

akzente

DAS LEBENSPrAKTISCHE MAGAZIN FÜR MENSCH UND FAMILIE

Vom ABSCHIED zum AUFBRUCH

Ehe: Wenn aus dem Prinz ein Frosch wird, Seite 12

Kinder: Es gibt keine perfekten Eltern, Seite 16

Sterben: Angst und Hoffnung teilen, Seite 20



Die Kinderseite mit Benjamin
Seite 11





4

© Johan Larson - Fotolia.com



12

© Syda Productions - Fotolia.com



16

© pixelheadphoto - Fotolia.com



16

© Africa Studio - Fotolia.com

Inhalt

Editorial

Unruhiges Herz

3

Titelthema

Abschiede bewältigen – und gereift aus ihnen hervorgehen

4

Umfrage

Mein Abschied – mein Aufbruch

7

Erfahrung

Von der ewigen Jugend an der Wursttheke

8

Kinderseite

Leb wohl, auf Wiedersehen



11

Familie praktisch

Wenn aus dem Prinz ein Frosch wird

12

nachgefragt

„Es gibt keine perfekten Eltern“

16

nachgedacht

Den Abschied zum Segen machen

19

Brennpunkt Leben

Angst und Hoffnung teilen

20

Aus den Einrichtungen

23

Stellenanzeigen

34

Impressum

35

Porträt

„Deine Kinder warten auf dich!“

36



Unruhiges Herz

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Es war wieder mal so weit: Weihnachten stand vor der Tür. Wie hatte ich mich darauf gefreut! Wie wartete ich und fieberte auf den Heiligen Abend und die Weihnachtsfeiertage hin! Bald würde es den Weihnachtsbaum geben, die Krippe, das feierlich geschmückte Weihnachtszimmer, Geschenke – erhofft und sehnsüchtig erwartet. Bis dahin aber: Warten. Zwischenzeit. Spannungszeit. Und dann war es plötzlich da – und noch schneller wieder alles vorbei. Bis dass der nächste Advent vor der Tür stand. Und wieder diese gespannte Erwartung... Zu-Ende-gehen, Neu-anfangen, Abschied und Aufbruch liegen dicht beisammen. Diese Pole umspannen unser Leben.

Es liegt in der Natur des Abschieds, dass Neues aus ihm hervorgeht. Wenn einer ei-

ne Reise tut, dann weiß er meistens, wohin es geht. Ganz oft aber nehmen wir Abschied, innerlich oder äußerlich, und uns ist noch nicht klar, wohin der Weg führt. Dann spüren wir: Es liegt Veränderung in der Luft, ein Umschwung, es kündigt sich Neues an, das man jedoch nicht klar benennen, noch nicht begreifen kann. Abschied und Aufbruch sind verbunden durch eine Spannungszeit. Wie lange muss ich noch warten, bis das Neue anbricht, bis sich meine Sehnsüchte, meine Träume erfüllen, bis ich wieder gesund werde, endlich eine passende Arbeitsstelle, den richtigen Partner finde? Abschiede stellen uns immer auf die Probe. Manchmal sogar auf eine Zerreißprobe. „Unruhig ist unser Herz, bis es Ruhe findet in Dir“, bringt es der Kirchenvater Augustinus auf den Punkt.

Probezeiten sind aber auch Wachstumszeiten. Wenn etwas wächst, strebt es der Reife zu. Während der Wachstumszeiten zwischen Abschied und Aufbruch geschieht mitunter Einschneidendes und Entscheidendes, das erst hinterher offenbar wird. Das geschieht oft quälend langsam und scheinbar sinnlos. Wachstumszeiten können demgegenüber aber auch Zeiten sein, in denen man wie schwerelos unterwegs ist: schon abgedockt vom Alten, noch nicht ganz beim Neuen. Es stellt sich ein Gefühl der Freiheit ein. Man ist offen für den nächsten Abschnitt im Leben.

Unsere Autorinnen und Autoren haben sich in AKZENTE dieses Dualismus von Abschied und Aufbruch in ganz verschiedenen Facetten angenommen: Der Abschied vom Lebensabschnitt, vom „Traumpartner“, am Sterbebett – Ereignisse, die in Spannungszeiten münden und die Reifeprozesse und persönliches Wachstum bringen. Erkennen Sie sich, erkennen Sie Ihre Lebenssituation wieder?

Gleichzeitig verabschiede ich mich persönlich von Ihnen als verantwortlicher Redakteur der AKZENTE. Nach fast genau elf Jahren im Werk der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal fange ich noch einmal neu in der Öffentlichkeitsarbeit an, in einem neuen Werk an einem neuen Ort und mit dem neuen Themenkreis der Behindertenhilfe. Vieles werde ich mitnehmen, besonders die vielen positiven Reaktionen dankbarer Leserinnen und Leser auf unsere Ausgaben. Es ist sehr schön zu wissen, dass Menschen AKZENTE mit großem Gewinn lesen. Und dann die mutmachenden Beiträge so vieler engagierter Schreiber, ihr Quer- und Weiterdenken, die vielen bunten Akzente, mit denen sie in 18 Ausgaben seit 2008 unsere lebenspraktischen Themen interpretiert und ihre Leser inspiriert haben.

Bleiben Sie AKZENTE gewogen: Ich würde mich darüber sehr freuen!

Ihr

Abschiede bewältigen – und gereift aus ihnen hervorgehen

Er tut weh! Er kann uns völlig unvorbereitet treffen oder sich schon lange angekündigt haben. Manchmal scheint er nicht enden zu wollen: der Herzschmerz. Die meisten Abschiede, die wir erleben, rühren unser Herz. Je mehr uns ein vertrauter Mensch oder ein bestimmter Lebensumstand bedeutet, desto schmerzlicher empfinden wir seinen Verlust. Jeder Abschied beinhaltet eine Verlusterfahrung. Wenn wir einen geliebten Menschen endgültig verabschieden müssen, reißt uns das ein Loch ins Herz. Und selbst ein Orts- oder Arbeitsplatzwechsel kann uns einen Stich versetzen.

Jeder von uns wird im Laufe seines Lebens mit vielfältigen Verlusterfahrungen konfrontiert. Wir müssen, ob wir wollen oder nicht, immer von Neuem Menschen, Situationen, Umstände, Pläne, Träume oder auch Denkmuster verabschieden. Wir durchleben freiwillige und unfreiwillige Veränderungen, müssen Altes loslassen, um Neues in Empfang zu nehmen.

Wie einprogrammiert

Der Abschied scheint geradezu in unsere menschliche DNA einprogrammiert zu sein. Von der Wiege bis zur Bahre reihen sich zahllose große und kleine Abschiede aneinander. Bei der Geburt mussten wir den Schoß unserer Mutter verlassen und mit unserem letzten Atemzug werden wir unser Leben radikal aus der Hand geben müssen. Abschiednehmen beinhaltet unzählige Facetten und unterschiedliche Intensitäten. Jede unserer Biographien erzählt von individuell erlebten Abschieden und Verlusterfahrungen. Einige haben einen heiteren, geradezu befreienden Charakter, wie die Entlassung aus dem Krankenhaus nach einer OP oder dem Wechsel von einem krankmachenden

Arbeitsplatz zu einer neuen Arbeitsstelle, die uns aufblühen lässt.

Aber was ist mit den besonders schmerzlichen Abschieden, die uns oft unfreiwillig abgenötigt werden? Eine Ehe bricht auseinander und mit dem Partner gehen auch Sicherheiten, Pläne und Vorstellungen endgültig verloren. Eltern müssen ihr „flügge“ gewordenen Kind in ein selbstständiges Leben ziehen lassen. Lebensträume, die unrealistisch geworden sind, müssen frustriert abgehakt werden. Letztlich liegen allen Veränderungen in unserem persönlichen Leben Abschiede zugrunde. Meist bringen wir Tod und Sterben mit Abschiednehmen in Verbindung und vergessen die vielen kleinen und großen Abschiede, die wir alltäglich erleben und nicht selten auch erleiden.

Jeder Abschied führt uns eindringlich vor Augen, dass jetzt nichts mehr so ist, wie es einmal war. Wir haben jemanden – oder etwas – zurücklassen müssen.

Phasen der Trauer

Verlusterfahrungen führen uns in einen Trauerprozess. Wir trauern um einen

Menschen, veränderte Lebensumstände oder auch um uns selbst. Abschiede erfordern Trauerarbeit, um den erlittenen Verlust zu verarbeiten und über unseren Herzschmerz irgendwann hinwegzukommen. Wenn wir zum Beispiel den Abschied von einem geliebten Menschen betrauern, durchlaufen wir in der Regel vier verschiedene Phasen der Trauer:

Erste Phase: Nicht-wahr-haben-wollen

Die Nachricht vom plötzlichen Tod eines geliebten Menschen versetzt Hinterbliebene in einen Schockzustand. Der Tod wird entweder geleugnet: „Das muss ein Irrtum sein!“ – oder es werden keinerlei Empfindungen über den plötzlichen Verlust wahrgenommen. Der Schockzustand dauert von wenigen Stunden bis zu einigen Tagen.

Zweite Phase: Chaos der Gefühle

Wenn die Verlustnachricht schließlich über den Kopf im Herzen angekommen ist, brechen viele verschiedene Emotionen mit großer Intensität auf. Sie reichen von tiefer Traurigkeit, Angst und Einsamkeit bis hin zu Zorn, Wut und Ohnmachtsgefühlen. Es können sich außerdem Ge-

fühle der Erleichterung zeigen, beispielsweise weil der Verstorbene nun von langem Leiden erlöst wurde.

Aber auch heftige Schuldgefühle und Gewissensbisse können erwachen: „Wenn ich Vater nicht zur OP gedrängt hätte, würde er noch leben.“ Defizite melden sich zu Wort: „Ich hätte mich mehr um ihn kümmern müssen.“ Aggressive Gefühlsausbrüche können sich gegen Dritte wenden: „Gott, warum hast du das zugelassen? Warum tust du mir das an?“ Der Trauernde darf all seine Gefühle wahrnehmen, zulassen und auf ganz persönliche Weise ausdrücken. Sie werden ihm dabei helfen, den Verlust zu bewältigen.

Gefühlslagen vor Gott aussprechen

Besonders die biblischen Psalmen ermutigen dazu, alle Gefühlslagen vor Gott auszusprechen. Wir dürfen ihm unser Leid klagen, ihn anklagen, ihm unseren Herzschmerz entgegenschleudern. Wer vor Gott sein Herz rückhaltlos ausschüttet, kommt mit einem Frieden in Berührung, der von Gottes Gegenwart, inmitten aller Trauer, herrührt. Wenn wir einen anderen Menschen in seiner Trauer begleiten, müssen wir ihm all seine Gefühle in ihrer Heftigkeit zugestehen und beteuern, dass er sich nicht zu schämen braucht.

