

Gemeinschaft *leben!*

MONATSZEITSCHRIFT FÜR MITGLIEDER UND FREUNDE VON VG UND MGv

2 | 16

Demenz



Verband der Gemeinschaften in der Evangelischen Kirche
in Schleswig-Holstein e.V.



Mit Nachrichten aus dem
Mecklenburgischen Gemeinschaftsverband e.V.



Liebe Leserinnen und Leser!

„Demenz“ – wörtlich „Verstand weg“ ist das Titelthema dieses Monats – ein bewegendes Thema! Und sehr aktuell! Viele von uns haben Angehörige, die davon betroffen sind. Die hohe Lebenserwartung lässt die Zahl der an Demenz Erkrankten weiter anwachsen – und ein Heilmittel steht bis heute nicht zur Verfügung.

In unseren Familien haben wir seit mehreren Generationen eine Reihe von Hochbetagten. Einige von ihnen hatten mit unterschiedlich starker Demenz zu tun – andere gar nicht.

Mein Vater z.B. steht im 95. Lebensjahr – und ist geistig erstaunlich frisch. Er hat sich nach seinem Ruhestand unter anderem in die Computerwelt eingearbeitet und ist bis heute fit darin.

Bei seiner Mutter war das in den letzten Lebensjahren anders: Sie war sehr vergesslich – wir sagten damals: „Oma ist verkalkt“. Und wir hatten auch eine Erklärung dafür: Sie aß mit größtem Genuss alles Fette – besonders vom Fleisch!

Erstaunlich aber: Choräle und Bibelverse waren von ihrem Gedächtnisschwund überhaupt nicht betroffen! Erst später habe ich entdeckt, dass sie diese Lieder und Bibelworte bereits als Kind gelernt hatte – zu einer Zeit, zu der sie sie bestimmt noch nicht vollständig verstanden hatte; und sie hat daraus Kraft geschöpft bis zu ihrem Tod.

Meine Schwiegermutter ist vor drei Monaten bei uns zuhause verstorben. In der letzten Zeit war sie mal vollkommen klar, mal zeitweise nicht ganz präsent. Bei ihr hatten vermutlich die Medikamente einen Anteil an der nachlassenden Gedächtnisleistung.

Ich bin gespannt, wie das bei mir und meiner Frau mal wird. Interessant wäre zu wissen, wie viel Gewicht die Vererbung (da hätten wir gute Karten) und wie viel Gewicht die Lebensweise hat. Entlastend ist, dass wir uns auch mit dieser Frage in Gottes Hand wissen – „er wird's wohl machen“ (Ps 37,5).

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre dieser Ausgabe und grüße Sie herzlich

Ihr

Thomas Hohnecker

Inhalt

IMPULS

- 3 Demenz – und nun? | Heike von Lützu-Hohlbein

ZUM THEMA

- 6 Wie lange geht Pflege zuhause bei Demenzkranken? | Kathrin Conrad
 7 Hilfen für eine seelsorgerliche Begleitung von dementen Menschen | Detlev Hanke
 8 Gottesdienst feiern mit dementen Menschen | Detlev Hanke
 9 Mit Demenzkranken umgehen | Kai Enno Brogmus
 10 Wie ich meine demenzkranke Frau seelsorgerlich begleite | Klaus Möller

AUS DEM EC

- 11 Rückblick: TimeOut | Marieke
 Ausblick: EC'ler auf der Kanzel | Thomas Seeger

AUS DEM VG

- 12 Familiennachrichten

AUS DEM MGv

- 13 Die Begehbare Krippe | Gabriel Möbius
 14 Advent im Behindertenverband | Eberhard Bollmann
 Termine
 15 Beziehung x 3 | Andre Rave
 Familiennachrichten
 16 Warum ich gerne Prediger bin | Michael Lohrer

Impressum

Gemeinschaft leben – Monatszeitschrift für Mitglieder und Freunde des VG und des MGv

Herausgeber: Verband der Gemeinschaften in der Evangelischen Kirche in Schleswig-Holstein e.V.

Verantwortlicher Redakteur:
 Inspektor Thomas Hohnecker
 Dorfstraße 10 | 24361 Groß Wittensee
 Tel.: 04356-1071 | Fax: 04356-1668
 E-Mail: info@vg-sh.de
 Internet: www.vg-sh.de

Verantwortlich für die MGv-Seiten:
 Inspektor Sieghard Reiter,
 Grüner Winkel 5 | 18273 Güstrow
 Tel. 03843-465383
 E-Mail: inspektor@mgvonline.de
 Internet: www.mgvonline.de

Bezugspreis: 11,- Euro im Jahr, zzgl. Porto

Verband der Gemeinschaften:
KSK Südholstein
 IBAN: DE 5023 0510 3000 0529 5100
 BIC: NOLADE21SHO

Titelbild: Silvia Hohnecker

Layout: Kerstin Ewert-Mohr,
 25371 Seestermühe

Druck: Leo Druck GmbH, Robert-Koch-Staße 6,
 D-78333 Stockach



In welchem Haus
wohne ich?

Demenz – und nun?

von Heike von Lützu-Hohlbein

„Jetzt habe ich auch schon Alzheimer“, so hörte ich kürzlich eine Frau beim Einkaufen sagen, weil sie den Namen des Produktes vergessen hatte, das sie suchte. Fast möchte man sagen: So leichtfertig gehen wir heute mit einer so schwierigen Situation um, die uns alle treffen kann. Im statistischen Mittel wird sich jeder dritte Mensch, heute über 65, im weiteren Altersverlauf dem Thema Demenz stellen müssen, wenn die Forscher nicht in den nächsten Jahren einen Durchbruch erzielen.

Demenz – Was ist das?

Demenz und Alzheimer werden heute gleichbedeutend benutzt. Und doch ist es wichtig, sich näher mit dem Begriff zu befassen. „Demenz“ ist eine Bezeichnung für eine Menge von verschiedenen Symptomen, die durch unterschiedliche Erkrankungen des Gehirns hervorgerufen werden. Das sind unter anderem sich verschlechterndes Gedächtnis, besonders des

Kurzzeitgedächtnisses, nachlassende Orientierung im gewohnten Umfeld, auch nachlassende Sprachfähigkeit und Konzentration können dazu gehören. Diese Auffälligkeiten sind immer ins Verhältnis zu früher zu setzen. War früher ein Mann besonders ordentlich und nun liegen die Werkzeuge kreuz und quer im Kasten, kann das ein Hinweis sein. In vielen Fällen treten in späteren Phasen der Krankheit Auffälligkeiten auf, die der Betroffene nicht erklären kann und die als besonders störend empfunden werden, wie Halluzinationen und enthemmtes oder aggressives Verhalten.

Von einer Krankheit spricht man erst dann, wenn die Symptome länger als ein halbes Jahr andauern und sich in dieser Zeit verschlechtern. Ursache ist in mehr als zwei Drittel der Fälle die Alzheimersche Erkrankung. Die genaue Ursache ist noch nicht geklärt und eine Heilung ist zurzeit nicht möglich. In anderen Fällen führt man die Demenz auf eine Schädigung der Blutgefäße des

Gehirns zurück, dann spricht man von vaskulärer Demenz. Oft treten Mischformen der beiden Krankheitsprozesse auf. In einigen Fällen werden verstärkt Wesensveränderungen und Aggressionen beobachtet.

Die Dauer der Erkrankung ist sehr unterschiedlich, im Mittel spricht man von sieben Jahren. Auch wenn die kognitiven Fähigkeiten in vielen Fällen immer mehr abnehmen, so bleibt doch die emotionale Seite meist bis zum Lebensende erhalten.

Erkrankungsrisiko

Mit dem Alter steigt das Risiko, an einer Demenz zu erkranken. Von den geschätzten 1,5 Millionen Menschen, die in Deutschland an einer Demenz leiden, sind weniger als drei Prozent unter 65 und rund zwei Drittel über 80. Nur in eine kleine Zahl der Fälle ist allein erblich bedingt.

Im Augenblick wird in der Forschung ein großes Augenmerk auf die Mög-

lichkeiten der Verhinderung oder Verschiebung ins höhere Alter gelegt, dabei hat man schon wesentliche Erkenntnisse gewonnen. Immer sind es Maßnahmen, die man schon im mittleren Alter treffen muss, bevor die Symptome auftreten. Sie tragen insgesamt zu einem „gesunden Altern“ bei, wie geistige Regsamkeit, Neugierde, körperliche Aktivität, ausgewogene Ernährung und soziale Einbettung. Auch eine medizinische Kontrolle der bekannten Risikofaktoren wie Bluthochdruck, Alterszucker, Depression und Übergewicht ist dringend zu empfehlen.

