

Spiritualität als Quelle der Kraft und Ort des Getragenseins

Von guten Mächten wunderbar geborgen

In jedem Alter gehöre es zum Leben, spirituelle Ressourcen zu erschliessen und zu erfahren, was einen im Tiefsten trägt, sagt Christoph Schmid, Bildungsbeauftragter für die Betreuung und Pflege im Alter bei Curaviva Weiterbildung. Allerdings nähmen im Alter die existenziellen Herausforderungen zu, die verlangen, den Sinn des Lebens neu zu entdecken. Darauf seien die Pflegenden in den Heimen noch zu wenig gut vorbereitet.

Beat Leuenberger

Im Alter wächst offenbar das Bedürfnis nach Spiritualität. Hat Spiritualität demnach vor allem mit Vergänglichkeit und Endlichkeit zu tun?

Christoph Schmid: Gewiss sind dies wichtige spirituelle Inhalte für Menschen, die den Tod in Reichweite spüren. Betagte setzen sich aber nicht nur mit dem Sterben auseinander und mit der Frage, was nachher kommt, sondern auch mit Vergänglichkeit im Sinn einer Bilanz: Was machte mein Leben aus? Was war schön? Was fehlte? Und schliesslich hat Vergänglichkeit auch mit Verlust zu tun – mit körperlichen Einschränkungen, Gebrechlichkeit, die den Übertritt in ein Heim notwendig machen.

Solche kritischen Lebensereignisse und existenziellen Herausforderungen nehmen im Alter zu und verlangen, dass betagte Menschen die Bedeutung, den Sinn ihres Lebens neu entdecken. Einen Menschen, der etwa nicht mehr gehen kann wie früher, fordert die Frage heraus: Was ist für mich jetzt wichtig, wenn das, was war, der Vergangenheit angehört? Spirituelle Unterstützung heisst, dem Bilanzziehen Raum geben. Dessen müssen sich die Pflegenden in den Heimen bewusst werden.

Können denn Menschen ihre Spiritualität quasi anknipsen, wenn ihnen im Alter der Sinn danach steht?

Schmid: Das ist mir ein zu funktionalistisches Bild. Ich würde eher sagen: Es gehört zum Leben, in schwierigen Lebensabschnitten auf spirituelle Ressourcen zurückzugreifen. Immer wieder bin ich erstaunt, wie Menschen nach Phasen der Krise, nach langen schmerzlichen Prozessen für sich religiöse und spirituelle Antworten finden.

Doch ist es zu einseitig, Spiritualität nur auf schwierige Lebenssituationen zu fokussieren. Das Bedürfnis ist, immer lebendig zu erfahren, was einen im Tiefsten trägt, was Kraft und Freude gibt und was das Leben ausmacht.

Werden Menschen im Alter spirituell, die es früher im Leben nicht waren?

Schmid: Dazu habe ich zwei Thesen. Die erste: Jeder Mensch hat eine spirituelle Dimension. Die zweite: Sie ist individuell ausgeprägt und nicht bei allen gleich lebendig. So oder so: Diese Dimension können die Menschen aktivieren und aktualisieren. Eine «spirituelle Spritze» gibt es allerdings nicht. Wer seine Spiritualität wenig nährt, muss sich mit wenig begnügen. Wer ein reichhaltiges spirituelles Leben führt, kann auf mehr Ressourcen zählen. In der Pflege und Betreuung von Menschen heisst das: Ohne Bewertung unterstützen, was vorhanden ist – auch wenn es vielleicht bescheidene Quellen sind. Und besonders: auch wenn sie nicht dem «Geschmack» der Pflegenden entsprechen.

Trägt Spiritualität zu einem zufriedenen Altern bei?

Schmid: Ja, das würde ich zunächst bestätigen. Altern ist zum Teil ein schmerzlicher Prozess, den die Menschen besser meistern können, wenn sie in der Spiritualität ihre eigenen Lösungen und Antworten finden.

Gefährlich wird dagegen die Instrumentalisierung der Spiritualität, etwa zum Sparen von Gesundheitskosten im Sinn von:

Spiritualität ist ...

«Spiritualität ist für mich die letzte Gewissheit, dass ich mit meiner Person und meinem Leben eingebettet bin in ein «grösseres Ganzes», aus dem ich nicht herausfallen kann. Diese Gewissheit gibt mir das Vertrauen, dass letztlich alles seinen Sinn haben muss – auch wenn manches im Moment sinnlos erscheint. In der religiösen Sprache nenne ich dieses grössere Ganze «Gott», und ich spreche mit ihm im Gebet.»