Als Freunde oder Angehörige möchten wir den anderen über seinen schmerzlichen Verlust gerne hinwegtrösten. Dabei können wir allerdings der Versuchung erliegen, mit einer Art christlichem Tröstungsprogramm zu beruhigen: „Gott macht keine Fehler. Du brauchst nicht so traurig zu sein, denn er ist doch jetzt erlöst und bei Gott.“ Diese von Herzen kommenden, gut gemeinten Aussagen können gefühlsunterdrückend wirken. Dabei hat Gott uns als Menschen erschaffen, die mit der Fähigkeit zu Schmerz und Trauer begabt sind, damit wir gerade nach einem schmerzlichen Abschied unsere Verlustschmerzen ausleben. Trauernde leisten seelische Schwerstarbeit. Dabei können wir ihnen einfühlsam durch Worte und Gesten Folgendes vermitteln: „Ich bin bei dir und gehe mit dir. Ich verstehe dich und leide mit dir!“

Dritte Phase: Verarbeiten und Loslassen

Der Trauernde wendet sich ganz bewusst dem Menschen zu, den er endgültig verabschieden musste. Er betrachtet beispielsweise Fotos oder Erinnerungstücke, besucht Orte, die ihn mit dem Verstorbenen verbinden. Mit der Zeit geschieht eine Aussöhnung mit dem erlittenen Verlust, ein Einverständnis mit der neuen Realität. Der Verabschiedete bleibt aber ein innerer Begleiter und behält einen festen Platz im Herzen des Hinterbliebenen. Die Verbindung zu ihm hat sich verändert, die Wirklichkeit wird bewusst ohne ihn wahrgenommen.

Vierte Phase: Neuanfang

Der Trauernde hat den Verlust des gegangenen Menschen als Realität akzeptiert. Jetzt gilt es, das eigene Leben, die Mitmenschen und die Welt um sich herum aktiv in den Blick zu nehmen. Der Wunsch nach Rückzug in die Höhle der eigenen Trauer wird von dem Wunsch abgelöst, das eigene Leben, die Herausforderungen des Alltags proaktiv anzugehen. Es wird zwar niemals genauso, wie es einmal war, aber es wird trotzdem gut. Eine von Optimismus und Zuversicht geprägte Grundhaltung erwacht und trägt dazu bei, das eigene, von Gott geschenkte Leben wieder neu zu umarmen.

Die skizzierten Trauerphasen durchleben wir auf gewisse Weise nach allen Abschieden, die uns Herzschmerz bereiten. Dabei bilden die vier Phasen keine statische Abfolge im Trauerprozess. Jede Trauerarbeit verläuft ganz individuell. Es kann Sprünge und Wiederholungen geben, die Trauerphasen können sich überlappen. Es gibt eben nicht den Königsweg, einen schmerzlichen Abschied zu bewältigen. Jeder Mensch darf in dem ihm eigenen Tempo und auf seine Weise Verluste betrauern. Die Trauerphasen bieten eine gute Orientierung, aber so einmalig, wie jeder Mensch geschaffen ist, bleibt auch die Art, mit Verlusten umzugehen.

Kann ich mich vorbereiten?

Es stellt sich natürlich auch die Frage, ob und wie wir uns auf kommende Abschiede und Verlusterfahrungen vorbereiten ►

MEHR IST MEHR
AKTION BEI AUTOHAUS
JUTZ



Innovation that excites



NISSAN PULSAR TEKNA
1.2 DIG-T, 85 kW (115 PS)

AB € 18.775,-

€ 7.575,- PREISVORTEIL¹

- Tageszulassung
- 18"-Leichtmetallfelgen
- Ledersitze, Technology Paket



NISSAN QASHQAI VISIA
1.2 DIG-T, 85 kW (115 PS)

AB € 17.850,-

€ 4.000,- PREISVORTEIL¹

- Tageszulassung
- Klimaanlage
- Radio-CD-Kombination mit Bluetooth*-Freisprecheinrichtung



Gesamtverbrauch l/100 km: kombiniert von 5,6 bis 5,0; CO₂-Emissionen: kombiniert von 129,0 bis 117,0 g/km (Messverfahren gem. EU-Norm); Effizienzklasse: B.

Abb. zeigen Sonderausstattungen. ¹Angebot gültig bis 30.11.2016. Preisvorteil gegenüber unserem Normalpreis für ein nicht zugelassenes Neufahrzeug. ²5 Jahre Garantie bis 100.000 km für den NISSAN QASHQAI, X-TRAIL, JUKE und PULSAR, wobei sich die 5 Jahre Garantie aus 3 Jahren/100.000 km Herstellergarantie und kostenfreien 2 Jahren NISSAN 5★ Anschlussgarantie zusammensetzen. Der komplette Umfang und Inhalt der Anschlussgarantie kann den Bedingungen der NISSAN 5★ Anschlussgarantie entnommen werden, die der teilnehmende NISSAN Partner für Sie bereithält. Einzelheiten unter www.nissan.de. Nur gültig für Privatkunden und Kleingewerbetreibende mit einem Fuhrpark von maximal 4 Fahrzeugen.

autohaus jutz

Autohaus Jutz GmbH
Schillerstr. 62 • 70839 Gerlingen
Tel.: 0 71 56/92 52-0
www.jutz.de



© Johan Larson - Fotolia.com

können. Was kann uns dabei helfen, Veränderungen, Krisen und Abschiede so zu meistern, dass wir nicht an ihnen scheitern, sondern gereift daraus hervorgehen? Die moderne Resilienzforschung hat viele verschiedene Faktoren identifiziert, die uns innere Widerstandskräfte verleihen und unsere Selbstheilungskräfte aktivieren. Im Blick auf die Bewältigung von Abschieden sind vor allem die nachfolgenden Resilienzfaktoren von besonderer Bedeutung:

Optimismus: Eine positive Grundhaltung gegenüber der eigenen Person, anderen Menschen und herausfordernden Umständen befähigt dazu, Krisen als Chancen zu begreifen. Ein Optimist gießt die Blumen und nicht das Unkraut.

Akzeptanz: Die Widrigkeiten und Belastungen des beruflichen und privaten Lebens werden grundsätzlich als gegeben akzeptiert. Die eigene Kraft wird nicht darauf verwandt, Unabänderliches verändern zu wollen, sondern sich mit ihm auszusöhnen. Es gilt, sich neuen Umständen anzupassen und das Beste aus ihnen zu machen.

Selbstfürsorge: Es geht darum, die eigenen Bedürfnisse zu kennen und für sie einzutreten, sich klar von überzogenen Erwartungen anderer abzugrenzen, auch einmal „nein“ zu sagen und gut für den eigenen Körper und die Psyche zu sorgen.

Beziehungskompetenz: Nach schmerzlichen Abschieden oder Verlusterfahrungen, dem Gefühl, den Boden unter den

Füßen verloren zu haben, fängt uns in erster Linie ein stabiles Beziehungsnetz auf. Wenn wir Zeit und Kraft in unsere freundschaftlichen und familiären Beziehungen investieren, zahlt sich das in Krisen- und Trauerzeiten aus.

Zukunftsgestaltung: Der Erfahrungsschatz rund um die Bewältigung zurückliegender Lebenskrisen wird genutzt, um aktuellen oder zukünftigen Herausforderungen mutig zu begegnen. Was uns in der Vergangenheit geholfen hat, Probleme und Krisen zu meistern, lässt uns unsere zeitweilige Hilflosigkeit überwinden. Im Blick auf die Zukunft richten wir unseren Fokus darauf, was uns im Leben wirklich wichtig und bedeutsam ist.

Glaube: Aus dem Glauben daran, dass Gott mit uns geht, schöpfen wir Halt und Geborgenheit in Krisenzeiten. In ihm ist unser Leben verankert, selbst wenn die Wechselstürme des Lebens über uns hereinbrechen.

Die kurz skizzierten Resilienzfaktoren finden sich an vielen Stellen der Bibel wieder. Wir werden beispielsweise herausgefordert, uns selbst zu lieben, unsere Sorgen abzugeben und zuversichtlich nach vorne zu schauen, die eigenen Grenzen zu akzeptieren und vertrauensvolle Beziehungen zu gestalten. Wir sind herausgefordert, unsere inneren Widerstandskräfte zu entdecken und auszubauen. Gottes Ziel für unser Leben besteht auch darin, uns lebensstüchtiger werden zu lassen, damit wir die vielen kleinen und großen, mehr oder minder schmerzlichen Abschiede und Verlusterfahrungen bewältigen können und gereift aus ihnen hervorgehen. ◆

MATTHIAS HIPLER



ist Theologe, Paar- und Familientherapeut, Kommunikations- und Resilienztrainer (www.paartherapie-hipler.de).

Mein Abschied – mein Aufbruch

Zwei junge Frauen geben einen Einblick in ihre Umbruchsituationen. Die eine hat Erfahrung bei einem Auslandsjahr gesammelt. Die andere setzt den Fuß ins Berufsleben. Was macht das mit ihrem Glauben?

Geh deinen Weg...!



„Du musst bereit sein, alles hinter dir zu lassen, auch wenn das bedeutet, mitten in der Nacht aufzubrechen und nicht mehr zurückzublicken“, sagte einst ein Freund zu mir. Weise Worte, die auch von Abraham oder Jakob stammen könnten, oder eben von Jesus. Auch er sagt zu uns: Gib mir dein ganzes Leben, nicht dein halbes. Gib mir die Kontrolle darü-

ber, denn du wirst sehen, du hast dein Leben nicht in der Hand – aber ich habe es! Ich Sorge für dich und werde dich mit allem Nötigen versorgen, was du brauchst. Das war etwas, was ich vor meiner Ausreise als Lernhelferin nach Indonesien lernen durfte, ja musste: Wenn die Welt plötzlich Kopf steht, weil du merkst: Hoppla, ich weiß überhaupt nicht, was mich erwartet. Und man fragt sich unwiderruflich: Bin ich bereit, alles zurückzulassen, was ich aus Deutschland kenne, liebe und mich ein Stück weit auch ausmacht? Fragen, die mich verändert und mir gezeigt haben: Jesus wünscht sich, dass wir ihm bedingungslos vertrauen, gerade auch in Zeiten des Umbruchs. Und wirklich: Gott hat mich in Indonesien überreich beschenkt – mit einer tollen Fa-

milie, engen Freunden, einer Gemeinde und vielem, vielem mehr. Doch die Kehrseite davon war: Es ging irgendwann nach Hause zurück. Ich war neu verwurzelt an diesem Ort, in der Kultur, fühlte mich verbunden mit den Menschen und konnte mir nicht vorstellen, alles auf einmal aufgeben zu müssen, ja ausgerissen zu werden, wie ein junger Setzling, der gerade erst seine ersten Wurzeln geschlagen hat. Doch Jesus sagte auch dieses Mal: Geh deinen Weg mit Freuden. Ich werde dich nicht verlassen, egal wohin du auch gehst!

Debora Traub (im Vordergrund), 20 Jahre, Studentin an der DHBW Ravensburg, Studiengang BWL, Medien- und Kommunikationswirtschaft, Unternehmenskommunikation und Journalismus

Wo ist mein Platz?