Die vorhandenen Medikamente können im besten Fall eine Verschlechterung der Symptome um eineinhalb bis zwei Jahre hinausschieben, außerdem gibt es Medikamente zur Linderung von depressiven Symptomen wie Unruhe und Angst.

Erste Anzeichen und Diagnose

Stellt man bei sich selbst die beschriebenen Veränderungen fest, setzt schnell eine große Angst ein. Man versucht zu vertuschen, findet Erklärungen für von anderen beobachtetes Fehlverhalten oder zieht sich zurück. Aber der nahestehende Partner oder Angehörige ist schon länger aufmerksam geworden, er beobachtet und macht sich Sorgen. In den meisten Fällen muss irgendetwas Schwerwiegendes passieren, bevor man bereit ist, gemeinsam über die Symptome zu reden, wie „Nicht mehr nach Hause finden“ (ich vermeide das Wort „Weglaufen“, es klingt abwertend), vermehrt angebranntes Essen oder auch das Absagen von sonst geliebten Zusammenkünften wie Skatrunden oder regelmäßige Sportstunden.

Nun gilt es, sich über weitere Schritte Gedanken zu machen. Ein erster Schritt sollte sein, sich Information zu beschaffen, um einen realistischen Blick zu bekommen und sich nicht noch mehr Sorgen zu machen. Ein nächster Schritt besteht in einem ärztlichen Gespräch und Untersuchung, in der Hoffnung, eine Klärung herbeizuführen. Demenzartige Zustände können auch so einfache Ursachen haben wie „zu wenig trinken“, Nachwirkungen einer Narkose nach einer überstandenen Operation oder Medikamentennebenwirkungen vor allem

bei nicht sachgerechter Einnahme. Viele ältere Menschen haben viele andere Beschwerden und nun kommen noch die sogenannten Hirnleistungsstörungen hinzu. Das alles gilt es abzuklären. Deshalb ist eine Diagnose bei auftretenden Symptomen wichtig. Eine Aussage eines Hausarztes, das sei ganz normal im Alter, wie es leider immer noch berichtet wird, ist nicht akzeptabel. Was normal im Alter ist und was als krankhafte Veränderung einzustufen ist, kann man durch eingehende Untersuchungen feststellen, die in medizinischen Leitlinien festgelegt sind.

Schritte nach der Diagnose

Hat man dann den Mut gefunden und eine medizinische Untersuchung machen lassen, kann es sein, dass man mit der Diagnose „Demenz vom Typ Alzheimer“ konfrontiert ist. Betroffene berichten von einem „tiefen Loch“, in das sie gefallen sind. Sie wussten nicht, wie sie dieser Zukunftsaussicht begegnen sollten. Eine solche Diagnose stellt sicherlich für den Betroffenen wie auch die Familie einen schweren Schicksalsschlag dar. Es gibt Aussagen darüber, dass Menschen, die religiös gebunden sind, mit einem solchen Schicksalsschlag besser umgehen können als andere, aber trotzdem bleibt es zu lernen, wie man damit umgeht. Wie kann ich mir helfen? Wer kann mir helfen? Wie sieht die Zukunft aus? Das sind alles Fragen, die im Raum stehen. Ein häufig auftretendes Problem ist die unterschiedliche Wahrnehmung und Bewertung der Symptome in der Familie und beim Erkrankten selbst, denn Realitätsverlust ist ein weiteres typisches Symptom. Z.B. meint der Erkrankte, es sei alles in Ordnung, er meint, er versorge sich selbst, er geht aber nicht mehr aus dem Haus, weil er Angst hat, nicht mehr zurück zu finden oder meint, kein Geld zu haben. Selbsthilfvereine wie die lokalen Alzheimer-Gesellschaften, aber auch die kommunalen Servicestellen und Pflegekassen bieten Beratung an und haben verschiedenste Broschüren entwickelt. Sie informieren darüber, welche Unterstützungsmöglichkeiten neben der medizinischen Versorgung bestehen und welche im gegebenen Stadium der Krankheit wichtig sind. Neben den sozialen Fragen sind auch rechtliche und finanzielle zu klären.

Unterstützungs- und Entlastungsmöglichkeiten

In vielen Fällen geht es erstmal darum, den Alltag zu organisieren. Das ist abhängig von der Lebenssituation. Wenn der Betroffene allein lebt und die Familie weiter weg ist oder gar nicht vorhanden ist, stellt sich die Frage, ob es Freunde oder Nachbarn gibt, die man mit einbinden könnte. Wie weit ist der Erkrankte bereit, fremde Hilfe zuzulassen? Er oder sie hat doch immer alles allein geschafft. Gibt es einen Partner, der ja häufig auch schon alt ist, der die zusätzliche Belastung der Begleitung und Betreuung tragen kann? Welche Unterstützung braucht es?

Eine Pflege zu Hause bei fortschreitender Demenz ist eine große Herausforderung für die Angehörigen. Es kostet Kraft, sich mit den krankheitsbedingten Veränderungen abzufinden und sich auf neue Gegebenheiten einzustellen. Die Erfahrung zeigt, dass viele Angehörige mit der Pflege zu Hause gut zu recht kommen. Es gelingt umso besser, je umfassender sie sich informieren und gezielte Hilfen in Anspruch nehmen. Ganz wichtig ist es, sich bei der Pflege nicht selbst zu vergessen. Für die eigene Alltags- und die geliebten Freizeitgestaltung sollte Zeit bleiben. Man sollte die anstehenden Aufgaben auf mehrere Schultern verteilen, auch wenn das Überwindung kostet.

Gesprächsgruppen für pflegende Angehörige können das Gefühl vermitteln, nicht mit der Krankheit allein zu sein, man lernt andere Menschen kennen, die mit ähnlichen Problemen zu kämpfen haben und auch Rat geben können. Solidarität zu erfahren ist der Hauptgrund, sich einer Selbsthilfegruppe anzuschließen. Auch organisierte Gruppen für Angehörige und Erkrankte können Anregungen für den Tagesablauf geben und gemeinsame Unternehmungen ermöglichen. In vielen Orten werden Betreuungs- und Aktivierungsnachmittage organisiert, bei denen die Erkrankten sich in kleinen Gruppen entsprechend ihren Fähigkeiten beschäftigen können. Geschulte ehrenamtliche Helfer können Entlastung zu Hause schaffen. Auch technische Hilfsmittel sollten in Betracht gezogen werden. Betreute Urlaube werden angeboten, bei denen gemeinsame wie auch Aktivitäten

für die Erkrankten und getrennt für die Angehörigen angeboten werden. Kurzzeitpflege kann Entlastung bringen oder eigene Urlaubssituationen möglich machen. Tagespflege ist ein wichtiges Angebot, der Tag ist lang und nicht jeder Angehörige ein „geborener“ Pfleger. Ist der Angehörige berufstätig, schafft die Begleitung besondere Probleme.

Wohnformen

Ungefähr zwei Drittel der Kranken werden zu Hause betreut. Dabei spielen die ambulanten Hilfen eine Rolle, aber erstaunlich viele Familien schaffen es allein. Man kann beobachten, dass ein Umzug in eine stationäre Einrichtung häufig dann überlegt werden muss, wenn die Situation zu Hause zusammenbricht, sei es durch Erkrankung der Pflegeperson oder durch sich verstärkt entwickelnde, schwierige Verhaltensweisen, sogenanntes herausforderndes Verhalten. Bei Alleinlebenden stellen sich die Fragen schneller. Dann gibt es verschiedene Alternativen, ein konventionelles Pflegeheim oder eine ambulant betreute Wohngruppe. Leider ist es häufig so, dass es auf Grund einer notwendigen schnellen Entscheidung nicht viele Wahlmöglichkeiten gibt oder auch, weil die Alternativen örtlich nicht existieren.

Verhalten und Haltung

Dem Erkrankten wie dem Angehörigen selbst hilft es sehr, wenn man sich in der Begleitung vor Augen führt, an wie vielen Dingen man gemeinsam Spaß und Freude haben kann und nicht immer denkt, was geht alles nicht mehr. Manchmal gelingt es, auch mit professioneller Hilfe, Fähigkeiten wie Singen oder Malen neu zu entwickeln, von denen man nie geglaubt hat, dass sie in einem stecken.

