anrufenden (35%). Psychische Beeinträchtigungen sind bei 26% der über 60jährigen Thema (20%), Familiäre Beziehungen 13% (11%), Einsamkeit 17 % (10 %), Tod, Verlust, Trauer 6%, (3%), und Pflegesituation gut 2, 3%, (1,45%). Dass diese Themen im höheren Lebensalter mehr Relevanz bekommen, schlägt sich also auch in der Statistik nieder.

6.3. Chat

Im Jahr 2011 wurden 141 Chats erfasst. Nach wie vor ist die Nachfrage nach Terminen groß, so dass nahezu alle Termine belegt werden. In einem Viertel der Fälle sind die Ratsuchenden nicht erschienen. Diese Termine werden nach 5–10 Minuten wieder freigegeben und in der Regel dann spontan belegt. So können wir 31% Spontanbuchungen verzeichnen, die sich aus freigegebenen und kurzfristig angebotenen Terminen zusammensetzen.

Wie auch in den Vorjahren nutzen vor allem junge Frauen die TS im Chat. So sind 34 % der Ratsuchenden 20–29 Jahre alt, 14 % sind 16 bis 19 Jahre alt. Diese Ratsuchenden gehören zu den „digital Natives“, für die ein Leben mit Internet ganz selbstverständlich ist. Sie chatten, lesen Nachrichten auf dem Bildschirm, verbringen viele Stunden bei Facebook und suchen Rat und Hilfe im Internet – auch auf den Seiten der TelefonSeelsorge.

In der Themen-Statistik sind Mehrfachnennungen möglich. Da die Statistik an dieser Stelle in der Handhabung verbesserungsbedürftig ist, lassen sich nur Tendenzen ablesen: In 38% der Fälle wurde das Thema Ausbildung angesprochen, wichtig waren auch die Beziehungen der Ratsuchenden mit 35 % wurde die Familie/Verwandtschaft thematisiert, 33 % der Chats hatten die Partnerschaft zum Thema und 32 % die Freunde, Nachbarn, Kollegen. Das Thema „psychische Erkrankung“ wurde in 22 % der Fälle im Chat aufgegriffen und in 17 % der Fälle körperliche Erkrankungen. Im Vergleich zum Telefon nehmen auch die Themen Gewalt, Missbrauch (11% Chat/1,5% Telefon) und Suizid (11% Chat, 1% Telefon) einen deutlich höheren Stellenwert ein.



Im Schutz der Anonymität im Chat äußern Ratsuchende also immer wieder auch „schwere“ und „quälende“ Themen. Dies erfordert von den ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen viel Fingerspitzengefühl und eine hohe Beziehungskompetenz. Wie am Telefon begleiten die Beratenden die Ratsuchenden vor allem in ihrer aktuellen Lebenssituation. Sie versuchen sie in der Wahrnehmung ihrer Fähigkeiten zu stärken

6.4. Mitarbeit

In 2011 waren **78 Ehrenamtliche** in der TSOW tätig. Im Dezember wurde eine Ausbildungsgruppe mit 7 Personen beendet und die Teilnehmenden in einem Gottesdienst in die Mitarbeiterschaft eingeführt.

Im Sommer hat ein Ausflug nach Hildesheim, in dessen Zentrum die zum 1000jährigen Bestehen renovierte St. Michaeliskirche stand, einen Betrag zum guten Miteinander geleistet

Zum Ende des Jahres wurden alle Gruppen nach 2¹/₂ Jahren Laufzeit beendet und für 2012 neue Gruppenzusammensetzungen organisiert.

Der Mitarbeitertag im Jugendhof Vlotho stand 2011 mit der Referentin Dorothee Stieber-Schöll unter dem Thema: „**Wenn Traumata das menschliche (Er-)Leben bestimmen.**“ Die sehr große Teilnehmergruppe zeigte deutlich, wie aktuell dieses Thema in der TS-Arbeit ist.

6.5. Vernetzung

16 Kreise und Gruppen haben die Hauptamtlichen in 2011 in den Gemeinden besucht und über die Arbeit der TS berichtet. Ebenso haben die Hauptamtlichen an Synoden, Ausschüssen, Gremien und Sitzungen im kirchlichen und kommunalen Bereich für die TelefonSeelsorge Ostwestfalen teilgenommen.