Die letzten Monate ergaben bei mir viele Veränderungen. Ich kam von meinem FSJ (Freiwilliges Soziales Jahr) zurück und bin wieder zu Hause eingezogen. Ich habe gearbeitet und Praktika gemacht. Seit Anfang Juli mache ich nun in

Stuttgart meine studienintegrierte Ausbildung zu Physiotherapeutin. Das war viel Veränderung mit manchem Abschied und Neuanfang. In diesem ganzen Prozess hieß es loslassen von Altem und Gewohntem und sich neu einlassen auf das Unbekannte. Für mich war es nicht immer einfach, die Prioritäten richtig und neu zu setzen. Wie viel Zeit verbringe ich mit meiner Familie, mit Freunden, für die Schule, in der Gemeinde? Und wo ist mein neuer Platz in dem alten, gewohnten und irgendwie auch neuen Umfeld?

In dieser Zeit habe ich mich manchmal weit weg von Gott gefühlt und wusste nicht, wo mein Platz ist. Aber dennoch

wusste ich, dass Gott mit mir geht und mir die Kraft schenkt für das, was vor mir lag. Er war und ist der gleiche Gott, egal an welchem Ort ich mich befinde, und wird es auch immer sein! Dieses Wissen hat mir in den Phasen der Veränderung sehr geholfen und mich gestärkt!

Begleitet hat mich folgender Bibelvers: „Und beständig wird der Herr dich leiten und er wird deine Seele sättigen an Orten der Dürre und deine Gebeine stärken. Dann wirst du sein wie ein bewässerter Garten und wie ein Wasserquell, dessen Wasser nicht versiegt.“ Jesaja 58,11
Katharina Schühle, 20 Jahre, Auszubildende und Studentin der Physiotherapie

Von der ewigen Jugend an der Wursttheke

In der Mitte des Lebens: Wie erleben Mann und Frau das Älterwerden? Antje Rösener und Hansjörg Federmann tauschen sich per E-Mail über ihre „Midlife Brise“ aus. Ihre Meinung: Humor könnte die Lösung sein.

Lieber Hansjörg,

letzten Montag bekam ich eine Mail, von der ich dir erzählen muss: „Heute ist IT-GAVKF“ – stand da unter Betreff. I-T-G-A-V-K-F – alles in Großbuchstaben! Ich war echt verwirrt. I könnte für international stehen und T für Tag, aber das Kürzel war viel zu lang ... ich hatte keine Ahnung. Ungeduldig öffnete ich die Mail und las: „Heute ist der Internationale Tag der gut aussehenden und verdammt klugen Frau. Also sende diese Nachricht an jemanden, auf den diese Beschreibung perfekt passt. Bitte schicke sie nicht an mich zurück, weil ich ja schon von einer verdammt gut aussehenden klugen Frau diese Nachricht erhalten habe und somit eine verdammt gut aussehende kluge Frau bin. Viele Grüße und: Habe einen wunderbaren Tag!“

Ich war echt perplex und wusste immer noch nicht so recht. Mal was anderes, dachte ich, kennst du noch nicht und scrollte weiter nach unten. Lauter kleine Comicfrauen waren da zu sehen, die wunderbare Sprüche von sich gaben: „Das Alter ist kein Platz für Weichlinge“, stand da zum Beispiel. Oder besser: „Wenn du schon kein gutes Beispiel sein kannst, sei wenigstens eine grausame Warnung.“ Oder noch besser: „In mir lebt eine schlanke Frau, die rauswill. Und ich kann sie nur mithilfe von Keksen zum Schweigen bringen.“



Antje Rösener (Jahrgang 1961) ist Geschäftsführerin des Ev. Erwachsenen-Bildungswerks Westfalen und Lippe e.V. in Dortmund. 2007 wurde ihr der Deutsche Predigtpreis verliehen. Die Autorin mehrerer Bücher ist verheiratet und hat zwei Kinder.

Jetzt war ich hellwach und musste nur noch lachen. Alle Montagmorgen-Müdigkeit war verflogen. Auf der Stelle juckte es mich in den Fingern. Natürlich besaß ich auch ein paar Freundinnen und Kolleginnen, die diesen internationalen Tag der gut aussehenden und verdammt klugen Frau auf keinen Fall verpassen soll-

ten. Klick, und schon war es passiert. Schon flogen die Mails quer durch Deutschland, von einem Schreibtisch zum nächsten. Ich lehnte mich genüsslich zurück und stellte mir vor, wie irgendwo an einem anderen Schreibtisch eine Freundin lauthals zu lachen beginnt! Eben noch im Montagmorgentran und von jetzt auf

gleich sitzt sie lachend im Stuhl. Als ich mir danach einen Kaffee holte, dachte ich: Humor ist so was Wundervolles. Es müsste ein Schulfach geben, in dem nichts anderes geübt wird, als das Leben humorig zu nehmen. Und gerade so unangenehme Themen, wie das Älterwerden bei uns Frauen ..., sind doch mit Humor am ehesten zu meistern.

Ich habe die Männer eben bewusst nicht genannt ..., weil ich tatsächlich glaube, dass wir das Älterwerden unterschiedlich erleben. Zumindest bilde ich mir immer ein, dass der Stress der Männer mit dem Alter frühestens bei 60 beginnt ..., denn angeblich sind sie ja davor noch immer „in den besten Jahren“. Während das bei uns Frauen doch wesentlich eher losgeht.

Darüber rede ich übrigens selten. Und es gibt auch nur ganz wenige ältere Freundinnen, mit denen ich darüber gesprochen habe. Dabei habe ich mir schon vor Längerem vorgenommen, ältere Frauen mal zu fragen, was ihnen eigentlich am meisten geholfen hat beim Älterwerden. Aber es findet sich so selten eine Gelegenheit, dieses in die Tat umzusetzen. Deswegen fand ich vielleicht die Mail und vor allem die Bildchen und Sprüche darin so gut: Da wurden einfach ein paar Witze gemacht über dieses tabuisierte Thema. Das ist irgendwie befreiend, das löst die Zunge. Das macht es so leicht, normal und alltäglich.

Vor zwölf Jahren war ich mal mit meinem Mann auf einem Psychoseminar. Ein amerikanisches Paar leitete das. Die meiste Zeit haben Männer und Frauen getrennt gearbeitet. Es gab einen Abend, da setzten sich die drei ältesten Frauen in die Mitte und wir anderen durften fragen, was wir auf dem Herzen hatten. Das muss ein Ritual aus der indianischen Tradition sein. Es war klasse, ich erinnere mich, dass auch die jungen Mädchen ganz ernsthafte und drängende Fragen hatten.

So was haben wir viel zu wenig – oder hast du ältere männliche Freunde, mit denen du darüber sprichst oder die für dich so was wie Ratgeber sind?

Liebe Antje!

Erstmal eine Antwort aus dem Fach Humor: Manchmal fühle ich mich alt. Dann gehe ich Brötchen kaufen. Oder Wurst. Wenn ich dran bin, schau ich abwesend zur Seite ... und dann kommt es garantiert: „Was darfs denn sein, junger Mann?“ Herrlich. Ich glaube, Verkaufstheken sind der einzige Ort, wo man ewig jung bleibt.

Aber zu deiner Frage: Ich kann mir kaum Männer vorstellen, die gern übers Älterwerden reden. Allenfalls, dass man in einer munteren Runde die Älteren mal anfrotzelt: „Na, übersteht deine Bandscheibe noch eine Nacht auf der Luftmatratze oder muss es schon der orthopädische Lattenrost sein?“ Manchmal ein spontaner Schulterschluss: „Wir sind auch schon ganz schön alte Säcke geworden, was?“ Wer von den körperlichen Folgen des Älterwerdens spricht, erzählt lieber von überstandenen Leiden als von einer bleibenden Einschränkung. Ich habe den Verdacht, dass Männer sich zwar leichter damit tun, äußerlich zu altern, aber schwer damit zurechtkommen, wenn ihre Vitalität nachlässt. Es ist ja eigentlich herrlich, einen Bauch haben zu dürfen, wenn das Bindegewebe anfängt nachzugeben. Männer dürfen dann im Sommer sogar T-Shirts mit der Aufschrift „Bier formte diesen wunderbaren Körper“ tragen. Aber wehe, wenn der rechte Arm nicht mehr zum Einlochen der Golfbälle, zum Anziehen von Schrauben oder gar zum Binden der Schnürsenkel taugt.

Ich ertappe mich selbst bei der Angst, einmal nutzlos zu sein. Mein Kopf sagt: Das wäre doch auch in Ordnung, einfach nur da zu sein und das Leben zu genießen. Aber mein Inneres rebelliert gegen diese Vorstellung: zu ungeschickt oder zu schwach zu sein, um etwas Brauchbares zustande zu bringen, mich mit Dingen zu beschäftigen, nur um beschäftigt zu sein. Ich glaube, bis sie an diesen Punkt kommen, können Männer das Altern prima aushalten – dann wird es kritisch. Martin Teising, ein Professor aus Frankfurt,

schreibt dazu: „Ältere Männer, die lebenslang gewohnt waren, Konflikte heldenhaft zu lösen, können unvermeidbare Kränkungen und Verluste kaum verarbeiten. Abhängig, ausgeschlossen, sterblich – das sind die grundlegenden Kränkungen im Alter.“ Ich glaube, er hat recht. Aber diese Kränkungen werden kommen. Alle wissen es: Das Alter wird uns vor die Herausforderung stellen, damit zu leben. Menschen früherer Zeiten haben eine Kunst daraus gemacht, sich aufs Sterben vorzubereiten. Deren Frage nach dem Übergang in die Ewigkeit treibt heute kaum mehr jemanden um. Aber die Kunst, sich aufs Altsein vorzubereiten – die möchte ich gerne lernen, bevor es zu spät ist. Wann, meinst du, ist die richtige Zeit dafür. Etwa schon jetzt, Mitte vierzig? Und womit fängt man an?

Mann, du stellst aber Fragen. Ich könnte jetzt verdammt klug antworten und dir schreiben, dass man diese Kunst jeden Tag üben kann. Manchmal überkommt es mich und ich habe Lust, in einem ganz anderen Arbeitsfeld zu arbeiten, im Theater zum Beispiel. Es geht aber nicht, wir brauchen mein Gehalt, Experimente sind nicht drin, also muss ich diesen Wunsch loslassen. Und bei jedem Loslassen lerne ich, dass ich nicht alles in der Hand habe, dass ich „begrenzt“ bin, dass ich mich begnügen muss. Heute Morgen wäre ich fast auf ein anderes Auto aufgefahren ... wir fuhren alle langsam, es hätte mich nicht umgebracht ..., aber mir wurde doch ganz plötzlich wieder klar, dass kein Tag meines Lebens selbstverständlich ist.