Man sollte lernen, den Augenblick als Geschenk zu erleben: über die Vergangenheit kann man sich in fortgeschrittenem Stadium der Demenz nur noch schwer austauschen, gemeinsame Pläne für die Zukunft sind nicht mehr machbar.

Mit Gelassenheit und Humor sind viele schwierige Situationen leichter zu meistern. Gemeinsam zu lachen, kann so befreiend sein. Aus eigener Erfah-



Manchmal gelingt es, auch mit professioneller Hilfe, Fähigkeiten wie Singen oder Malen neu zu entwickeln.

Foto: Silvia Hohnacker

rung der Begleitung meiner Mutter wie auch meiner Schwiegermutter, die beide die letzten Jahre ihres Lebens mit Demenz gelebt haben, kann ich ganz viele Geschichten darüber erzählen. Diese Erlebnisse sind es heute, die mir in Erinnerung sind, die Mütter sind beide schon lange verstorben.

Schulung des Umfelds

Immer noch ist zu beklagen, dass die Menschen, die professionell mit Demenzkranken und ihren Angehörigen umgehen, sei es in der Pflege, beim Arzt oder im Krankenhaus, zu wenig über Demenz wissen. Manchmal ist es auch das Umfeld, das es verhindert, sich so zu verhalten wie es gewünscht wäre, denn dazu braucht es Zeit im Miteinander und Geduld. Eine Pflege, die nach Minuten abrechnet, lässt wenig Raum für solches Verhalten.

Es sind aber nicht nur die primär betroffenen Berufsgruppen, die mehr wissen sollten, sondern auch jeder von uns, der einem Demenzkranken in seinem Umfeld begegnet. Wir brauchen eine aufmerksame Gesellschaft, Berufsbetreuer, Seelsorger, Vereinskollegen, Busfahrer, Verkäufer, Bankangestellte, Verwaltungsangestellte, die zumindest in Grundzügen wissen, was Demenz bedeutet und geduldig Hilfe leisten können, wenn sie benötigt wird.

Würdevolles Leben bis zu letzt

Am Lebensende wünscht sich jeder Mensch eine würdevolle Begleitung. Über fünfzig Prozent der Menschen sterben im Krankenhaus, einem Ort, an dem für eine freundliche und emotionale Betreuung wenig Raum ist. So sind vor allem für die zunehmende Anzahl der Alleinlebenden z. B. Hospizhelfer in den letzten Tagen eine große Stütze. Aber auch sie sollten ausgebildet sein, um mit den Menschen mit demenziellen Veränderungen umgehen zu können. Es wäre ein großer Trost, denn ein Streicheln oder auch nur Da-sein kann schon eine große Hilfe sein.



Foto: privat Lützau-Hohlbein

Heike von Lützau-Hohlbein
Präsidentin Alzheimer Europe
und ehemalige Vorsitzende der Deutschen Alzheimer Gesellschaft (2001 – 2015)

Alzheimer Gesellschaft e.V.
Selbsthilfe Demenz
Friedrichstraße 236
10969 Berlin
Tel. +49 (0)30 259 37 95 -0
Fax +49 (0)30 259 37 95 -29
www.deutsche-alzheimer.de

Wie lange geht Pflege zuhause bei Demenzkranken?



Rituale im Alltag helfen

Als Krankenschwester und stellvertretende Leitung eines ambulanten Pflegedienstes erlebe ich täglich, in welchem Spannungsfeld sich pflegende Angehörige befinden. Einerseits möchten sie ihren an Demenz erkrankten Angehörigen so lange wie möglich zu Hause versorgen, andererseits stellt die tägliche Auseinandersetzung mit den Konsequenzen einer Demenzerkrankung eine große Herausforderung und Belastung dar. Angehörige tragen die Hauptverantwortung an der Versorgung von Demenzkranken, die sich über Jahre hinziehen kann. Wie lange ein Erkrankter zu Hause versorgt werden kann, hängt von sehr vielen verschiedenen Faktoren ab und ist sehr individuell. Voraussetzung ist zunächst einmal, dass sich der Angehörige seiner neuen „Rolle“ als pflegender Angehöriger bewusst wird und sie akzeptiert. Die Erkrankung anzunehmen, ist für den Angehörigen ein ebenso schmerzhafter und schwieriger Prozess wie für den Betroffenen selbst. Eine offensive Auseinandersetzung und Wissen über die Erkrankung ist absolut hilfreich und erforderlich. Es verleiht Sicherheit im Zusammenleben und Umgang mit dem Erkrankten. Es kann aber auch vor Enttäuschungen und vor unnötiger Resignation bewahren. Angehörige sollten sich deshalb so frühzeitig und gründlich wie möglich über die Krankheit informieren.

Die Probleme, die im Zusammenleben auftreten, sind von Fall zu Fall sehr unterschiedlich und werden bestimmt von der Persönlichkeit des Betroffenen, vom Stadium der Krankheit, von den äußeren Lebensumständen, aber auch von den besonderen Fähigkeiten und Schwächen der betreuenden Personen.

Im frühen und mittleren Stadium können Menschen mit Alzheimer oder einer anderen Form der Demenz durchaus noch in den eigenen vier Wänden leben. Das Zuhause ist der Ort, an dem man die meiste Zeit seines Lebens verbringt. Je älter der Mensch, desto mehr wird das eigene Zuhause zum Mittelpunkt des Lebens. Hier wird Sicherheit und Geborgenheit ganz intensiv erlebt. Unser Pflegedienst betreut seit über 10 Jahren eine erkrankte Person, die einen sehr langsamen, schleichenden Verlauf der Demenz hat. Sie kommt mit ihren fast 95 Jahren mit erstaunlich wenig Unterstützung aus. Wir helfen bei der morgendlichen Toilette, bereiten ihr das Frühstück zu und sichern die Einnahme der Medikamente. Die Angehörigen wohnen praktischerweise in der Wohnung nebenan und schauen ab und zu herein und übernehmen die restliche Versorgung.

Die Pflegekunding hat einen ganz festen, ritualen Ablauf bei ihren Tätigkeiten, den man keinesfalls unterbrechen sollte. Tut man das, erntet man Ag-

gression und Widerstand. Sie braucht ihre gewohnten Rituale unbedingt, da sie ihre Orientierungshilfen sind. Man muss einfach akzeptieren, dass sie jeden Tag, egal zu welcher Jahreszeit, ihre Ostereier und Osterhasen aus dem Schrank holt und dekorativ auf ihren Tisch stellt. Das löst natürlich manchmal ein Schmunzeln aus, aber Humor ist in der Pflege absolut erlaubt, wichtig und ein gutes Ventil!

Es gibt aber auch Beispiele, wo sich der Verlauf der Erkrankung kontinuierlich verschlechtert. Häufig tritt aggressives und unkontrolliertes Verhalten auf. Der Herd wird angelassen, der Ehepartner oder die Kinder werden nicht mehr erkannt, Weg- bzw. Hinlauftendenzen sind zu beobachten. Beschuldigungen, dass Geld, Schmuck oder andere Gegenstände gestohlen wurden, sind keine Seltenheit und führen zu schwerwiegenden Konflikten. Wenn sich diese Verhaltensweisen häufen und verstärken, sollten Angehörige überlegen, ob eine Pflege zu Hause noch zu verantworten ist. Besonders schwierig wird es, wenn eine Selbst- oder Fremdgefährdung von dem Erkrankten ausgeht. In dem fortgeschrittenen Stadium gilt es zu entscheiden, an welchem Ort der Mensch am besten aufgehoben ist: bei der Familie, im Pflegeheim oder in einer Wohngemeinschaft für Demenzkranke?

Entscheidungshilfen und Unterstützung können z.B. kommunale Pflegestützpunkte, Pflegedienste, Alzheimer Gesellschaften, Wohlfahrtsverbände und natürlich Ärzte des Vertrauens geben.

Hier noch ein paar praktische Tipps für weitere Unterstützungen:

- Eine Diagnose sollte möglichst ein Neurologe in verschiedenen Tests stellen, häufig gekoppelt an eine Gedächtnissprechstunde. Die schriftliche Diagnose öffnet Türen zu verschiedenen Anträgen, z.B. Pflegestufenantrag, Schwerbehindertenausweis etc.
- Ich empfehle immer, bei gesicherter Diagnose eine Pflegestufe zu beantragen, da die Pflegeversicherung für Menschen mit Demenzen und so genannten eingeschränk-

ten Alltagskompetenzen finanzielle Unterstützung bietet, von denen Entlastungsangebote durch einen Pflegedienst, Betreuungsleistungen (Beschäftigungsangebote, Begleitung bei Arzt- und Behördengängen, Hilfestellung bei der Tagesstruktur u.v.m.) Tagespflege etc. in Anspruch genommen werden können.