Zwei Höhepunkte sind im Blick auf die Öffentlichkeitsarbeit der TSOW für 2011 besonders zu benennen:

- Die Teilnahme mit einem Stand an der **Schaumburger Regionalschau** in Stadthagen, vermittelt durch die Kontaktstelle Ehrenamt in Schaumburg. Dieser Stand hat gute Möglichkeiten zu Kontakten bei einer nicht kirchlichen Veranstaltung mit sich gebracht.



Eberhard Warns 2004 o. T., Acryl, 60x50 cm



Die Leiterin der Telefonseelsorge Petra Henning begrüßt die KonzertbesucherInnen.

- Eine Benefizveranstaltung „**NachtEngel**“ im November 2011 in der Versöhnungskirche Bad Oeynhausen Werste (nach Abzug aller Kosten ging der Erlös an die TS). Das musikalische Programm gestalteten die westfälischen Saxophoniker mit ihrem Programm „SeraphimSax“, und Jürgen Gizas übernahm Lesungen zum Thema. Die Werster Männerkochgruppe sorgte mit einem tollen Snackbuffet für den leiblichen Genuss in der Pause, in der auch die Möglichkeit bestand, sich über die TelefonSeelsorge Ostwestfalen zu informieren. Auf diese Weise eine Veranstaltung für die Menschen in der Region anzubieten ist für die TelefonSeelsorge Ostwestfalen ein wichtiger Baustein in der Außenwirkung, da die Institution ja von ihrem Wesen her sehr anonym arbeitet. Dazu: Anja Brandt „Im Zeichen der Nacht“



Großartig ließen die „Westfälischen Saxophoniker“ in der Werster Versöhnungskirche Barock und Jazz verschmelzen.

Anja Brandt

Im Zeichen der Nacht

Großartige Benefizveranstaltung für die ‚TelefonSeelsorge Ostwestfalen‘

Zuhören, verstehen, ermutigen – das sind die Hauptaufgaben der Mitarbeiter der ‚TelefonSeelsorge Ostwestfalen‘. Und besonders nachts ist das Sorgen um die Seelen anderer intensiv. So stand der Benefizabend am Freitagabend in der Werster Versöhnungskirche unter dem Motto „NachtEngel“, denn gerade nachts können ihre Telefonate Hoffnung und Halt geben.

Ein Schreibtisch, ein Telefon, einen Computer und ein Schlafsofa für die Nachtschicht – mehr brauchen die Mitarbeitenden der ‚TelefonSeelsorge Ostwestfalen‘ für ihre Arbeit nicht. Unter der Leitung von Pfarrerin Petra Henning sind zwei hauptamtliche Mitarbeiterinnen, Sabine Scholz-Hörstmann und Petra Ottensmeyer, sowie circa 80 Ehrenamtliche für die Anrufenden da. „Tag und Nacht sind wir für Menschen in Krisen und Notsituationen gesprächsbereit. Auch jetzt und in diese Nacht hinein ist eine Mitarbeiterin im Dienst. Wir werden gern als die ‚Nachtgesichter der Kirche‘ bezeichnet“, sagte Pfarrerin Henning zur Begrüßung des Benefizabends am letzten Freitag. Gemeinsam mit Pfarrer Hartmut Birkelbach vom Kulturreferat „KuK!“ des Kirchenkreises Vlotho hatten die Hauptamtlichen einen abwechslungsreichen Abend vorbereitet, dessen Erlös in die Arbeit der ‚TelefonSeelsorge Ostwestfalen‘ fließt.

Und der begann mit einem hochkarätigen Konzert der ‚Westfälischen Saxophoniker‘, die in ihrem Programm „SeraphimSax“ Johann Sebastian Bachs Oster- und Himmelfahrtsoratorium für neun Saxophone plus Kesselpauken sorgfältig arrangiert hatten. Bereits beim Einzug in die Kirche durch die Seitengänge erahnten die Zuhörer schnell, dass sie hier ein ungewöhnliches Klangerlebnis erwartet. Stimmgewaltig und in immer neuen Formationen - von großer Besetzung bis zum intimen Trio - zeigten die Musiker die Spannweite ihres Könnens und den Mut, die barocke Musik mit dem Jazz zu verschmelzen. Die rund 200 Besucher waren sichtlich begeistert: langanhaltender Applaus und stehende Ovationen ließen an der Forderung nach einer Zugabe keinen Zweifel.



Bachs Oratorien erfuhren eine enorm lebendige, moderne und ergreifende Umsetzung, der man sich nur schwer entziehen konnte.