Aber ... wenn ich dir etwas weniger klug antworten würde, dann muss ich dir eingestehen, dass ich darüber auch nicht gerne nachdenke. Freiwillig schon gar nicht. Meistens gibt es einen äußeren Anlass, meistens muss mich das Schicksal (oder Gott?) dazu zwingen: Jemand in meinem Alter wird schwer krank und ich kapiere wieder mal: Deine Gesundheit ist ein hohes Gut. Hüte es! Oder ich verrenke mir in der Hektik den Rücken, weil ich drei Dinge auf einmal machen wollte und denke ärgerlich: Du bist nicht mehr zwanzig, begreife es doch endlich. ►

Aber muss ich deswegen eigentlich ein schlechtes Gewissen haben? Das Alter und das Sterben würden in unserer Gesellschaft verdrängt, heißt es immer wieder. Da ist ja auch was dran. Aber eine alte Freundin, die inzwischen schon tot ist, sagte auch mal: Die große Versuchung des Alters ist es, viel zu viel über Krankheiten zu reden.

Humor könnte die Lösung sein: Denn wenn ich einen Witz machen kann über mein Alter, dann stehe ich über den Dingen. Ich muss nichts verschweigen, ganz im Gegenteil, aber das Unabänderliche dient dem Spaß, der Lebensfreude, dem Lachen. Dein Beispiel von der Wursttheke zeigt mir allerdings wieder mal, dass ihr Männer es diesbezüglich doch besser habt. So viele nette Frauen hinter so vielen netten Theken dieser Welt, die alle viel lieber Männer mit Komplimenten umgarren als unsereins.

Wir Frauen müssen uns einfach selbst die Komplimente machen, die uns an den Wursttheken dieser Welt entgehen. Wobei ich mich schon fast wieder in mein Büro begeben könnte, um die herrliche Mail vom I-T-G-A-U-V-K-F ein weiteres Mal quer durch Deutschland zu schicken ...!

Lachende alte Frauen, rührige alte Männer. Beide kommen in der biblischen Geschichte vom Besuch Gottes bei Sara und Abraham vor (1. Mose 18,1–15). Ein hochbetagtes, faltiges Paar, die Wechseljahre lange hinter sich. Als drei Männer des Wegs kommen, zieht Abraham alle Register der Gastfreundschaft: „Ich kann das noch!“ Und dann lassen die Männer, aus denen Gott spricht, den Satz fallen, dass Sara schwanger werden wird. Sie hat längst aufgehört, darauf zu hoffen, und lacht: „Nein danke, körperliche Liebe ... das muss jetzt nicht mehr unbedingt sein.“ Die konnte lachen über das, was nicht mehr geht. Und Gott nimmt ihr das keineswegs übel. Der Sohn, den sie dann doch noch bekommt, wird die Erinnerung an ihr Lachen sogar in seinem Namen tragen. Isaak – so werden die Eltern ihn nennen, bedeutet „das Lachen“. Vielleicht hat es Sara gutgetan, im Alter noch mal



Hansjörg Federmann (Jahrgang 1966) ist Psychologe und evangelischer Theologe. Viele Jahre war er Gemeindepfarrer und ist heute Pfarrer für Fundraising und Mitgliederbindung im Landeskirchenamt der Ev. Kirche von Westfalen. Er ist verheiratet und hat zwei Kinder.

ein Wunder an Fruchtbarkeit zu erleben – und das Lachen hat den Boden dafür bereitet. Ich muss nicht mehr – umso schöner, wenn es doch geschieht. Und Abraham? Seine Rührigkeit als Gastgeber zahlt sich aus. Der Sohn, auf den er immer gehofft hat, wird versprochen und geboren. Sein Altmännertraum, noch immer alles erreichen zu können, erfüllt sich ein weiteres Mal. Vielleicht ist es dennoch für uns Männer ein Segen, wenn Gott uns lehrt, diesen Traum irgendwann loszulassen. Was wäre, wenn er zu uns sagt: „Es kommt nichts Neues.“ Das würde den Abraham in uns zum Lachen bringen: „Wie, nichts Neues? Männer leben doch davon, dass sie sich neuen Herausforderungen stellen. Wenn gar nichts anderes

übrig bleibt, nimm ich zumindest das Altern sportlich.“ Und vielleicht würde Gott dann sagen: „Vertreib mich jetzt nicht mit deinem Streben, dich zu beweisen. Ich bin gern bei dir zu Gast und teile deine Zeit, deine Erinnerungen, deine müden Glieder – und allmählich tauschen wir die Rollen, bis ich ganz dein Gastgeber werde.“ ◆

Der Text ist ein Auszug aus dem Buch „Die Midlife-Brise“ (adeo Verlag, 2011), das inzwischen vergriffen ist. Einzelne Exemplare können bei den Autoren angefordert werden: hj.federmann@arcor.de bzw. antjeroesener@gmail.com.



Leb wohl, auf Wiedersehen!

Deine Bibel-
geschichte

Abschied bedeutet auch Neues!



Noemi und Ruth sind plötzlich alleine. Was sollen sie hier noch? Vor langer Zeit sind sie hierhergezogen, aber nun sind ihre Männer gestorben. Die Äcker und Felder sind verdorrt. Noemi, die Ältere sagt: „Ich gehe zurück in meine alte Heimat, nach Israel.“ Ruth, ihre Schwiegertochter, war aber noch nie in Israel und würde dort fremd sein.



Trotzdem: „Wo du hingehst, geh auch ich hin“, erklärt sie der alten Noemi. Die beiden Frauen lassen alles hinter sich und gehen gemeinsam nach Bethlehem in Israel. Was wird sie erwarten? Noemi ist alt und Ruth ist schutzlos. Doch sie haben Glück!



Lies im Alten Testament nach, was die beiden mutigen Frauen erleben:
Buch Rut 1-4

Geheime Botschaft

Verschenke zum Abschied eine Nuss mit Gruß!
Öffne vorsichtig mit einem Nussknacker eine Walnuss, so dass sie an der Naht in zwei Hälften aufgeht.
Schreibe einen Abschiedsgruß und gute Wünsche auf einen Zettel, falte ihn und lege ihn in eine Nusschälte. Gib etwas Klebstoff auf den Rand der Nuss.
Drücke und klebe die andere Nusschälte darauf.



Von Gott behütet

Viel Segen auf all deinen Wegen! Du verabschiedest dich, aber du gehst trotzdem nicht allein. Gott bleibt an deiner Seite!



Dir gefällt die Kinderseite? In der evangelischen Kinderzeitschrift **Benjamin** findest du noch mehr Geschichten, Bastel- und Kochtipps und Spannendes über Gott und die Welt. **Benjamin** - die evangelische Kinderzeitschrift, die den Glauben lebendig macht. Jeden Monat 24 Seiten zum Lernen, Entdecken und Mitmachen und 4 Seiten Elternbeilage.

Infos unter:
Hotline 0711- 60 100 30
abo@hallo-benjamin.de
www.hallo-benjamin.de

Wenn aus dem Prinz ein Frosch wird

Arthur und Elizabeth Domig geben Einblicke in ihre Ehe und Tipps, wie man kreativ mit Enttäuschungen umgehen und Abschied von (falschen) Vorstellungen nehmen kann.

Ich – Elizabeth – liebe Märchen. Allerdings sollten sie nicht schlimm ausgehen und die Bösen dürfen schlussendlich nicht gewinnen. Bei einem gewissen Märchen jedoch bin ich am Ende jedes Mal in einer eigenartigen Spannung. Es ist das Märchen vom Froschkönig. (Das weniger bekannte Gegenstück dazu heißt: Die Froschprinzessin.) So wunderbar die Geschichte vom verzauberten Prinzen klingt, so sehr würde ich gerne wissen, wie es denn den beiden im Märchenalltag wirklich erging. Was bedeutet der Schluss: „Sie lebten glücklich bis an ihr Ende“? Heißt das bis an ihr Lebensende oder nur bis an das Ende ihrer Beziehung? In meiner Version würde das Ende ungefähr so lauten:

„Nachdem der König und seine Braut vom Traualtar kamen, lebten sie glücklich bis zum Abend. Der König, in Hochstimmung schwebend, hatte sich von ihren Eltern gar nicht richtig verabschiedet. Als er sie dann schwungvoll über die Schwelle des Schlafzimmers trug, stieß sie die Knöchel am Türpfosten an und verlor ihren rechten zierlichen Schuh. Dann ließ er sie auch noch unsanft aufs Bett fallen, und jetzt war sie sicher, seine Froschhände gespürt zu haben. Das durfte doch nicht wahr sein! Würde sich ihr Bräutigam jetzt noch vor der Hochzeitsnacht wieder in einen Frosch zurückverwandeln? Natürlich waren ihre Ängste unbegründet und die erste Hälfte der Flitterwochen (eigentlich nur vier Tage!) war ein Traum.“

Am dritten Tag, auf dem Heimweg nach einer ausgedehnten Wanderung, kamen sie an einem Teich vorbei, wo er unbedingt

noch schwimmen wollte. Sie war hungrig und sehnte sich nach einer richtigen Dusche mit sauberem Wasser. Wer konnte sich nur in einem Tümpel wohlfühlen? Doch nur ein Frosch! Und sie war sauer. Doch später war er wieder ganz der ihr so vertraute Liebhaber. Fröhlich hielt er ihre Hand und summete ein Lied. Am nächsten Tag bereitete er ihr ein tolles Frühstück zu. Sie würden immer glücklich sein, dachte sie.

Bald ging der Alltag los und immer öfter beobachtete sie seine besorgte Miene. „Was bedrückt dich, mein Liebster?“, fragte sie. Er konnte es nicht genau sagen, außer, dass er eine Art Druck verspürte, da sein Job zusätzliche Auslandsreisen erfordern und er für sie beide nicht mehr so viel Zeit haben würde. Sie versuchte ihn zu trösten und verschwieg ihm ihre eigenen Sorgen.