- Es empfiehlt sich, frühzeitig Hilfe von außen, d.h. Nachbarn, Pflegedienst, ehrenamtliche Helfer, ins Boot zu holen, damit sich der Erkrankte an fremde Personen gewöhnt und bei intensiverem Betreuungsbedarf akzeptiert. Sanfte Einstiege, wie z.B. einmal in der Woche spazieren gehen, Karten spielen oder tägliche Überwachung der Medikamenteneinnahme wird meist ganz gut angenommen und ein Vertrauensverhältnis kann wachsen. Der Angehörige erhält eine enorme Entlastung, hat Freiraum für sich und sammelt Kräfte für die restliche umfangreiche Versorgung. Die Zeit kann auch genutzt werden, um eine Selbsthilfegruppe für Angehörige zu besuchen oder an Pflegekursen teilzunehmen. Hier erfährt der Angehörige nicht nur praktische, sondern auch seelische Unterstützung. Selbsthygiene ist hier das Stichwort: denn nur wer gut für sich selbst sorgt, kann auch für andere sorgen!
- Die Pflegeversicherung bietet auch eine so genannte Kurzzeit- und Verhinderungspflege an, mit der der Angehörige die Möglichkeit hat, z.B. in den Urlaub zu fahren und seinen zu Pflegenden für bis zu 4 Wochen im Jahr in einer stationäre Einrichtung oder ambulant versorgt zu wissen. Die Verhinderungspflege kann auch stundenweise aufs ganze Jahr verteilt werden
- Auch sollte rechtzeitig an eine Patientenverfügung, Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht gedacht werden, so lange der Erkrankte noch geschäftsfähig ist. Ansonsten kann es sein, dass ein gesetzlicher Betreuer bestimmt wird und der Angehörige nichts mehr entscheiden darf.

Die Frage nach dem „Wie lange geht die Pflege Demenzkranker zu Hause?“ lässt sich also nicht pauschal beantworten, aber all die Hilfsangebote können dazu beitragen, den Betroffenen so lange wie möglich zu Hause zu pflegen.

Kathrin Conrad, Elmshorn

Hilfen für eine seelsorgerliche Begleitung von dementen Menschen

1 Versuchen Sie Menschen mit Demenz mit Gottes Augen zu sehen. Bibelworte, z.B. Psalm 71, helfen nicht nur eigene Gedanken über Krankheit und Leid zu reflektieren, sondern Gottes Sichtweise zu verstehen. Versuchen Sie, Jesu Barmherzigkeit zu verstehen: „Die Gesunden bedürfen des Arztes nicht, sondern die Kranken.“

2 Informieren Sie sich bestmöglich über das Leben des dementen Menschen. Das hilft Ihnen, seine Äußerungen und Gesten besser zu verstehen.

3 Lassen Sie Ihr Leben vom Evangelium prägen. Nehmen auch Sie Seelsorge in Anspruch. Äußern Sie auch Zweifel und Fragen an Gott angesichts des Leids.

4 Rechnen Sie mit Ohnmachtserfahrungen und Ablehnung. Auch wenn Sie keine „Erfolge“ sehen, verschenken Sie weiter Zuwendung, Liebe, Gemeinschaft! Das setzt die Bereitschaft zur „Arbeit im Steinbruch“ voraus!

5 Wenn die Demenz fortgeschritten ist, bleibt ein Ort im Menschen unverletzbar: sein Geist ist in der Tiefe von Gottes Geist ansprechbar, auch wenn auf natürliche Weise keine Kommunikation mehr möglich ist. Bereiten Sie jeden Besuch im Gebet vor. Bitten Sie um Weisheit und die Fähigkeit, sich dem Kranken zuwenden zu können.

6 Helfen Sie dem Dementen, immer wieder, in die Gegenwart zu kommen, auch wenn ihm dadurch sein Leid bewusst wird. Lassen Sie Nähe zu, die den Schmerz und das Leid aushält. Das stärkt auch die Leidensbereitschaft des Kranken.

7 Respektieren Sie auch Abwehr des Dementen. Wenn er/sie mit Ihnen über den Besuch der Eltern reden möchte, lassen Sie sich darauf ein. Fragen Sie z.B.: „Lieben Sie Ihre Eltern sehr?“ Vermeiden Sie Aussagen, die nur das Gespräch am Laufen halten sollen, aber die Wahrheit verschleiern, z.B.: „Ich möchte Ihre Eltern kennen lernen.“

8 Öffnen Sie Räume, in denen Liebe, Treue, Glauben, Versöhnung, Nähe, Distanz, Trost, Trauer und Freude sein dürfen. „Weine mit den Weinenden. Und lache mit denen, die sich von Herzen freuen.“ Emotionen sind Kommunikation ohne Worte.

9 Tun Sie alles, was dem Dementen hilft, sich als Person wahrzunehmen. Sprechen Sie ihn stets mit seinem Namen an und stellen Sie sich bei jedem Besuch neu vor.

10 Schauen Sie beim Kommunizieren Ihrem Gegenüber ins Gesicht. Das Sehvermögen und die räumliche Wahrnehmung sind i. d. R. eingeschränkt. Reden Sie in kurzen, einfachen Sätzen. Wenn Sie eine Frage stellen, lassen Sie viel Zeit zum Antworten.

11 Beachten Sie die Bedürfnisse und Botschaften, die der Demente durch seinen Leib gibt, z. B.: Nachlassen der Konzentration, Unruhe. Was will er damit sagen? Haben Sie Mut, die Begegnung von sich aus zu beenden, wenn Sie den Eindruck haben, Ihr Gegenüber ist müde, „hat genug“. Das gilt auch für Sie als Begleiter!

12 Ihre Aufgabe als Seelsorger/in ist nicht, zu heilen. Demenz ist nicht heilbar! Drücken Sie jedoch Gottes Wesen durch Ihr Leben und Reden aus! Und wenn Sie entmutigt sind und denken, dass der Dienst Sie überfordert, dann fragen Sie sich: In welchen Erwartungen wurde ich enttäuscht? Wo muss ich vielleicht meine Erwartungen korrigieren? Sprechen Sie auch

mit einer kompetenten Person (Seelsorger) über Ihre Gedanken.



Detlev Hanke, Pastor/Seelsorger im Ev. Krankenhaus „Gottesfriede“, Woltersdorf

Die Texte habe ich gekürzt und verändert dem Heft „CiG - Denkanstöße Nr. 6: „Reise in ein fremdes Land – als Christen Demenzkranke begleiten“ von Sr. Rosa Lochmiller, Franziskanerin, Altenpflegerin mit Schwerpunkt Altersseelsorge entnommen.

Gottesdienst feiern mit dementen Menschen



Fotos: Hanke

„Altersverwirrte, demente Menschen gehören zum Leib Christi!“

Im Krankenhaus „Gottesfriede“ feiern wir mit dementen Patienten wöchentlich eine 20-30-minütige Andacht, in der der altersverwirrte Mensch mit seinen Bedürfnissen mehr ins Zentrum tritt als im „normalen“ Patienten-Gottesdienst.

Doch wie können demente Menschen glauben?

Der amerikanische Theologe James W. Fowler* spricht bei Menschen mit einer Demenz ab dem mittleren Schweregrad vom „ersten Glauben“, der eine vorsprachliche Gestalt hat, unreflektiert ist, abhängig von Bezugspersonen, aber auch vom Klang liebevoller, vertrauter Worte und Melodien. Die größte Beeinträchtigung dementer Menschen, nämlich der Verlust ihrer Ich-Stärke und des Entscheiden-Könnens (was sie von ihren Gedanken und Emotionen preisgeben), kann unter

* James William Fowler, geb.: 27.09.1940 in Kalifornien; gest.: 16.10.2015, Theologe mit Lehrtätigkeit. Er leitete das Zentrum zur Erforschung der Glaubens- und Moralentwicklung und das Zentrum für Ethik in öffentlicher Politik und akademischen Berufen an der Emory University in Atlanta, Georgia, USA.

dem Einfluss Gottes zur Hilfe des Glaubens werden. Egoismus und Hochmut stehen der Einladung zum Glauben nicht mehr so kritisch gegenüber wie der Geist gesunder Menschen. Demente Menschen sind auf eine eigene Weise wieder geworden wie die Kinder, die Jesus zu sich rief (Mt 19,11ff. / Lk 18,15ff).