Christoph Schmid



Foto: Robert Hansen

Christoph Schmid: «Andere in ihrer Spiritualität zu begleiten, setzt voraus, seine eigenen spirituellen Bedürfnisse zu kennen und darüber nachzudenken.»

Wer spirituell lebt, ist gesünder – ein Ansatz, der vor allem aus den USA kommt. Dagegen grenze ich mich ab. Spiritualität lässt sich keinem Zweck zuführen.

Was bedeutet spirituelle Öffnung am Ende des Lebens?

Schmid: Das ist ein noch junger Forschungszeitraum in der Gerontologie. Beobachten kann man aber, dass Menschen, die sich spirituell öffnen, versöhnlicher und grosszügiger werden mit ihrem Umfeld. Und es bedeutet natürlich auch, dass sie sich Gedanken machen über das Leben nach dem Tod.

Ist diese Öffnung dem Alter vorbehalten? Oder kann sie auch früher im Leben eintreten?

Schmid: Oft ist leider ein Schicksalsschlag der Anlass, sich mit spirituellen Fragen zu beschäftigen. Davon war ich überrascht: Die Befragung von Pflegepersonen nach der eigenen spirituellen Biografie im Rahmen meiner Masterarbeit brachte zum Ausdruck, dass in erster Linie erschütternde Ereignisse, vor allem Todesfälle, in die Tiefe spirituellen Erlebens führten. Es ist eine Realität, dass Herausforderungen das spirituelle Potenzial besonders aktivieren. Darüber hinaus interessieren sich die Menschen aber in jedem Alter ganz allgemein dafür, was sie im Tiefsten berührt – für die Liebe, für Zufriedenheit, Geborgenheit, Getragensein und Glück.

Ginge es der Welt nicht ein bisschen besser, wenn sich mehr Menschen nicht erst im letzten Lebensabschnitt auf ihre Spiritualität besinnen würden?

Schmid: Theoretisch wahrscheinlich schon. Doch die Wirklichkeit ist eine andere: Nicht jedes Lebensalter ist in gleichem Mass

zugänglich für Fragen der Spiritualität. Obwohl ich überzeugt bin, dass Spiritualität immer in irgendeiner Form Ausdruck findet.

Wie denn?

Schmid: Kinder kommen im Religionsunterricht damit in Berührung. Bei der Familiengründung sind es Heirat und die Geburt eines Kindes, die diese Dimension ins Spiel bringen. Auch möchten die Menschen im Beruf Sinn finden und Erfüllung in der Liebe ...

... das heisst, um Spiritualität zu erleben, braucht es eine Religion und einen Gottesglauben? Oder gibt es auch eine umfassende, nicht konfessionell-religiös gebundene Spiritualität?

Schmid: Darin ist sich die Forschung einig: Es gibt sowohl religiöse wie auch nicht religiöse Formen der Spiritualität. Nach meiner Auffassung stellt Spiritualität das Gefäss, die Form oder die Struktur dar, und die Religionen füllen sie mit Inhalt, geben Antworten. Alle Religionen bieten etwa zur Frage der Endlichkeit Antworten, die diese Endlichkeit weniger bedrückend machen. Die frohe Botschaft lautet: Ja, es gibt ein Leben nach dem Tod, das über die irdische Endlichkeit hinausgeht, es gibt ein Aufgehobensein, einen letzten Grund, wo sich die Menschen geborgen fühlen, tiefer als alle irdischen sozialen Gefüge. Und es gibt eine endgültige Vergewisserung: Mit Gott kann ich in Kontakt treten, Jesus ist mein Freund. Nach dieser Auffassung von Spiritualität sind Gebet und Glauben zentral. Daneben existieren nicht religiöse Formen tiefer Spiritualität, etwa die Geborgenheit in der Natur, das Eingebettetsein im Jah- >>

reskreis als Analogie des Lebens mit dem Erblühen im Frühling und dem Absterben im Herbst.

Feste feiern, weltliche und kirchliche, die den Jahreskreis unterstreichen, ist in allen Heimen ausserordentlich wichtig. Das Brauchtum zu pflegen, hilft den Menschen, sich tief geborgen zu fühlen.

Ich sage dies ohne zu urteilen: Religiöse, nicht religiöse und auch Mischformen von Spiritualität haben für mich den gleichen Stellenwert.

Doch in den Pflegezentren scheint die religiöse Verwurzelung im Vordergrund zu stehen?