In den folgenden Monaten und Jahren gab es immer wieder Überraschungen, manchmal schmerzliche und manchmal schöne. In der Regel verging kaum eine ganze Woche, wo sie durch sein Verhalten nicht auch an den Frosch von früher erinnert wurde. Ebenso oft jedoch fühlte sie sich geborgen und geliebt. Mit der Zeit lernte sie, auch mit seinem froschähnlichen Verhalten zu leben, manches zu verstehen und anderes sogar zu lieben. Und er? Er verriet es nur seinem besten Freund, dass er eben auch nur eine Froschprinzessin geheiratet hatte.“

Elizabeth erzählt dazu aus ihrem Leben:

Meine eigenen Eltern hatten keine liebevolle Ehe geführt und stritten sich fast andauernd. Oft sagte meine Mutter: „Als ich

deinen Vater heiratete, dachte ich, er sei so ..., aber leider ist er ganz anders!“ Wie oft habe ich diesen traurigen Satz von ihr hören müssen, als sie über meinen Vater klagte. Meine Eltern heirateten nur drei Monate, nachdem sie sich kennengelernt hatten. Und offensichtlich gab es viele Enttäuschungen! Daraufhin habe ich entschieden, meinen zukünftigen Mann so gut kennenzulernen, dass ich nie sagen müsste: „Ich habe mich in dir getäuscht.“

Als ich Arthur kennenlernte, wollten wir unsere Beziehung langsam und sorgfältig angehen. Wir haben miteinander alle möglichen Lebenssituationen durchlebt, zum Beispiel bei der Arbeit, in der Freizeit, unter Freunden und bei unseren Herkunftsfamilien. Wir haben auch sehr intensive Gespräche geführt über Themen wie Lebensziele, Umgang mit Geld, Sexualität, Familienplanung, Kindererziehung etc. In den nun mehr als dreißig gemeinsamen Jahren haben wir viel Freude miteinander erlebt und auch schwere Zeiten durchgemacht. Aber es gab keine so böse Überraschung, bei der ich hätte sagen müssen: „Arthur ist ganz anders als am Anfang unserer Beziehung.“

Natürlich gab es Frustrationen und Enttäuschungen, aus denen ich lernen musste. Im Laufe der Zeit habe ich drei verschiedene Gründe für Enttäuschungen, bzw. Missverständnisse entdeckt:

1. **Übersteigerte Träume und unrealistische Erwartungen meinerseits.**
2. **Realistische Erwartungen, die ich aber nicht deutlich genug angesprochen habe.**

3. Erwartungen und Wünsche, die mir trotz klarer Kommunikation nicht erfüllt werden.

Übersteigerte Träume

Ich erinnere mich noch gut an jene Autofahrt in unserem ersten Ehejahr. Wir hatten ein Seminar abgehalten und zwei Tage angestrengt gearbeitet. Es war 18 Uhr, als wir endlich ins Auto stiegen, um die zwei Stunden nach Hause zurückzufahren. Ich war bereits hungrig und träumte still vor mich hin, wie schön es jetzt wäre, unterwegs bei einer Raststätte zu halten und ein gemütliches Abendessen zu genießen. Ich habe aber nichts von meinem Wunsch geäußert, weil ich so sicher war, dass Arthur das Gleiche denkt. Jeden Moment wird er sagen: „Schatz, wir waren heute so fleißig. Lass uns jetzt Halt machen und etwas Gutes essen.“ Geduldig saß ich auf dem Beifahrersitz und wartete auf diese romantische Einladung. Aber je mehr wir uns unserem Zuhause näherten, umso tiefer sank mein Gemüt. Als Arthur fröhlich und nichts ahnend das Auto vor unserem Haus parkte, war ich so stinksauer, dass ich ohne Wort ausstieg und die Tür zuschlug! Ich war bitter enttäuscht!

Wie konnte er nur so gefühllos und unsensibel sein? Hatte er nicht gespürt, dass ich hungrig und müde war? Wenn er mich wirklich liebte, dann hätte er mir meine Wünsche von den Augen ablesen können! Heute lachen wir über diese Begebenheit, aber ich denke, das ist ein gutes Beispiel einer unrealistischen Erwartung, nämlich dass mein Partner meine Gedanken lesen kann und genau weiß, was ich brauche. Arthur war übrigens sehr glücklich, zu Hause angekommen zu sein, da im Kühlschrank noch Brot und Käse auf ihn warteten!

Realistische Erwartungen

Es gibt auch realistische Erwartungen, die deshalb nicht in Erfüllung gehen, weil sie nicht richtig bzw. deutlich ausgesprochen sind. Von dieser Art Enttäuschung könnte ich viele Geschichten erzählen! Ein gutes Beispiel dafür war mein Geburtstag im ersten Ehejahr. Arthur und ich hatten nie darüber gesprochen, wie wir Geburtstage



© Syda Productions - Fotolia.com

feiern möchten. Ich habe einfach angenommen, dass jede Familie so feiert, wie wir es zu Hause gemacht haben – mit einer köstlichen Torte, vielen liebevoll eingepackten Geschenken auf einem schön geschmückten Tisch. Voll freudiger Erwartung bin ich also an meinem Geburtstag aufgewacht und war sehr neugierig zu sehen, was mein lieber Mann alles vorbereitet hatte. Die Enttäuschung war aber groß, als ich zum Frühstückstisch kam und nichts Besonderes sah, außer einer neuen Dose Schwarztee. „Happy Birthday!“ sagte Arthur. „Ich habe Dir zum Ge-

burtstag einen besonderen Tee gekauft, weil du gerne Tee trinkst.“ Vielleicht bemerkte er mein enttäuschtes Gesicht, jedenfalls fügte er schnell hinzu: „Ich habe überlegt, Dir ein Parfum oder Schmuck zu kaufen, aber ich hatte keine Ahnung, was Du gern hast.“

Ja, diese erste Geburtstagsfeier in der Ehe war eine große Enttäuschung! Später habe ich erfahren, dass in Arthurs Herkunftsfamilie – einer Bergbauernfamilie mit acht Geschwistern – Geburtstage nicht sonderlich gefeiert wurden, sondern nur die Na- ▶

menstage, aber auch eher bescheiden. Im Internat durfte Arthur zu seinem Namens- tag die Kerze auf dem Tisch des Erziehers anzünden. Das war alles. Bald lernte ich, dass mein Mann eigentlich sehr gerne meine Wünsche erfüllt, wenn er einmal weiß, welche es sind! Früher meinte ich, Geschenke seien nur wertvoll, wenn sie als Überraschung kommen. Aber Arthur hat mir gestanden, dass er sich in diesem Bereich nicht so leicht tut und er es schätzt, wenn ich ihm ein paar geheime Wünsche verrate. Also bin ich ihm entgegengekommen und heute fällt es mir leichter, ihm zu sagen, was ich mir zum Geburtstag, an Weihnachten oder auch so zwischendurch wünsche.

Unerfüllte Wünsche

Es gibt noch einen dritten Bereich, wo Ehepaare immer wieder Enttäuschungen erleben. Es sind dies jene Bereiche, wo

Erwartungen und Wünsche zwar klar ausgesprochen worden sind, wo es aber dem Partner aus irgendeinem Grund nicht möglich ist, sie zu erfüllen. Der Grund dafür kann sehr unterschiedlich sein: Vielleicht ist es unsere Lebenssituation, der Gesundheitszustand oder finanzielle Enge. Die meisten Enttäuschungen jedoch erleben wir im Bereich unserer unterschiedlichen Persönlichkeiten mit ihren Ausprägungen und Begrenzungen. Arthur kommt von einer recht musikalischen Familie und kann gut singen und Gitarre spielen. Ich habe zwar Musik sehr gern, bin aber leider auf diesem Gebiet überhaupt nicht begabt. Als Arthur erkannte, dass ich in dem Bereich nicht seiner Traumfrau entspreche, war er ziemlich enttäuscht. Obwohl er inzwischen damit fertig geworden ist, kommen immer wieder Gelegenheiten, wo ihm diese Enttäuschung neu bewusst wird, z. B. bei Ad-

ventfeiern oder anderen Festen, wo er seine Gitarre herausholt und in der Familie singen möchte. Gott sei Dank sind unsere Kinder alle sehr musikalisch geworden und können hier ihren Vater gut unterstützen!

Umgekehrt wollte ich immer gern einen Mann haben, der weit vorausplant, wichtige Vorbereitungen macht und alles bis ins Detail organisiert. Arthur jedoch ist eher ein spontaner Typ, der sich ungern im Voraus festlegt. Sogar in die Flitterwochen sind wir einfach Richtung Süden losgefahren, ohne vorher einen Platz zu reservieren! Solche Aktionen machen mich jedes Mal recht nervös. Nach vielen Versuchen, meinen Mann zu ändern, musste ich endlich erkennen, dass er auf diesem Gebiet nicht meinen Idealvorstellungen entspricht – und es wahrscheinlich auch nie tun wird.



© Syda Productions - Fotolia.com

Arthur ergänzt dazu: Übersteigerte Träume

Ja, übersteigerte Träume können unser Leben stark belasten. Andererseits sollten wir unsere Hoffnungen und Erwartungen nicht von vornherein begraben, auch wenn sie dem Partner zu romantisch und überzogen vorkommen mögen. Es geht eher darum, achtsam mit ihnen umzugehen und bei einem „romantischen Irrtum“ eventuell doch Teilergebnisse anzustreben.

Folgende Schritte können dazu helfen:

Erster Schritt: Wenn Erwartungen trotz klarer Bitte wiederholt nicht erfüllt wurden, empfiehlt es sich, eine Vertrauensperson zu konsultieren und das Anliegen zu besprechen. Im Austausch mit erfahrenen und ehrlichen Menschen können eventuelle unrealistische Erwartungen leichter als solche erkannt werden.

Zweiter Schritt: Falls man einsieht, dass eine Erwartung eher eine romantische Übersteigerung war, kann man gemeinsam überlegen, was von diesem Traum oder dieser Erwartung erfüllbar ist. Oft genügt auch schon eine Teilverwirklichung, um übersteigerte Erwartungen loslassen zu können. Dies kann zusätzlich die Selbstkompetenz und den Selbstwert beider Partner steigern und die Beziehungsqualität verbessern.

Realistische Erwartungen

Wenn es für jemand, wie im Falle meiner Frau, wichtig ist, Geschenke mit schönem Papier eingepackt zu erhalten, ist das eine realistische Erwartung. Jeder kann ein Geschenkpapier um einen Karton wickeln oder dies im Geschäft machen lassen (außer man ist ein Naivling mit Froschgehaube, wie ich es damals war!). Wenn man seine Gedanken dem Partner mitteilt, sollte man allerdings darauf achten, dass man Wünsche als Wünsche und nicht als Forderungen formuliert. Manchmal braucht es viel Geduld und die Bereitschaft, ohne Vorwürfe die Bitten zu wiederholen, wenn sich nicht gleich das erhoffte Verhalten einstellt.

Wenn ausgesprochene realistische Erwartungen über längere Zeit hinweg nicht erfüllt werden, gibt es eigentlich

nur zwei Möglichkeiten: Entweder mein Partner schätzt meine Wünsche nicht oder er kann tatsächlich trotz seines persönlichen Bemühens meine Erwartung nicht erfüllen. Im ersten Fall könnte dies eine ernste Beziehungskrise bedeuten und sollte dringend mit geschulten Beraterpersonen besprochen werden. Der zweite Fall kommt häufig vor und weist auf ein möglicherweise „unlösbares Problem“ hin, weil es mit einer tief sitzenden Persönlichkeitsstruktur zu tun hat.

Ausgesprochene, aber unerfüllte Wünsche

Elizabeth hat geschildert, wie sie am Anfang unserer Ehe über meine „Gabe zur Improvisation“ verwirrt und oft frustriert war. Sie nannte es meine „Schwäche der Organisation“. Ich jedoch war meinerseits überzeugt, eine zwanghafte Frau geheiratet zu haben, die alles bis ins Detail genau planen muss. Nachdem wir eine Zeit lang die enttäuschende Andersartigkeit erlebt hatten, entdeckten wir irgendwann auch die Faszination der Ergänzung. So lernte sie, dass es durchaus Situationen gibt, die am besten spontan improvisiert werden, eine Tischrede zum Beispiel oder ein Überraschungsbesuch bei Freunden. Denn manchmal kann es ganz schön stressvoll werden, wenn man alles im Leben planen will.