Mit vertrauten Gottesdienstelementen gestalten wir unsere Andachten, nur kürzer von der Anzahl der Lieder und von der Länge der Predigt: Einsingen mit bekannten Liedern / Glockengeläut / Liedstrophe / Gebet (Verse aus Ps 23, oder Ps 71, 119) / Kyrie / Gnadenspruch, z.B. Jesaja 42,3; 43,1b-2+4+11 etc. / Gebet / Liedstrophe / Predigt mit Bildern, Gegenständen etc. / Liedstrophe / Fürbitten / Vaterunser / Lied „So nimm denn meine Hände“ oder Der Mond ist aufgegangen“ / Segen.

Einblick in die konkrete Andachtsgestaltung zu Psalm 23:

Liebe Patienten: „Der Herr ist mein Hirte ...“ Manche von Ihnen haben gerade genickt ... Lassen Sie uns diese Worte gemeinsam sprechen: „Der Herr ist mein Hirte ...“ Ich halte ein Bild in meiner Hand. Wir sehen hier eine grüne Weide (Fingerhinweis). Da sind Schafe: eins, zwei, drei. In der Mitte



(Fingerhinweis) steht der Hirte. Es ist Jesus, der gute Hirte. Freundlich sieht er aus, fürsorglich. Die Schafe haben es gut bei ihm ... Wir sprechen die Worte vom guten Hirten gemeinsam: „Der Herr ist mein Hirte ...“ Es gibt ein Lied vom guten Hirten. Ich lese es vor: „Weil ich Jesu Schäflein bin, freu ich mich nur immerhin über meinen guten Hirten, der mich wohl weiß zu bewirten, der mich liebet, der mich kennt und bei meinem Namen nennt.“ Wir sprechen es gemeinsam: „Weil ich Jesu Schäflein bin ...“ Ich singe das Lied vor ... Die Predigt dauert 5 Minuten und enthält nur diesen Gedanken: Der Herr ist mein Hirte! Diese Aussage entfalte ich, indem ich aufzähle, was der Hirte tut, z.B. führt er seine Schafe zum frischen Wasser. Dabei zeige ich ein Bild von einem Fluss, aus dem Schafe trinken ... Zum Schluss der Predigt spreche ich mit den Patienten noch einmal die Worte: „Der Herr ist mein Hirte. Mir wird nichts mangeln ...“

Für die Andachts-Gestaltung sollte auch bedacht werden, dass demente Menschen Wiederholungen benötigen; der Ablauf einfach strukturiert ist; Lied-, Gebets- und Predigtworte langsam, mit kurzen, einfachen Sätzen gesprochen werden; die Inhalte an vorhandene Gedächtnisinhalte der Patienten anknüpfen; Patienten einbezogen werden; die Predigt emotionale Impulse geben, aber nur einen Gedanken entfalten sollte.

Haben Sie Interesse, Andachten bzw. Gottesdienste mit Menschen mit Demenz zu gestalten? Dann empfehle ich Ihnen zur Vorbereitung das Buch „Altersverwirrte Menschen seelsorgerlich begleiten – Band 1“ (erschienen im Lutherischen Verlagshaus GmbH 2008) von Pastor Klaus Depping.



Detlev Hanke, Pastor/Seelsorger im Ev. Krankenhaus „Gottesfriede“, Woltersdorf

Mit Demenzkranken umgehen

An dem Thema „Demenz“ kommt heutzutage kaum einer vorbei. Nach Angaben der Deutschen Alzheimer Gesellschaft sind zurzeit ca. 1,5 Millionen Menschen in Deutschland erkrankt. Nach Hochrechnungen werden es im Jahr 2050 über 3 Millionen sein. Zunehmendes Lebensalter und Lebenserwartung sind naturgemäß die wichtigsten Risikofaktoren. Demenzen sind Erkrankungen, die zu Störungen des Gedächtnisses, der Auffassungsgabe, des Urteilens und zu alltagsrelevanten Einschränkungen der Lebensführung führen. Um die Diagnose zu stellen, müssen die Beeinträchtigungen mehr als ein halbes Jahr bestehen. Vereinfacht gesagt, ist dann von Demenz auszugehen, wenn ein Betroffener sich nicht mehr selbst versorgen oder ohne Beaufsichtigung selbstständig leben kann. Es gibt verschiedene Erkrankungen, die zur Demenz führen, wie die Alzheimer Krankheit, verschiedene Parkinsonerkrankungen, Abbau des Frontalhirns oder Altersveränderungen der kleinen Hirngefäße. Jede dieser Hirnabbaukrankheiten führt zu unterschiedlicher Ausgestaltung der Demenz und ihrer begleitenden körperlichen Störungen, so von Motorik und Gang. Die weiteren Ausführungen sollen sich beschränken auf den Umgang mit Alzheimerkranken, da es sich hier mit über 50-70% um die häufigste Demenzform handelt.

Grundsätzlich ist zu sagen: Eine Demenz ist eine chronisch fortschreitende Erkrankung. Die Veränderungen breiten sich nach bestimmten Mustern im Gehirn langsam aus und führen zu zunehmenden kognitiven Einschränkungen, dann auch zu Störungen der Motorik. Schließlich werden Erkrankte bettlägerig, voll pflegebedürftig, verfallen kräftemäßig und versterben an für Gesunde harmlosen Erkrankungen.

Auch demente Menschen können Lebensqualität haben und sich subjektiv wohlfühlen.

Die Lebenserwartung ist bei Diagnosestellung gegenüber Gleichaltrigen um das 2- bis 3-fache verkürzt. Führendes Symptom der Alzheimerkrankheit ist die Störung des Gedächtnisses und der Merkfähigkeit. Leider wird relativ früh auch das „episodische Gedächtnis“ betroffen, so dass man wichtige Lebensereignisse nicht mehr erinnern und mitteilen kann. Die Persönlichkeit bleibt zunächst relativ gut erhalten, aber meist werden die kognitiven Einschränkungen nicht wahrgenommen. Viele Konflikte ergeben sich dann, wenn Betroffene Maßnahmen nicht verstehen, die zu ihrem Schutz getroffen werden müssen. Wie bringt man einem Menschen mit Demenz bei, dass er nicht mehr Auto fahren darf, dass der Herd abgeklemmt werden muss oder dass das Weiterleben in der eigenen Wohnung nicht mehr möglich ist. Hinzu kommt das Generationsproblem: Demente, die früher kompetent waren, lassen sich nicht gerne von ihren Kindern oder jungen Pflegekräften, Therapeuten oder Ärzten sagen. Sie dürfen deshalb nicht wie Kinder behandelt werden. So müssen ihre Sorgen ernst genommen werden, wenn sie die Station verlassen wollen, um sich um ihre Kinder zu kümmern. Sie sind im eigentlichen Sinne nicht verrückt, denn das, was sie erleben, ist ein Teil ihres Lebens, das wieder ins Bewusstsein hochkommt. Und sie verhalten sich angepasst in dem, was sie erleben. Hilfreich für die Betroffenen ist es, wenn man nicht widerspricht, sondern ihre Sorgen teilt, dann aber die Aufmerksamkeit auf andere Themen richtet, was wegen der Gedächtnisstörungen auch häufig gelingt. Leider kommt es im Verlauf der Erkrän-

kung zu weiteren Ausfällen: so zu Störungen der Wahrnehmung: die Umwelt kann nicht mehr erfasst werden, auch weil die inneren Muster bzw. Vorstellungen fehlen, um sie zu erkennen. Frühzeitig wird das am Uhrentest deutlich. Gewohnte Handlungsabläufe wie Ankleiden oder Toilettengang können nicht mehr umgesetzt werden, dies nennt man Apraxie. Weiterhin macht sich ein zunehmender Sprachzerfall bemerkbar, so dass sich die Betroffenen gar nicht mehr sinnvoll äußern können. Hier wird es für die Betreuenden schwierig, sich überhaupt in ihre Erlebniswelt hineinzusetzen. Am Ende gelingt es nicht mehr, den Dementen ausreichend Nahrung und Flüssigkeit zuzuführen. Es hat sich gezeigt, dass auch die künstliche Ernährung über eine Magensonde (PEG) meistens nicht sinnvoll ist. Statistisch sterben die so Versorgten sogar noch eher.