Gestärkt am reichhaltigen Büffet der Werster Männerkochgruppe und mit vielen lebhaften Gesprächen im angrenzenden Gemeindehaus ging es dann in der Kirche mit einer Konzert-Lesung weiter: Der Theologe und Autor Jürgen Gizzas aus Lübbecke trug mit ruhiger, kraftvoller Stimme meditative Texte zum Thema ‚NachtEngel‘ vor, begleitet von Marc Nolte, der diese mit dem Saxophon musikalisch variierte. Im Wechsel las Pfarrer Jürgen Gizzas Gedichte, beispielsweise von Hermann Hesse, Rose Ausländer, Rainer Maria Rilke vor, breitete seine Gedanken über die Nacht aus oder interpretierte Bibelstellen wie „Jakobs Kampf mit dem Engel“. „Nachts wird vieles ausgeblendet, was uns tags den Blick verstellt. Und dann kann die Nacht zur Verheißung werden“, meinte Pfarrer Gizzas. Besonders Konflikte würden nachts stärker, wenn wir auf uns selbst geworfen seien und nicht ausweichen könnten, beschrieb der Theologe.

Und gerade dann braucht es „Engel“ - wenn außer Krankenärztlichen Notdiensten, Polizei und Feuerwehr niemand mehr ansprechbar sei. „Durch die Dunkelheit sind die Gespräche oft sehr intensiv und dauern auch länger als am Tag“, weiß die Mitarbeiterin der ‚TelefonSeelsorge‘ Sabine Scholz-Hörstmann aus eigener Erfahrung. Für viele sei es eine Entlas-

tung, wenn sie überhaupt ausdrücken könnten, was sie bedrücke. „Wir begleiten die Menschen in Krisen mit Hilfe des Telefons. Lösen können wir ihre Probleme nicht, aber wir versuchen, mit ihnen eigene Wege zu finden.“ Einsamkeit, Probleme in der Familie und Partnerschaft oder psychische wie physische Erkrankungen seien die häufigsten Gesprächsinhalte. In solchen Situationen ist es das Wichtigste, sich in Menschen hineinfühlen zu können. Die Menschen sollen erkennen, dass sie den Ereignissen des Lebens nicht hilflos ausgeliefert sind. Das Telefonat ist dann ein Geschenk, das Hoffnung geben will.

Hintergrundinfo ‚TelefonSeelsorge Ostwestfalen‘

Die TelefonSeelsorge Ostwestfalen ist rund um die Uhr besetzt und unter der bundeseinheitlichen Nummer 0800-1110111 kostenfrei sowie zur Chatberatung über die Homepage: www.telefonseelsorge.de zu erreichen. Die Anrufenden können völlig anonym bleiben, denn die Rufnummer erscheint nicht im Display. Circa 80 ehrenamtliche Mitarbeitende sind in der TelefonSeelsorge OWL beschäftigt. Sie unterliegen der Schweigepflicht und geben keinerlei personenbezogene Informationen nach außen. Neue Mitarbeiter werden immer gesucht. Zunächst müssen sie eine kostenfreie gut einjährige Ausbildung absolvieren, bevor sie am Telefon eingesetzt werden. Ein neuer Kurs beginnt im Februar. Interessierte können sich jetzt unter der oben genannten Telefonnummer informieren.

Text und Fotos: Anja Brandt

6.6. Ausblick

Zwei Projekte stehen konkret für 2012 an: Die Homepage der TelefonSeelsorge Ostwestfalen wird neu gestaltet und dabei dem corporate design angepasst und ein Förderverein soll gegründet werden. Zu beiden Projekten laufen die Vorbereitungen auf Hochtouren.





„Von der
Sonne
geweckt
werden.“

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Wer sein Leben lang viel geleistet hat, möchte im Alter auf nichts verzichten. Deshalb helfen wir Ihnen mit unserem Beratungskonzept dabei, Ihre Finanzen für den Ruhestand fit zu machen. Machen Sie den ersten Schritt in Ihre sorgenfreie Zukunft und sprechen Sie einfach mit Ihrem Berater, rufen Sie an (05221 / 2801-0) oder gehen Sie online: www.meinevolksbank.de

Volksbank
Bad Oeynhausen-Herford eG



TelefonSeelsorge
Hier werden Sie gehört!

0800-1110111 . 0800-1110222

Chatberatung unter www.telefonseelsorge.de

Kontakt

Büro der TelefonSeelsorge Ostwestfalen
Postfach 101222
32512 Bad Oeynhausen
Ostwestfalen@telefonseelsorge.de
www.telefonseelsorge-ostwestfalen.de