Ich hingegen lernte es zu schätzen, wenn meine Frau mir half, wichtige Termine früh genug zu planen und konsequent durchzuziehen, ohne mich von neuen Ideen ablenken zu lassen. Es ist ja bekannt, dass die Ideen von Visionären (wie ich es bin) nur

in dem Maße verwirklicht werden, wie sie von stetigen, gewissenhaften Praktikern (wie es meine Frau ist) umgesetzt werden. Das ist der Segen der gegenseitigen Ergänzung in der Ehe! Wo wir früher einander Vorwürfe gemacht hatten wegen unserer Unterschiedlichkeiten, können wir heute genau diese Verschiedenheit genießen. Letztlich möchte jeder so geliebt werden, wie er ist und nicht erst, nachdem er vom Partner „zurechtgestutzt“ wurde. Diese Wahrheit hat der Dichter Eugen Roth so ausgedrückt: „Nörgeln ist das Allerschlimmste. Keiner ist davon erbaut, keiner fährt, und wär's der Dümme, gern aus seiner werten Haut!“

Fazit

Wir alle kennen und erfahren, dass wir uns im Laufe eines gemeinsamen Lebens von so manchen Erwartungen und Wünschen verabschieden müssen. Vollständigkeitshalber möchten wir erwähnen, dass wir uns in so manchen Situationen, am Ende mit unserer Weisheit und Kraft, zu Gott hingewandt haben. Dabei haben wir beide erlebt, wie er unser Gebet erhört und uns, wenn auch sehr unterschiedlich, antwortete. Manchmal hat er uns zur Veränderung befähigt, manchmal uns von unserem Egoismus und unserer Sturheit überführt, manchmal einfach auch Gelassenheit und einen Schuss Humor geschenkt. Auch heute fühlen wir uns auf unser Bitten hin immer wieder neu in seinen Frieden hineingenommen, dessen wir uns bereits beraubt gesehen hatten. So sind wir trotz mancher unerfüllter Wünsche gerne miteinander verheiratet. ◆

ARTHUR UND ELIZABETH DOMIG



unterrichten als diplomierte Lebensberater in verschiedenen Beratungs-Ausbildungen und halten Vorträge hauptsächlich im deutschsprachigen Raum. Ihre Themenschwerpunkte sind Persönlichkeit, Partnerschaft und Familie. Sie haben drei erwachsene Kinder und leiten gemeinsam das Institut für Systemische Bildung und Beratung in Salzburg (www.isbb.at).

„Es gibt keine perfekten Eltern“

Eine der größten Aufgaben ist es, die eigenen Kinder in ein selbstständiges Leben zu begleiten. Aber wie eng darf die Begleitung der Eltern sein, wie viel ist genug, damit das Kind für das Leben gewappnet ist? Sandra Boltz, u. a. verantwortlich für die Mutter-Kind-Wohngruppe im Kinderhaus Saalstraße in Korntal, macht Eltern Mut und beschreibt im AKZENTE-Interview wie der nötige und positive Ablösungsprozess gelingen kann.

AKZENTE: *Zurzeit ist der Begriff „Resilienz“ in aller Munde. Was bedeutet dieser Begriff und warum ist sie so wichtig für Kinder?*

Sandra Boltz: Resilienz heißt wörtlich „abprallen“. Es ist die Fähigkeit, Widerstandskräfte zu entwickeln und auch aus schwierigen Situationen relativ unbeschadet herauszugehen.

Es gibt verschiedene Faktoren, die Kinder krisenfest machen. Einige sind angeboren, wie Intelligenz, Humor oder auch das Aussehen. Manche Kinder sehen so süß aus, dass man sie sofort ins Herz schließt, ohne dass sie viel dazu beitragen. Andere Kinder sind positiv eingestellt und machen das Beste aus Problemen.

Aber es gibt auch äußere Faktoren. An erster Stelle sind die Eltern zu nennen. Sie prägen ihre Kinder. Wenn sie eine feste Bindung zu ihrem Kind aufbauen und es in seinen Fähigkeiten bestärken, dann wird das Kind selbstbewusst und resilient.

AKZENTE: *Und was, wenn Eltern dies nicht leisten?*

Sandra Boltz: Für ein Kind ist es wichtig, mindestens eine feste Bezugsperson zu haben, um eine stabile Bindung aufbauen zu können. Es ist auch möglich, dass diese Beziehung durch andere Personen übernommen werden, wie beispielsweise durch die Großeltern oder auch die Nachbarn, zu denen das Kind immer wieder gehen kann, wenn die Eltern oft weg sind

oder keine Zeit haben. Oder eine andere Person, die an das Kind glaubt und es in seinen Fähigkeiten bestärkt.

AKZENTE: *Sie sind verantwortlich für fünf stationäre Wohngruppen der Jugendhilfe Korntal, darunter auch eine Mutter-Kind-Wohngruppe. Was kann man sich genau darunter vorstellen?*

Sandra Boltz: In unserer Mutter-Kind-Wohngruppe, die die einzige dieser Art im Landkreis Ludwigsburg ist, leben sechs Mütter mit insgesamt acht Kindern. Viele der Mütter, die zu uns kommen, hatten selbst eine schwierige Kindheit und Jugend und müssen lernen, was es bedeutet, eine gute Mutter zu sein. Andere haben Probleme, mit Geld umzugehen, Struktur in ihren Alltag zu bekommen oder mit all den Themen, die mit einem Kind auf sie einstürzen umgehen zu können.

AKZENTE: *Was können die Mütter dort lernen?*

Sandra Boltz: Wichtig ist, dass die Mütter die Bedürfnisse von Kindern sehen und gut darauf eingehen können: Was braucht mein Kind gerade? Welche Signale sendet es aus? Was meint mein Kind, wenn es schreit? Braucht es Nähe, Essen oder einfach nur Ruhe? Außerdem ist es wichtig, dass die Mütter Geduld mit ihrem Kind haben. Es soll spüren: Meine Mama liebt mich, sie verbringt gerne Zeit mit mir, sie findet mich toll.

AKZENTE: *Was sollen die Kinder in der Wohngruppe erfahren?*

Sandra Boltz: Die Kinder, die zu uns in die Wohngruppe kommen, sind häufig erst ein paar Wochen oder Monate alt. Was die Mütter im Umgang mit ihren Kinder jetzt im Rahmen der Wohngruppe verändern und entwickeln, ist eine Grundlage, die sie ihr ganzes Leben begleiten wird. Denn die ersten Jahre sind ganz bedeutend für das Leben eines Kindes. Je früher man bei einem Kind ansetzt, etwas zu verändern, desto größer ist die Veränderung für ihr gesamtes Leben. Das motiviert uns Mitarbeiter: Wir haben das Privileg, die Mütter dabei zu unterstützen, ihren Kindern einen guten Start ins Leben zu geben.

AKZENTE: *Viele Eltern sind wahnsinnig besorgt, ob sie in der Erziehung ihrer Kinder auch alles richtigmachen. Sie sorgen sich, ob das Kind das Abitur schaffen kann, schleppen schon Babys zu Frühförderkursen und sind am Ende total gestresst.*

Sandra Boltz: Es gibt keine perfekten Eltern. Eltern machen Fehler und das ist auch in Ordnung so, denn letztendlich müssen die Kinder auch lernen, wie man mit Fehlern umgeht, und da sind die Eltern die idealen Modelle, die vorleben können, wie man das macht.

Eltern, die alles perfekt machen wollen, sollten dagegen eine innere Gelassenheit entwickeln. Sie können sich sagen: Ich tue



Sandra Boltz: Der Ablösungsprozess beginnt bereits mit der Geburt

das, was ich tun kann, und ich gebe mein Bestes. Aber wenn ich mich nur stresse, weil ich alles perfekt machen will, dann spürt das mein Kind und dieser Stress tut meinem Kind nicht gut.

AKZENTE: *Stichwort „Helikoptereltern“, also Eltern, die ständig um ihre Kinder herumschwirren, um sie zu bewachen und zu behüten. Was würden Sie solchen Eltern raten?*

Sandra Boltz: Auch hier gilt: Zu viele Ängste sind nicht hilfreich, weder für das Kind noch seine Eltern! In den ersten Jahren sprechen die Kinder noch nicht, sie nehmen aber Emotionen wahr. Die Kinder spüren, wenn die Eltern in ständiger Angst sind, und diese Angst überträgt sich auf das Kind.

AKZENTE: *Sollten sich die Eltern also von den hohen Erwartungen, die sie an ihr Kind haben, verabschieden?*

Sandra Boltz: Erwartungen sind generell gut, weil das Kind ja auch gefordert und

gefördert werden soll. Aber sie sollen das Kind nicht überfordern.

Was das richtige Maß an Förderung ist, hängt stark vom Kind ab. Wichtig ist, zu sehen: Wo kann ich mein Kind fördern und seine Schwächen ausgleichen, was braucht es? Unabhängig von dem, was ich möchte.

Manche Kinder sind sehr neugierig und saugen alles in sich auf. Manche sind sehr ängstlich und benötigen besonders viel Nestwärme und Sicherheit. Und manchmal auch mehr Zeit für Entwicklungsschritte als ihre Altersgenossen.

AKZENTE: *Sollten sich Eltern auch von den hohen Erwartungen, die sie an sich selbst als Eltern haben, verabschieden?*

Sandra Boltz: Alle Mamas und Papas wollen gute Eltern sein. Man sollte in sich hineinhorchen: Was ist meine innere Haltung? Wenn es Eltern schaffen, gelassen zu sein, dann gibt das auch den Kindern mehr Ruhe im Alltag. Kinder schaffen es immer, die Schwachstelle,

den roten Knopf der Eltern zu finden. Das ist sehr gut: Die Kinder schulen den Charakter und die ganze Persönlichkeit der Eltern – wenn sich diese darauf einlassen und auch ihre Schwachpunkte angehen.

AKZENTE: *Wieviel Führung braucht ein Kind? Wie viel Freiheit benötigt es?*

Sandra Boltz: Ein Kind sollte im Laufe des Lebens lernen, mit Entscheidungen umgehen zu können. Im Kleinkindalter sind Kinder mit zu vielen und zu großen Entscheidungen überfordert. Wenn eine Mutter beispielsweise beim Einkaufen an der Wursttheke ihr Kleinkind fragt: Welche Wurst willst du haben? Dann kann es sein, dass das Kind sich auf den Boden legt und schreit. Es ist überfordert mit der Entscheidung.

Deshalb entscheiden die Eltern am Anfang, wenn die Kinder ganz klein sind, und nicht das Kind. Im Kleinkindalter kommt der nächste Schritt, wo das Kind lernt, kleine Entscheidungen zu treffen, und zum Beispiel wählen kann, ob es die gelbe oder rote Marmelade aufs Brot will. In anderen, komplexen Situationen brauchen die Kinder aber in diesem Alter noch Klarheit. Da müssen sich Eltern hinstellen und sagen: „So ist es jetzt!“

AKZENTE: *Und wie sieht es im Schulalter aus?*

Sandra Boltz: Im Schulalter müssen Kinder lernen, dass Entscheidungen Konsequenzen mit sich bringen. Wenn ich mich entscheide, abends mit meinen Freundinnen länger auf der Straße zu bleiben, dann muss ich am nächsten Tag zu Hause bleiben.