Aber auch demente Menschen können Lebensqualität haben und sich subjektiv wohlfühlen. Dies sollte ein wichtiges Ziel in der Versorgung sein. Demente reagieren positiv auf freundliche Kontaktaufnahme. Dazu sollten sie in möglichst einfachen und kurzen Sätzen angesprochen werden, die nur ein Thema behandeln. In späten Krankheitsstadien dürfen sie nicht überrascht werden mit „gutgemeinten Pflegemaßnahmen“, die sie nicht verstehen können. Dies kann zu aggressiven Reaktionen führen. Dagegen helfen ein einfühlsamer Umgang mit freundlichen Worten und beruhigenden Gesten, die sich an die Befindlichkeiten dementer Menschen anpasst. In der Bibel findet sich keine eindeutige Erwähnung von Demenz. Sie berichtet

aber eindrücklich von den Problemen des Alters und der Gebrechlichkeit, besonders in Prediger 12,1-8. Und sowohl das mosaische Gesetz (5. Mose 27, 16) wie auch Jesus selbst (Mt 15, 4-6) verlangen einen würdevollen und versorgenden Umgang mit den Eltern. Das gilt gerade dann, wenn diese gebrechlich oder dement werden.

Was können wir dazu beitragen, dass Menschen mit Demenz auch die Nähe Gottes und seine erlösende Kraft erleben? Hier sollten wir uns von rein medizinischen Vorstellungen lösen, dass geistige Regungen ausschließlich abhängig von der intakten Funktion des Gehirns sind.

1956 warnte der bekannte Psychiater Erwin Straus: Der Mensch denkt, nicht das Gehirn. Paulus unterteilt den Menschen in Geist, Seele und Leib (1. Thess 5, 23), und bringt deren Bewahrung im folgenden Vers (24) in Zusammenhang mit der Treue Gottes. Auch wenn der Körper gebrechlich, der Verstand getrübt ist, kann Gott den Geist ansprechen und verändern. Wenn wir Menschen mit Demenz beispielsweise mit segnenden Bibelworten und einfachen Botschaften ansprechen, dürfen wir darauf vertrauen, dass Gottes Wort seine eigene Kraft entfaltet und über das Verstehen hinaus die Angesprochenen berühren kann. Der Heilige Geist kann auch die Herzen von Dementen ansprechen, damit sie Frieden mit Gott finden. So sollten wir die Erkrankten im Gebet begleiten und für sie beten, wie es der Evangelist Markus (16,18b) beschreibt, wenn Menschen unter Verwirrtheit, Gereiztheit und Unruhe leiden. Ich habe es beispielsweise erlebt, dass Älteste für einen dementen Menschen beteten, der Krankenschwestern aufs Übelste beschimpft hatte; und sein aggressives Verhalten wurde verwandelt. Zusammenfassend ist es im Umgang mit Dementen wichtig, stellvertretend für sie zu glauben und zu beten und Gott dabei viel zutrauen.



Foto: K.E. Brogmus

Dr. med. Kai Enno Brogmus,
Arzt für Neurologie, Psychiatrie,
Geriatric, Palliativmedizin,
Oberarzt am Ev. Krankenhaus
„Haus Gottesfrieden“ Woltersdorf

Wie ich meine demenzkranke Frau seelsorgerlich begleite



Foto: Klaus Köller

Vor einigen Jahren habe ich mir nicht vorstellen können, wie viel Kraft mich die Begleitung meiner Frau kosten würde. Wie oft war ich rat- und hilflos, der fortschreitenden Demenz angemessen zu begegnen. Ich spürte mein Unvermögen und zugleich die durchtragende Kraft Gottes. So konnte ich meine Frau Jutta der Liebe Gottes anbefehlen, Vergebungsbereitschaft einüben und um Vergebung bitten, wo unheiliger Zorn in mir hochkochte.

Es ist mir schwer gefallen mit ansehen zu müssen, wie unsere Kommunikation immer mehr durch die Demenz eingeengt wurde und die Orientierungslosigkeit und Vergesslichkeit zunahm. Und eine Besserung aus medizinischer Sicht war nicht zu erwarten. Mühsam habe ich gelernt, die gegensätzlichen Verhaltensweisen in das Krankheitsbild einzuordnen. Ständig wiederholten sich die Fragen: „Bist du mein Mann? – Wie alt bin ich eigentlich? – Wieviele Kinder haben wir? – Muss ich hier (im Heim) immer bleiben?“ Depressive Aussagen kamen hinzu: „Ich will nicht mehr leben! – Am besten tot sein! – Ich will nach Hause!“

Doch es gab es auch erhellende Momente: „Ich habe dich lieb. – Wie schön, dass wir zusammen sind. – Ich freue mich auf den Himmel. – Wir haben es hier doch ganz gut.“

Täglich versuche ich, ihr die Lösungsworte des Tages vorzulesen. Da meine Frau an einer Maculadegeneration leidet, kann sie selbst nicht mehr lesen. So lese ich ihr die Briefe vor oder auch kleine Geschichten, beantworte Briefe und führe Telefongespräche. Am Abend singe ich mit ihr ein Lied am Bett, z.B. Strophen aus „Der Mond ist aufgegangen“, „Meine schönste Zier und Kleinod bist ...“, „Müde bin ich, geh zur Ruh ...“, „Breit aus die Flügel beide ...“, „Jesu, meine Freude ...“

Selten kommt es zu tiefgehenden Glaubensgesprächen. Durch ständige Müdigkeit bedingt, nimmt sie fast nicht mehr am Gottesdienst teil, was ich sehr bedaure. Ich bin froh, ihr bei den Toilettengängen zu helfen, Handreichungen zu tun und vor allem mit ihr und für sie zu beten. Glückselig bin ich, dass sie unsere Pastorin sehr schätzt. Es war uns ein Geschenk, dass wir am 9. Oktober 2015 unsere Diamantene Hochzeit im Familienkreis mit Kindern, Enkeln und Urenkeln feiern konnten und dass die Pastorin die Andacht über unseren Trauspruch aus 2. Timotheus 1,9 in der Friedenskirche gehalten hat.

Pfarrer i. R. Klaus Köller, verheiratet mit Frau Jutta seit 1955, war von 1977-1992 Gemeindepfarrer der Ev. St. Michaels-Kirche Woltersdorf.

Beide leben seit sechseinhalb Jahren im Seniorenzentrum am Weißen See in Berlin



Aus dem EC-Nordbund

„Entschieden für Christus“



EC'ler auf der Kanzel

Ausblic

Na, wie wär's?

Zweimal im Jahr bieten wir ihn an: unseren Predigt-Workshop. Es ist ein Anliegen, junge Menschen für die Verkündigung zu gewinnen. Unsere Gottesdienste haben einen erkennbaren Mehrwert, wenn die Predigten der Lebenswelt der Zuhörer entspringen und so wünschen wir uns immer mehr Ehrenamtliche – egal welchen Alters, die sich darauf einlassen, an einem Seminarartag sich so in einen Bibeltext zu vertiefen, dass am Ende einer eigenen Predigt nichts mehr im Wege steht.

Am 20.02. ist es wieder so weit. Und die Ergebnisse lassen sich hoffentlich am 06.03. auch auf einer Kanzel in Ihrer Nähe sehen und hören. Wenn Sie also demnächst auf einen EC'ler auf der Kanzel stoßen, freuen Sie sich drauf und seien Sie gnädig mit Kritik. Handwerkliches muss man beim Predigen wirklich lernen und vieles wird durch Üben besser. Aber Gott ist es, der redet. Das sollte eigene Kritik wissen (und bedenken).

Thomas Seeger, EC-Teen- und Jugendreferent

Time Out

Feuer und Flamme

Zehn Uhr morgens, 01.01.2016, EBZ Bünsdorf, Speisesaal. Der ein oder andere versucht zwanghaft, die Augen offenzuhalten. Nach Feuer und Flamme sieht das nicht mehr aus.

Wenn die 35 Teilnehmer einer Silvesterfreizeit am ersten Tag des neuen Jahres so müde aus der Wäsche gucken, bedeutet das, dass die letzten Tage richtig genial waren. Und es war schlau, den geistlichen Input auf die anderen Vormittage zu legen: Feuer und Flamme sein für Gott. Wie gehe ich mit Kritik um? Wie setze ich meine Prioritäten richtig? Und wie kriege ich es hin, meine Zeit sinnvoll zu nutzen? Daran, dass alle so müde sind, sind die Bibelarbeiten auf keinen Fall schuld!