Schmid: Tatsächlich gehören die betagten und hochbetagten Bewohnerinnen und Bewohner, die heute in Heimen leben, einer Generation an, die mit der Kirche aufgewachsen, die religiös sozialisiert sind. Und auch die religiöse Begleitung ist in vielen Heimen verankert. In 20 Jahren wird sich die Situation total verändert haben.

Welche Möglichkeiten haben Pflegende, dem Bedürfnis nach Spiritualität der Heimbewohnenden zu begegnen?

Schmid: Andere in ihrer Spiritualität zu begleiten, setzt voraus, seine eigenen spirituellen Bedürfnisse zu kennen und darüber

nachzudenken. Sich bewusst zu machen: Wie pflege ich als Pflegende meine Spiritualität. Antworten zu haben auf die Fragen: Wie schöpfe ich Kraft nach einem strengen Arbeitstag oder wenn ich verzweifelt bin?

In den nächsten Schritten geht es darum, die individuellen spirituellen Bedürfnisse und Ressourcen der Bewohnerinnen und Bewohner wahrzunehmen und pflegerische und betreuende Massnahmen zu planen und zu verwirklichen. Und schliesslich gehört es dazu, diese Interventionen auf ihre Wirkung hin zu prüfen und auszuwerten.

Wie äussert sich das Bedürfnis nach Spiritualität ganz konkret?

Schmid: Als Suche nach Sinn – in der Arbeit und Lebensplanung, im Getragen- und Aufgehobensein, in der Identität und im Selbstwert. Und als Wiederfinden des Sinns, wenn alles verloren geht angesichts der Endlichkeit.

Gibt es auch Hemmungen, über seine spirituellen Bedürfnisse zu sprechen?

Schmid: Religiös geprägte Bedürfnisse sind für vielen Menschen Privatsache. Ihren Glauben behalten die Menschen lieber für sich, vor allem Reformierte. Viele wissen auch gar nicht so genau, was für sie Spiritualität ausmacht. In den Heimen kommt es darauf an, die spirituelle Dimension, vor allem durch Beobachtung, zu entdecken – eine gemeinsame Aufgabe von Pflege und Seelsorge. Es geht darum, die Bewohnerinnen und Bewohner in empathischen Gesprächen zu befähigen, ihre eigenen Antworten zu finden auf Fragen nach dem Warum, nach dem Schicksal und nach den Quellen der Kraft in mutlosen Zeiten.

Können sich Pflegende denn darauf einlassen? Und: Sind sie überhaupt zuständig?

Schmid: Ganz klar: Ja. Für die spirituelle Begleitung sind nicht ausschliesslich professionelle Seelsorgende zuständig, sondern alle, die in der Betreuung arbeiten. Deshalb muss ein Basisverständnis für Spiritualität vorhanden sein und eine Sensibilität, die spirituellen Bedürfnisse wahrzunehmen. Um anschliessend geeignete Massnahmen und Interventionen einzuleiten, ist jedoch die Unterstützung von Profis nötig.

Im Rahmen meiner Master-Arbeit habe ich Kaderleute in der Pflege danach befragt. Sie sehen es als selbstverständlich an, dass Pflegende für religiöse und spirituelle Bedürfnisse verantwortlich sind.

Kursangebote:

- «Das Leben vollenden»: institutionsinterne Weiterbildung für Alters- und Pflegeheime und Institutionen für Menschen mit Behinderung – ein gemeinsames Projekt von Caritas Schweiz und Curaviva Schweiz (www.weiterbildung.curaviva.ch)
- «Spiritualität im Pflegealltag»: zweitägiges Modul im Basislehrgang «Palliative Care» von curahumanis, Fachverband für Pflege und Betreuung, Luzern (www.institut-neumuenster.ch)
- «Lehrgang Palliative Care»: eine 25-tägige Fachvertiefung mit Zertifikatsabschluss von Curaviva Weiterbildung (www.weiterbildung.curaviva.ch)



Foto: Maria Schmid

Für die spirituelle Begleitung sind nicht ausschliesslich professionelle Seelsorgende zuständig, sondern alle, die in der Betreuung arbeiten.

Gibt es eine klare Aufgabenteilung zwischen Pflege und professioneller Seelsorge?

Schmid: In Zukunft dürfte eine Verschiebung der Zuständigkeit stattfinden. Aus den Antworten der Befragung kann ich vermuten, dass Pflegende die Aufgaben der Seelsorge besonders bei gottesdienstlichen Veranstaltungen und sakramentalen Handlungen sehen, zudem bei «schwierigen» religiösen Fragen.