AKZENTE: *Und dann kommt die Pubertät ... Spätestens jetzt wollen die Kinder nur noch „ihr Ding“ machen, oder?*

Sandra Boltz: Die Pubertät ist die extremste Form der Ablösung in der Entwicklung eines Kindes, wo es darum geht, dass die Kinder erwachsen werden möchten, was sie natürlich noch nicht sind. Diese Spannung ist das Problem. Viele Pubertierende sind auch mit sich selbst überfordert und die Eltern sind ratlos, wie sie mit ihrem Kind umgehen sollen. ►

In der Pubertät finde ich ganz wichtig, dass Eltern ihre Kinder ernst nehmen, auch wenn sie manchmal Dinge tun, wo man denkt: Das kann ich nicht ernst nehmen. Es geht darum, sich als Eltern herausfordern zu lassen, ins Gespräch zu gehen, sich mit dem Kind im wahrsten Sinne des Wortes „auseinandersetzen“. Das kann heißen, dass es auch mal einen Streit mit dem Kind gibt, wenn Eltern klare Grenzen festlegen. Aber auseinandersetzen kann auch heißen, ich setze mich mit meinem Leben auseinander. In der Pubertät machen sich Jugendliche viele tiefgründige Gedanken über das Leben. Sie „philosophieren“, stellen alles infrage. Hier ist es wichtig, sich infrage stellen zu lassen und mit den Jugendlichen gemeinsam Dinge durchzudenken und zu hinterfragen. Jugendliche wollen ernst genommen werden, diese Haltung der Erwachsenen kann einer Beziehung in dieser Phase sehr helfen.

AKZENTE: *Das heißt, Eltern müssen ihre Kinder immer mehr in die Freiheit und Selbstständigkeit verabschieden?*

Sandra Boltz: Für Eltern beginnt bereits mit der Geburt ihres Kindes ein Ablösungsprozess. Die Kinder werden jeden Tag ein Stück selbstständiger. Jeder Tag ist ein kleiner Abschied.

Als Eltern ist es wichtig, sich das bewusst zu machen. Ablösung ist etwas Positives. Schon von Anfang an ist es das Ziel, dass mein Kind auf eigenen Beinen stehen kann. Die Frage ist, was möchte ich für mein Kind? Es ist wichtig, dass Eltern bereit sind, das Kind gehen zu lassen und es nicht an sich zu binden, weil sie die Nähe selber brauchen. Wenn man als Eltern das Kind gehen lässt, dann wird es von selbst zurückkommen. Wenn man es an sich bindet, dann ist die Gefahr, dass das Kind nie auf eigenen Beinen stehen kann. Und das ist für das Kind nicht gut.

AKZENTE: *Und was mache ich, wenn sich mein erwachsenes Kind in eine Richtung entwickelt, die mir gar nicht gefällt?*

Sandra Boltz: Man hat nicht alles in der Hand, auch die besten Eltern können es nie ganz verhindern, dass das Kind vielleicht sogar mal im Knast landet. Das ist



© pixelheadphoto - Fotolia.com

Das Angebot steht: „Ich bin für dich da, ich möchte dir helfen!“

schwierig, man gibt zwar die Verantwortung als Eltern ab, wenn das Kind erwachsen ist, aber man wird immer Eltern sein, egal wie alt das Kind ist. Als Eltern sollte man das Angebot machen: „Ich bin für dich da, ich möchte dir helfen!“ In manchen Fällen ist es sicherlich hilfreich, Hilfe von außen zu holen.

AKZENTE: *Kann Ihrer Meinung nach der christliche Glaube Eltern helfen, ihr Kind loszulassen?*

Sandra Boltz: Ja, auf jeden Fall! Wenn ich weiß, da ist noch jemand, der mein Kind in seiner Hand hält und darüber wacht, dann

kann ich für mein Kind beten, es segnen und unter Gottes Schutz stellen. Klar steht dem Kind immer noch offen, die Entscheidungen zu treffen, dieses Geschenk Gottes an uns anzunehmen oder abzulehnen. Aber ich weiß: Ich und mein Kind sind nie allein! Er ist immer da! Dieses Vertrauen gibt mir innere Ruhe und ich kann dieses Vertrauen meinem Kind mit auf den Weg geben. Ich kann meinem Kind sagen, da ist Gott, der dich begleitet, der für dich da ist. Ob das Kind das annimmt, ist wiederum seine freie Entscheidung.

AKZENTE: *Danke für das Gespräch.*

SANDRA BOLTZ



arbeitet als Fachleitung der Mutter-Kind-Wohngruppe im Kinderhaus Saalstraße und vier weiteren stationären Wohngruppen der Jugendhilfe Korntal sowie als Systemische Kinder- und Jugendtherapeutin (www.jugendhilfe-korntal.de).

Den Abschied zum Segen machen

Das Leben ist voller Abschied. Menschen, die einander etwas bedeuten, gehen auseinander – sei es im Guten oder im Bösen. Menschen, die uns nahe stehen, gehen von uns oder wir lassen Menschen, die uns nahe stehen, zurück. Wir nehmen Abschied von Vertrautem, von Orten und gemeinsamen Zeiten, von unserer Kindheit, von Lebensphasen. Wir nehmen Abschied von Arbeitsstellen und wenden uns neuen Aufgaben zu. Wir nehmen alle irgendwann, irgendwo, auf irgendeine Weise Abschied. Er gehört zum Leben, aus dem wir alle eines Tages für immer werden Abschied nehmen müssen. Abschied nehmen ist eine innere und äußere Handlung und oftmals mit einem Schmerz verbunden.

Sackgasse für die Gedanken

Vor denen, die gehen, liegt eigentlich immer ein Neues. Sie müssen nach vorne sehen, wenn sie an ihr Ziel gelangen wollen. Die, die zurückbleiben, blicken ihnen hinterher. Sie können nicht mitgehen – Abschied eben. Schon der Gedanke an Abschied tut uns weh. Und dann rührt sich vielleicht auch unser altes kulturelles Erbe, wonach im Germanischen der Ausdruck „im Elend sein“ gleichbedeutend damit ist, abgeschieden, also im Abschied von der Heimat, leben zu müssen. Abschied tut weh. Das ist irgendwie eine Sackgasse für die Gedanken.

Abschied auf Hebräisch

Auf der Suche nach Abschiedserzählungen, von denen wir hier etwas lernen könnten, stoße ich in der Bibel zuerst auf die Geschichte der Rebekka. Sie wird von ihrer Familie verabschiedet, als sie sich auf den weiten Weg macht, um ihren zukünftigen Ehemann Isaak zu treffen.

Nach germanischem Verständnis ginge sie „ins Elend“. Aber im ersten Buch Mose, Kapitel 24 wird diese Geschichte ganz anders erzählt. Sie geht keinesfalls ins Elend. Sie nimmt zwar Abschied von ihrer Heimat und der Familie, aber vor ihr liegt eine neue Zeit. Es ist in der Tat die erste Abschiedsgeschichte in der Bibel. Und es überrascht mich, dass das hebräische Wort, das hier zum ersten Mal für Abschied gebraucht wird, aus dem Wort „Segnen“ abgeleitet ist. Es ist daher nicht zu viel gesagt, dass Abschied im Hebräischen im Grunde Segnen bedeutet.

Rebekka blickt nach vorn. Vor ihr liegt ein Neues. Und sie ist eine Gesegnete, weil die Zurückbleibenden sie segnen. So erschließt sich Abschied im tiefsten Grunde als ein Segnen und Gesegnet-werden.

Den Abschied gestalten

Übertragen wir das auf unsere Abschiedskultur, unser Erleben von Abschied und die damit verbundenen inneren und äußeren Handlungen und Gemütszustände, dann mag sich über das alte biblisch-hebräische Verständnis ein neuer Zugang für uns öffnen. Wir unterscheiden gewöhnlich Abschied und Segnen sehr voneinander. Aber im tiefsten Grunde gehören sie zusammen. Abschied darf ein Segnen sein. Sich verabschieden wird zum Sichgegenseitig-seggen. Menschen, die Abschied nehmen, segnen die, die gehen. Die, welche gehen, werden zu Gesegneten und dürfen getrost nach vorne blicken. Indem sie selber segnen dürfen, sollen Zurückbleibende getröstet sein. Es liegt etwas Aktives, Gestaltendes in solch einem Verständnis von Abschied. Das raubt dem Abschied die schmerzhaft Lähmung infolge einer oftmals so empfundenen,

ohnmächtig hinzunehmenden Trennung. Der Segen im Abschied ist etwas Kraftvolles und fordert durch alles Schmerzhafte hindurch den Blick nach vorne. In dem Moment des Segnens dürfen alle gemeinsam in einem wichtigen Moment nach vorne blicken, bevor der Abschied sie aufteilt in Bleibende und Gehende. Dann ist zwar eine gemeinsame Zeit vorüber, und das erfordert gewiss eine wichtige Zeit der Bewältigung, eine Zeit auch, um eine gesunde Kultur der Erinnerung zu gestalten, aber der Segen bleibt bestehen und geht mit.

Im Segnen des Abschieds überstrahlt etwas Ewiges aus Gottes Welt unsere Wahrnehmung von Endlichkeit und Vergänglichkeit, die uns beim Abschiednehmen oft bedrängt. Wenn dem so ist, dann sollten wir, wenn wir Abschied nehmen müssen, wieder segnen. ◆

JOACHIM POMREHN



ist verheiratet mit Marlies. Sie leben in Korntal. Er ist Theologe und Dozent an der Akademie für Weltmission (www.awm-korntal.eu).

Angst und Hoffnung teilen

Für Ernst Engelke ist Sterbebegleitung Hoffungsvermittlung. Seit über 50 Jahren beschäftigt er sich mit den Möglichkeiten der Kommunikation mit Sterbenskranken.

Die Kommunikation zwischen gesunden und sterbenskranken Menschen erinnert oft an ein Spiel, in dem ein Schachspieler und ein Damespieler nach ihren eigenen Regeln an einem B(r)ett miteinander spielen. Das Spiel kann nicht gelingen: Sie verstehen sich nicht und spielen aneinander vorbei. Das Ziel gelingender Kommunikation ist aber, sich zu verstehen. Dadurch und durch gemeinsames Handeln entsteht Gemeinschaft. Darauf sind Sterbenskranken in besonderer Weise angewiesen. Sterbenskranken erleben ihre körperlichen Grenzen, die Bedrohung ihres Lebens und ihr Ausgeliefertsein an andere Menschen. Sie sind davon abhängig, dass andere, gesunde Menschen sich auf sie einstellen und sich ihnen zuwenden.

Es gibt vieles zu beachten

Was sollte man beachten, wenn man Sterbenskranken begleitet? Dafür gibt es weder verbindliche Modelle noch feste Regeln oder Standardsätze. Die Kommunikation mit Sterbenskranken ist zu komplex. Mit festgelegten Vorgaben kann man sie nicht meistern. Soll die Begleitung gelingen, sind die Bedingungen der jeweiligen Situation, die Lebenswirklichkeiten und die verschiedenen Charaktereigenschaften aller Beteiligten sowie die Komplexität von Kommunikation überhaupt zu berücksichtigen. Gute Absichten allein reichen nicht aus.