Das hängt eher mit dem restlichen Programm zusammen. Unserer eigenen Olympiade zum Beispiel. Oder dem Boßeln in verschiedenen Teams. Für die einen war es eher eine sportliche Höchstleistung im Langlauf, für die anderen eine Wanderung, die im Dunkeln und mitten auf einem matschigen Feld endete. Gut, dass es dann abends einen ruhigen Sing-and-Pray-Abend gab.

Ein Highlight war auch das Grillen in der Grillhütte. Bei Würstchen und verschiedenen Salaten vergaß man schnell, dass es eigentlich Winter ist. Beim anschließenden Floorballturnier rollten wir einem kleinen Ball hinterher und versuchten, möglichst viele Tore zu erzielen – wie passend.

Und irgendwie schneller als gedacht, stand der Silvestertag auch schon vor der Tür. Nach dem obligatorischen Gottesdienstbesuch in Bünsdorf verschwanden alle in ihren Häusern und hofften, am Ende so auszusehen, wie sie es sich vorgestellt hatten. Pünktlich zum Bankett waren dann aber alle in ihre Abendgarderobe geschlüpft und freuten sich auf die letzten Stunden des Jahres. Nach einem köstlichen Abendessen begann der Casinoabend. An verschiedenen Tischen konnte man sein Glück versuchen und hinterher doch alles wieder an der Bar mit (alkoholfreien!) Cocktails „versaufen“. Gerade die Wiederholungstäter wurden dann aber doch etwas sentimental, als Thomas uns die letzte Andacht des Jahres hielt. Aber spätestens beim Sektempfang und dem darauffolgenden Raketenzünden war die Stimmung wieder ausgelassen. Der Rest der Nacht wurde vom schweißtreibenden Tanzen, von rauchenden Köpfen beim Tabu- oder Pokerspielen und verrenkten Körpern beim Twister geprägt.

Und nach einem solchen Programm sind die müden Gesichter doch verständlich. Und so endet die Timeout mit einem großen Kuschelkreis und der leisen Frage im Hinterkopf, was das neue Jahr wohl alles bringt. Marieke, EC-Uetersen

Rückblick



alle Fotos auf dieser Seite: Thomas Seeger

Den ganzen TimeOut-Bericht gibt's hier:



oder unter www.ec-nordbund.de.

Aus dem VG

Verband der Gemeinschaften in der Evangelischen Kirche
in Schleswig-Holstein e.V.



Familiennachrichten

Geburtstage





Aus dem MGV

Mecklenburgischer Gemeinschaftsverband e.V.

Foto: K. Ewert-Mohr



Fotos: Dorothea Neumann

Planung, Besprechung, Aufbau, und ... ZACK ... schon kann es nach vielen Vorbereitungen losgehen! Menschen schlendern die Straße entlang, schauen sich um, essen etwas und finden schließlich auch in unsere „Begehbare Krippe“ - eine Möglichkeit für Kinder und Eltern sich in die Zeit von vor 2000 Jahren zu vertiefen. Mit biblischen Erzählfiguren werden die Szenen dargestellt. Die Figuren wurden von ehrenamtlichen Mitarbeitern in Kursen in Handarbeit hergestellt. Die Besucher können aktiv werden und sich über Kopfhörer die Geschichte an vier Stationen anhören. Doch was geschah zu dieser Zeit? Natürlich! Jesus ist geboren im Städtchen Bethlehem. Er ist mit Liebe durch das Land gezogen und hat das Wort Gottes verkündet. Ein wahres Wunder! Doch wissen die Menschen in unserer Zeit eigentlich, was dieses Ereignis für eine große Bedeutung hat? Weil es nicht mehr viele wissen, laden wir Menschen ein, unsere „Begehbare Krippe“ zu besuchen. Zudem bieten wir Ausmalhefte für Kinder an, Postkarten und ein Begleitheft für Erwachsene, in dem die Weihnachtsgeschichte niedergeschrieben und mit Bildern von der Begehbaren Krippe illustriert ist. Zahlreiche Besucher staunten nicht schlecht über die Machart. Ein Ehepaar meinte: „So etwas haben wir noch

Die Begehbare Krippe

auf dem Barocken Adventsmarkt in Ludwigslust

nicht gesehen. Wir fahren Jahr um Jahr auf Weihnachtsmärkte, [...] viele Krippenausstellungen haben wir uns angeschaut – aber so etwas haben wir noch nie gesehen!“ Auch viele Kinder waren bereit, sich diesem Ereignis zu widmen, sodass sie sogar ihre Eltern baten, alles bis zum Ende anzuhören. Andere Eltern ermutigten ihre Kinder, sich damit auseinanderzusetzen: „Für Kinder ist es sehr schön gemacht!“ Einige Menschen öffneten sich sogar etwas mehr: Eine Person beispielsweise dachte, dass es wohl Bestimmung sei, nach dem Koma noch zu leben. Sie sagte von sich aus, dass sie nicht christlich sei, aber dennoch beantwortete sie die Frage: „Dann können Sie sich doch vorstellen, dass es Gott gibt?“ mit „Ja, irgendwie muss da was sein.“ So können wir hoffen, dass Leute sich Jahr um Jahr berühren lassen. Nicht nur von der weihnachtlichen Stimmung, sondern von Gott und seiner Botschaft an uns Menschen. Wir wollen weiterhin Menschen ermutigen und für sie da sein. Besonders ist es wichtig, uns den Leuten zu widmen,

die Gott noch nicht kennen, um ihnen Mut zu machen, weil ER immer für uns da ist und sogar Mensch wurde aus Liebe zu uns.
Sonja Lewerenz

P.S. Mit der Hauptszene – Maria, Josef und Jesus in der Krippe – konnte ich Anfang Dezember den Adventsmarkt einer Grundschule in Ludwigslust bereichern. Eine eifrige Schülerin stellte sich ungefragt hinter die Tische und wies jeden auf die Scherben hin, die neben der Krippe standen. Sie erklärte, dass man darauf seine Wünsche an Gott („Was soll Jesus in Ihrem Leben heil machen?“) schreiben kann. Vom 8.-18.12.2015 nahmen sechs Schulklassen am Projektunterricht „Begehbare Krippe“ teil. Vier Erwachsenengruppen nutzten die Begehbare Krippe für eine Führung. Eine Teilnehmerin schrieb auf eine Scherbe: „Ich bitte, dass Jesus Kontakt zu mir aufnimmt.“ Bitte beten Sie für diese Person und danken Sie mit uns Gott für die Möglichkeiten, die wir durch die Begehbare Krippe haben.

Prediger Gabriel Möbius, Ludwigslust

Advent im Behindertenverband



Fotos: Eberhard Bollmann

Es gerät mehr und mehr in Vergessenheit, warum wir Weihnachten feiern. Eine Umfrage des NDR unter Weihnachtsmarkt-Besuchern machte es erschreckend deutlich: Kaum einer weiß es. Aus diesem Grunde wollten wir auch in diesem Jahr den 1. Advent nicht nur für uns, sondern mit denen feiern, die mehr darüber wissen möchten. Der Behindertenverband kam uns da sogar entgegen und lud selbst für die gemeinsame Adventfeier in seine Räumlichkeiten ein. Für Dekoration, Gebäck und Gestaltung sorgten wir als Gemeinschaft. Es ließen sich etliche einladen, so dass wir schließlich an die 30 Teilnehmer waren. Mit den Interviews, die der NDR auf einem Weihnachtsmarkt hier im Norden durchführte, wurde die Adventfeier eröffnet und damit die Frage, um die es inhaltlich gehen sollte, in den Raum gestellt. Prediger Frank Feldhusen ging in seiner Andacht unter dem Thema „Advent – Gott wird Mensch“ darauf ein. Der festlich geschmückte Raum, gemeinsam gesungene Advents- und Weihnachtslieder, die Kaffeetafel bei Kerzenschein und einige Kurzbeiträge mit Quiz, Rätsel und „Es kommt ein Schiff geladen“ auf Plattdeutsch, vorgetragen von Ehepaar Feldhusen, gaben den festlichen Rahmen. Um noch einmal über den Sinn von Weihnachten in der Stille für sich nachdenken zu können, bekam jeder eine ansprechend aufgemachte Lektüre mit. Beim Verabschieden äußerten sich einige Gäste sehr dankbar über den adventlichen Nachmittag. So wurde mir am Ende wieder einmal mehr deutlich, nicht die Zahl unserer Mitarbeiter für Vorbereitung und Gestaltung einer solchen Feier ist entscheidend, sondern, dass wir uns als Mitarbeiter dieser großartigen Aufgabe an Nachbarn und Mitmenschen stellen, von dem weiter zu sagen, was der Grund unserer Advents- und Weihnachtsfreude ist. Die Dankbarkeit ist am Ende auf beiden Seiten.