Es scheint aber, dass Pflegepersonen vor allem in täglichen Gesprächen mehr und mehr Aufgaben übernehmen, die früher der professionellen Seelsorge vorbehalten waren. Dies nicht zuletzt wegen der fehlenden oder knappen Präsenz von Seelsorgerinnen und Seelsorgern in den Heimen. Die professionelle Seelsorge wird in Zukunft wohl verstärkt die Rolle übernehmen müssen, die Pflegenden in der allgemeinen spirituellen Begleitung der Bewohnerinnen und Bewohner zu unterstützen und zu coachen.

Dies setzt allerdings voraus, dass sich Pflege und Seelsorge austauschen, was heute noch kaum geschieht. Anders gesagt: Der strukturierte, systematisierte Austausch fehlt in der Pflege- und Betreuungsplanung. Ob er stattfindet, hängt bis heute oft vom Interesse der einzelnen Pflegepersonen ab.

Eine Studie besagt: Wer ohne Spiritualität lebt, geht ein Gesundheitsrisiko ein. Stimmen Sie diesem Fazit zu?

Schmid: Es sind vor allem Studien aus den USA, die solche Zusammenhänge aufzeigen. Tatsächlich kann Spiritualität verschiedene Organfunktionen verbessern. Nur: Dies zu wissen

hilft niemandem weiter. Denn Spiritualität ist keine Wunderpille, die sich verordnen lässt.

Wichtig für Pflegende ist vielmehr, die individuellen Ressourcen zu nutzen, die in der Spiritualität liegen. Meine Vorstellung ist, dass spirituelle Inhalte in einer eigenen Rubrik im Pflegeplan schriftlich Eingang finden. So können sich alle Beteiligten jederzeit orientieren und eine optimale Betreuung organisieren.

Was konkret könnte Gegenstand des Austausches sein zwischen Pflege und Seelsorge?

Schmid: Ganz praktische Dinge. Wenn Seelsorgende bei einem Besuch merken, dass ein ganz bestimmtes Psalmwort für einen Menschen von grosser Bedeutung ist, sollten das die Pflegenden wissen, um es in einer schweren Situation auch anbieten zu können. Dasselbe gilt für andere kraftspendende Zeichen und Handlungen: Gebete sprechen, Weihwasser bereitstellen, Kerzen anzünden, das Kreuzzeichen machen. Hilfreich ist natürlich auch der umgekehrte Weg, wenn die professionelle Seelsorge Informationen von der Pflege bekommt.

Haben Pflegende genügend Zeit, um im Alltag auf spirituelle Bedürfnisse einzugehen?

Schmid: Nur dann, wenn sie Arbeit umlagern. Salopp gesagt: weniger Körperpflege, mehr Seelenpflege. Aber auch während der Alltagspflege sind die Menschen zugänglich für Gespräche über spirituelle Themen. Doch für Pflegende braucht es Schulung, um auf die spirituelle Ebene zu gelangen. >>



Tertianum

BILDUNGSINSTITUT

Wenn Sie Fragen zur aktiven Gestaltung Ihrer Laufbahn haben, ist eine Laufbahnberatung angebracht.

Gesprächsinhalte einer Laufbahnberatung:

- Berufliche und persönliche Standortbestimmung
- Vergleich der Qualifikationen mit den heutigen und zukünftigen Anforderungen
- Weiterbildungs- und Karrieremöglichkeiten
- Berufliche Zielsetzungen
- Berufliche Möglichkeiten und Wege
- Vermittlung von Kontaktadressen für weiterführende Fragen und angrenzende Themen

TERTIANUM AG Seestrasse 110 Tel. 052 762 57 57 zfp@tertianum.ch
 ZFP 8267 Berlingen Fax 052 762 57 70 www.zfp.tertianum.ch



DAS BILDUNGSINSTITUT DER TERTIANUM-GRUPPE



Helpline
0844 000 800

Palliative Care Helpline
von Fachleuten für Fachleute im Kanton Zürich



Rund um die Uhr - kostenlos

- Vermittelt sofortige Hilfestellung für Erwachsene und Kinder
- Verhindert Eskalationen in Krisensituationen



Dörflistrasse 50, 8050 Zürich, helpline@pallnetz.ch, www.pallnetz.ch

Unterstützt durch

agogis

Weiterbildung & Organisationsberatung W&O

Handlungskompetenzen für die Arbeit mit Menschen mit Beeinträchtigung

Unser Angebot: Ein breites Weiterbildungsangebot – für die Arbeit mit Menschen mit Beeinträchtigungen – mit oder ohne anerkannte Abschlüsse.