Eberhard Bollmann, Neubrandenburg

Termine

- 31.1.-6.2. Kinder-Singe-Woche in Neu Sammit
- 01.-14.02. Winterferien in M/V
- 01.-04.02. Kinder-Kirchen-Tage in Waren
- 05.-07.02. MGV-Chorwochenende in Ludwigslust
- 05.-12.02. Familienfreizeit in Bad Blankenburg
- 07.02. P.S. der junge Gottesdienst in Wismar
- 11.-13.02. Willow-Creek-Leiter-Kongress in Hannover
- 16.02. PAT Predigertag in Ludwigslust
- 16.02. Konvent für missionarische Gemeindegemeinschaft
- 18.-20.02. Gnadauer Mitgliederversammlung in Schwäbisch-Gmünd
- 21.02. P.S. der junge Gottesdienst in Wismar
- 22.02. EC-Vorstand in Parchim
- 27.02. Regionalkonferenz der Bahnauer Bruderschaft, Berlin

Beziehung x 3

EC-Jugend-Mitarbeiterwochenende in Bad Doberan



Fotos: Andrea Rave



Es ist immer gut, wenn das Ende des Jahres ein paar Höhepunkte bereithält. Vielleicht ist das einer der Gründe, warum das Wochenende für Mitarbeitende in unseren Teen- und Jugendkreisen immer im November stattfindet? Auch 2015 gehörte es auf jeden Fall zu einer der Sternstunden in Mecklenburg. Bernd Pflzer vom Deutschen EC-Verband hatte für uns einen besonderen „Beziehungs-Dreiklang“ vorbereitet. Im ersten Schritt beschäftigten wir uns mit der Beziehung zu uns selbst. Jeder konnte für sich feststellen, was hilfreich dazu beiträgt, „zu werden, was ich werden kann“. Nach dieser kleinen Selbsteinschätzung folgte die Beziehung zu den Anderen. Diese Plattform zeigte auf, was uns als Teen- und Jugendkreise ausmacht, wie wir einladend auf andere wirken können und was uns als EC-Gruppen in Mecklenburg mehr zueinander führt und stärkt. Ein spontaner Imagefilm, den verschiedene Kleingruppen innerhalb von 20 Minuten drehen sollten, rückte liebevoll die

„Schätze“ der einzelnen Orte in den Fokus. Bei einer anschließenden Diskussion an Flipchart-Wänden wurde uns deutlich, dass in Mecklenburg ein starkes Bedürfnis nach gemeinsamen Gebetstreffen und überregionalen Jugendgottesdiensten über die eigene Gruppe hinaus besteht. An diesem Punkt werden wir zukünftig weiter arbeiten und schauen, wie wir uns trotz langer Fahrwege besser vernetzen können.

Bei der Weihestunde am Sonntag stand die Beziehung zu Jesus im Mittelpunkt. Viele nutzten die Möglichkeit, sich wieder neu bewusst für Jesus zu entscheiden und persönlich für sich beten und sich segnen zu lassen. Diese Impulse und das fröhliche Miteinander, z.B. bei einem knackigen Spaziergang am Strand von Heiligendamm, machten dieses Wochenende zu dem, was es sein soll: Einer inspirierenden Wohltat für die Ehrenamtlichen, die mit so viel Herz ihre Kreise leiten.

EC-Referentin Andrea Rave,
Neubrandenburg

Familiennachrichten

Geburtstage

Warum ich gerne Prediger bin



Foto: Michael Lohrer

Ibbenbüren im Münsterland, die Stadt mit der guten Steinkohle – da komme ich her. Das Wort „Prediger“ kannte man da nicht. Man war entweder katholisch oder evangelisch, alles andere galt als Sekte. Man musste schon gut wissen, warum man evangelisch war im überwiegend katholisch geprägten Münsterland. Meine Mutter war katholisch, mein Vater evangelisch und ich auch. Dafür war meine Mutter jahrelang exkommuniziert. Der Kirchgang gehörte zum wöchentlichen Ritual und war Teil unseres Lebens. Die katholischen Frauen gingen zu der Zeit an jedem Morgen um 6.00 Uhr zur Messe. Um uns herum lebten fünf Tanten mit ihren Familien, meine Großeltern und 25 Cousins und Cousinen.

Mit 15 Jahren wurde ich in die kleine Landeskirchliche Gemeinschaft eingeladen und durfte dort zum Glauben an Jesus Christus finden. Es war Aufbruchzeit. Wir gründeten einen EC, Jungschar, Kinderstunde, erlebten Freizeiten, waren im Gefängnis tätig und vieles mehr. Mit 17 Jahren war ich Jugendbundleiter, mit 18 Jahren habe ich meine erste Predigt gehalten. Danke an die Menschen, die uns damals den Weg zum Glauben und zur Mitarbeit gezeigt haben. Etwa ein Jahr vor dem Abitur nahm mich mein besorgter Vater zur Seite und fragte nach meinen Berufsplänen. Eine klare Antwort war Jura – ich mache nichts Frommes. Was für eine Erleichterung! Schließlich war ich seit meinem 14. Lebensjahr regelmäßig zu Gast im Gerichtssaal. Eine Sorge weniger.

Dann kam der Knall und ich erlebte die Berufung Gottes in seinen Dienst. Welch eine Enttäuschung bei meinen Eltern, aber Gott hat sie umgestimmt. So führte mich der Weg nach Unterweissach. Davon hatte ich nie gehört, aber die Brüder des Bezirkes fanden das gut und haben mich da sehr gut beraten. Zwei Pfarrer machten sich auf, mich von meinem Vorhaben abzubringen, doch Gott hatte gesprochen. Was für eine gute Entscheidung.

Nach der Ausbildung in Unterweissach trat ich in die Bahnauer Bruderschaft ein, zu der ich bis heute mit meiner Frau Martha gehöre. Das ist unser geistliches Zuhause, da sind wir tief verwurzelt. Große Dankbarkeit gilt besonders meinem theologischen Lehrer Siegfried Kettling, der mein Leben dauerhaft geprägt hat. Zuerst war ich neun Jahre im Sauerländischen Gemeinschaftsverband, wo wir eine unglaubliche Aufbruchzeit erlebten. Scharen von jungen Menschen kamen. In Kleinstädten hatten wir mehrere Jugendbünde. Kreisverbandsfreizeiten mit 300 Jugendlichen – Gott hat uns da reich beschenkt. Dann waren wir – inzwischen hatten wir in Werdohl geheiratet – 17 Jahre in der Gemeinschaft und dem Bezirk Gütersloh.

Als dort der Generationsumbruch gelungen war, konnten wir fröhlich der Berufung nach Lübeck folgen, nachdem der VG schon sechs Jahre an uns dran war. Hier erleben wir nach einigen Schwierigkeiten, wie junge Menschen ganz selbstverständlich ihren Platz in unserer Gemeinschaft finden, andere einladen, fröhlich mitarbeiten und Gemeinde bauen. Dabei geht es nicht um irgendwelche zusammengesuchte Konzepte, sondern Menschen, die sich rufen lassen und mitmachen. Das dürfen wir erleben. Für mich ist es ein ganz großes Geschenk, dass meine Frau neben ihrer selbstständigen Tätigkeit im Beruf ihren Platz zur Mitarbeit immer in der Gemeinschaft gesehen hat. Das ist etwas ganz Besonderes.

Was mir das Predigerleben schwer macht ist die Tatsache, dass es sehr frömmelnde Menschen gibt, wo aber scheinbar das Evangelium nichts fruchtet. Sie hören das Evangelium, bleiben aber neidisch, unversöhnlich, ziehen über andere her und nichts ändert sich. Das ist eine bleibende Anfechtung für den Verkündiger. Wo werden die in der Ewigkeit sein? Überwiegend aber staune ich über die Durchschlagskraft des Evangeliums. Jesus rettet, erlöst und befreit. Dafür bin ich ihm von Herzen dankbar.

Prediger Michael Lohrer, Lübeck ■