Unsere Qualitätsmerkmale: Handlungskompetenzorientiert, praxisnah!

Informationen, Anmeldung, Detailprogramm

Agogis INSOS W&O, Postfach, 8031 Zürich

Tel. 043 366 71 40 / Fax 043 366 71 41 / www.agogis.ch / w.o.sekretariat@agogis.ch

zhaw

Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften

Life Sciences und Facility Management

Sie haben den Verstand. Wir haben die Weiterbildung.

- MAS, DAS, CAS in Facility Management
- CAS Workplace Management
- Kompetenzmodule des MAS in nachhaltigem Bauen

Weiterbildungsstufe - Institut für Facility Management
Technoparkstrasse 1 - CH-8005 Zürich
Telefon +41 58 934 51 00

Durchführungsort: Zürich, Technopark

Zürcher Fachhochschule

www.ifm.zhaw.ch/weiterbildung



Foto: Maria Schmid

Feste feiern, weltliche und kirchliche, die den Jahreskreis unterstreichen, ist in allen Heimen ausserordentlich wichtig.

Welches sind die besonderen Herausforderungen in der spirituellen Betreuung von Demenzkranken?

Schmid: Je länger die Krankheit dauert, desto weniger können sich Demente selbst äussern. Deshalb spielen ihre Angehörigen eine entscheidende Rolle. Sie müssen Auskunft geben über die religiöse und spirituelle Praxis, über die Kraftquellen ihrer Mütter und Väter.

Mir fällt dazu die Geschichte einer verwirrten Frau ein, die am Abend, bevor sie ins Bett ging, unruhig wurde, in ihrem Zim-

mer etwas suchte und offensichtlich nicht fand. Sie hatte Mühe, Schlaf zu finden, und war eine Belastung für den Pflegebetrieb. Dies wiederholte sich Tag für Tag, bis ein Gespräch mit ihren Angehörigen ergab, dass Zuhause ein Gefäss mit Weihwasser neben ihrem Bett stand, mit dem sie sich vor dem Einschlafen bekreuzigte. Von dem Tag an, als sie diese Möglichkeit auch im Heim wieder bekam, schlief sie ruhig ein.

Auch das Singen ist in der Betreuung von demenzkranken Menschen enorm wichtig. Wenn sie nicht mehr sprechen können, kennen sie oft die Lieder ihrer Kindheit immer noch auswendig. Oder sie können sie zumindest noch summen – zum Beispiel: «I ghöre-n-es Glöggli». Meist sind es Lieder, die Geborgenheit ausdrücken.

«Von guten Mächten wunderbar geborgen»: Dieser Liedvers, gedichtet vom deutschen Theologen Dietrich Bonhoeffer im Konzentrationslager der Nationalsozialisten, bringt für mich Spiritualität auf den Punkt. ●

Literatur

Eglin, Anemone; Huber, Evelyn; Kunz, Ralph: Das Leben heiligen. Spirituelle Begleitung von Menschen mit Demenz. Ein Leitfaden. Theologischer Verlag Zürich 2006 (Fr. 14.80)

Eglin Anemone: Dem Unversehrten begegnen. Spiritualität im Alltag von Menschen mit Demenz. Reflexionen und Anregungen. Theologischer Verlag, Zürich, 2009 (Fr. 17.90)

Beide Bücher sind erhältlich im Curaviva-Shop. Zu bestellen per Mail shop@curaviva.ch oder über www.shop.curaviva.ch

Christoph Schmid: Spiritual Care in der Langzeitpflege. Explorative Studie zur Aufgabe der PflegemitarbeiterInnen, ältere Menschen am Lebensende in ihrer Spiritualität zu begleiten. Master-Arbeit 2009. Internetlink: www.curaviva.ch > Information > Dossier > Palliative Care > Zusatzinformationen

Zur Person

Christoph Schmid ist Theologe und Erwachsenenbildner. Zehn Jahre amtierte er als reformierter Pfarrer in Steinhausen (ZG). Seit 2003 arbeitet er als Bildungsbeauftragter mit Schwerpunkt Betreuung und Pflege von Betagten bei Curaviva Schweiz. Christoph Schmid hat 2008 den Lehrgang «Palliative Care, Kommunikation und Ethik in der letzten Lebensphase» am Kurt-Bösch-Institut in Sion abgeschlossen. Seine Master-Arbeit trägt den Titel «Spiritual Care in der Langzeitpflege».