„Ich muss bald sterben“

Im Sterben gibt es für alle Sterbenden Gemeinsames und Persönliches. Jeder Sterbenskranken wird mit den typischen Erkenntnissen, Aufgaben und Einschränkungen konfrontiert, vor allem damit: „Ich muss bald sterben.“ Aus dieser Erkenntnis und aus der Erkrankung, der Therapie und den Nebenwirkungen ergeben sich viele Aufgaben als auch Einschränkungen. Wie der Einzelne mit diesen Erkenntnissen, Aufgaben und Einschränkungen umgeht, hängt von vielen Faktoren ab, zum Beispiel von seiner Persönlichkeit, der Art der Erkrankung, der Behandlung durch Ärzte und Pflegende und seinen Angehörigen. Das Zusammenspiel dieser Faktoren ergibt das ganz Persönliche und Einmalige des Sterbens.

Begegnungen im Hier und Jetzt

Sterbenskranken und Sterbende erleben ihre Gegenwart intensiv. Sterbenskranken ist jemand, dessen Leben von einer Tod bringenden Erkrankung bedroht ist. Sterbende haben nur noch wenige Tage oder Stunden zu leben. Begegnungen mit ihnen finden im Hier und Jetzt statt. Damit sind die unmittelbaren Vorgänge hier in diesem konkreten Krankenzimmer, in dieser Klinik, in diesem Heim und jetzt genau zu diesem Zeitpunkt gemeint. Das Hier und Jetzt ist eine der Hauptquellen für heilsame Begegnungen. Im Hier und Jetzt zeigt sich, was Sterbenskranken und

Sterbende bewegt und was ihnen wichtig ist.

Der Wunsch, zu leben

Sterbenskranken kennen nur ein Thema: ihre lebensbedrohliche Erkrankung und den Wunsch, (noch) nicht zu sterben, sondern zu leben. Sie sprechen fast nur noch von den schlechten Nachrichten, ihrem Protest und Zorn, ihren Schmerzen und Konflikten, ihren Ängsten und Hoffnungen, ihren Verlusten und ihrer Trauer, ihrem Wunsch nach Ruhe und Frieden. Die lebensbedrohliche Erkrankung scheint nicht nur den Körper, sondern auch die Gedanken zu besetzen; sie ist der rote Faden, der sich durch alles zieht. Man kann sie kaum von ihrer Erkrankung und ihren dunklen Gedanken ablenken, sondern nur begleiten.

Sterbenskranken sind auf Menschen, die ihnen zuhören, angewiesen. Ein wirklicher Begleiter geht einen kleinen Schritt hinter dem Sterbenskranken her, lässt ihm den Vortritt, folgt ihm bescheiden und geduldig. Im gemeinsamen Gespräch nimmt sich der Begleiter zugunsten des Sterbenskranken zurück und lässt ihn „zu Wort“ kommen. Er fühlt sich nicht genötigt, den Sterbenskranken aus seiner Trauer zu reißen oder reinen Optimismus und positives Denken zu verbreiten, sondern hält die Trauer mit ihm aus.

Trösten heißt treu sein

Der Begleiter versucht zu erkennen, was den Sterbenskranken bewegt und umtreibt. Er weicht nicht von der Seite, wenn die Klagen über das Unglück nicht aufhören, die Angst vor weiteren Verlusten sich ausbreitet, der Neid auf die Gesunden und das Weinen über das eigene Los nicht aufhören. Der Begleiter lässt den Sterbenskranken seine Einmaligkeit erfahren und teilt seine Angst und seine Hoffnung; er weiß: Trösten heißt treu sein.

Fast immer wird von Sterbenskranken erwartet: Sie sollen (endlich) einsehen, dass sie sterben müssen und dem zustimmen. Genau das können Sterbenskranken aber nicht. Sie wehren sich für gewöhnlich bis zuletzt gegen ihr Schicksal und hoffen



© Africa Studio - Fotolia.com

immer noch auf ein Wunder. Ärzte, Pfleger und auch Angehörige sollten beherzigen: Sterbenskranke akzeptieren ihre lebensbedrohliche Erkrankung nicht. Sie spüren, dass sie sterben müssen und wehren sich vehement dagegen. Sie möchten leben. Ihre Begleitung ist letztlich eine Begleitung in ihrem Kampf gegen den Tod.

Sterben ohne Angst?

Jeder von uns empfindet in bestimmten Lebenssituationen Angst. Angst begleitet uns von der Geburt bis zum Tod. Sie ge-

hört zu unserer Existenz und spiegelt unsere Abhängigkeiten. Jeder lebt Angst so, wie sie zu ihm und seiner Persönlichkeit passt. Wir können Angst nicht vermeiden oder ausschalten. Versuche, Angst zu unterdrücken, gelingen auf Dauer nicht. Wir sehnen uns nach einem angstfreien Leben und sind dankbar, wenn uns jemand verspricht, dass er uns unsere Angst nehmen kann. Das gilt insbesondere für unsere Angst vor dem Sterben. Denn die Angst vor dem Sterben spielt eine Schlüsselrolle in unserem Leben, auch wenn sie uns nicht immer bewusst

ist. Auch Jesus kannte die Todesangst (Lukas 22, 39–44).

Arten der Angst

Die Ängste unterscheiden sich nach Dauer und Intensität. Sie können sich vom Pessimismus über Verzweiflung bis zur panischen Todesangst steigern. Angst kann leicht in Wut umschlagen; Wut darüber, dass es so ist, wie es ist. Und diese Wut wird dann oft an Ärzten, Pflegenden und Angehörigen ausgelassen. Es handelt sich dann um eine Angstwut. Allerdings kann Angst zuweilen auch lebenserhaltend wirken. ▶

Natürlich können Sie auch ohne Arbeit leben –
wenn für **alles** gesorgt ist.



Wenn Sie plötzlich berufs- oder erwerbsunfähig werden, sorgt unser Einkommenschutz dafür, dass es Ihnen trotzdem an nichts fehlt.



Generalagentur Gottfried Minnich
Gartenstraße 22, 70825 Korntal-Münchingen
Telefon 0711 69321944, Mobil 0172 8905727
gottfried.minnich@signal-iduna.net

SIGNAL IDUNA 
gut zu wissen

Unsere Angst kann uns lähmen, sie kann uns aber auch aktivieren. Wir können Gegenkräfte gegen sie entwickeln: Hoffnung, Mut, Vertrauen, Erkenntnis, Glaube und Liebe. Ängste werden dann am besten überwunden, wenn wir bereit sind, sie uns einzugestehen und auszuhalten, und zwar so lange, bis sie abnehmen. Das kann dauern. Die behutsame Begleitung durch jemanden, der jetzt gerade nicht von Angst besetzt ist, kann es erleichtern, Angst auszuhalten.

Die Depression im psychiatrischen Sinne ist eine ernste behandlungsbedürftige Erkrankung. Die Diagnose wird nach Symptomen und Verlauf gestellt. Die Symptome entziehen sich der Beeinflussung durch reine Willenskraft und sind medikamentös oder/und psychotherapeutisch zu behandeln.

Niemand lebt ohne Hoffnung

Hoffnung ist eine unserer Grundempfindungen, konträr zur Angst. Hoffnung ist ein Prinzip unseres Lebens, eine innerliche, optimistische Haltung. Wir erwarten, dass etwas Gewünschtes in Zukunft eintritt, ohne dass es gewiss ist. Wir hoffen über den gewordenen Tag hinaus und träumen von einem besseren Leben.

Hoffnung und Sehnsucht gehören auch zum Leben Sterbenskranker und Sterbender. Sie helfen ihnen, den Tag zu überleben. Und so träumen sie, dass eines Tages alles wieder gut sein wird. Gerade in besonders schwierigen Situationen lassen sie sich von ihrer Hoffnung tragen. Vornehmlich vertrauen sie Menschen, insbesondere Ärzten, die ihnen Raum für ihre Hoffnung lassen. Gläubige Menschen erhoffen auch ein Eingreifen Gottes. Dabei ist es gleichgültig, ob die Hoffnung realistisch und berechtigt oder trügerisch und unberechtigt ist. Sterbenskranke und Sterbende haben ein Recht auf Hoffnung und pochen auch darauf, noch Hoffnung haben zu dürfen. Sie hoffen auf die Hochleistungsmedizin, auf neue Therapien und Medikamente. Aus Sicht der Gesunden ist es Überversorgung, aus Sicht Sterbenskranker aber Grund ihrer Hoffnung, dass der Sterbezeitpunkt noch in weiter Ferne liegt.

Hoffnung aus dem Glauben

Die Hoffnung kann irgendwann brüchig werden, schwinden und auf den Nullpunkt sinken: Wenn die Hoffnung verbraucht ist und der Sterbenskranke nicht mehr hofft, dass der Tod abgewendet werden kann, liefert er sich ihm aus. Wenn ein Sterbender überhaupt keine Hoffnung mehr zu erkennen gibt, ist das meistens ein Zeichen dafür, dass sein Tod unmittelbar bevorsteht.

Für gläubige Menschen ist Hoffnung kein gewöhnlicher Optimismus, nicht bloß eine sonnige Aussicht auf die Zukunft, nach dem Motto: Hoffen wir mal das Beste! Eine solche Sicht der Hoffnung hat wenig oder nichts mit der Hoffnung gläubiger Menschen gemeinsam. Die religiös begründete Hoffnung basiert auf dem Glauben, dass Gott den Tod des Menschen nicht will, der Tod nicht zum Leben gehört und der Mensch auch nach seinem Tod weiter leben wird.

Gläubige Menschen versammeln sich seit jeher, um ihren Glauben und ihre Hoffnung gemeinsam und in Gemeinschaft mit Gott zu leben, Gott zu ehren und sich gegenseitig im Leben zu unterstützen. Sterbende sind in besonderer Weise auf die Gemeinschaft und das Verbundensein mit Menschen angewiesen. die mit ihm und für ihn hoffen und glauben.

Angst und Hoffnung gehören zusammen

Angst und Hoffnung sind eng miteinander verbunden und konkurrieren miteinander. Geht es uns gut, sind wir ausgeglichen: Angst und Hoffnung befinden sich in ei-

nem stabilen Gleichgewicht. Bei Sterbenskranken ist das Gleichgewicht dagegen labil. Die Stimmung kann sehr schnell von der Hoffnung zur Verzweiflung und von der Verzweiflung zur Hoffnung kippen. Wenn die Begleiterscheinungen des Sterbens heftiger werden und der Lebensraum enger wird, gelingt es immer seltener, Angst und Hoffnung auszubalancieren, ausgeglichen zu sein.

Es ist ein alter Gedanke: Je schärfer und unerbittlicher wir eine These formulieren, desto unwiderstehlicher ruft sie nach der Antithese. Sterbenskranken reagieren heftig, wenn Besucher einseitig versuchen, sie positiv aufzubauen. Wenn einem Sterbenskranken nur von Hoffnung, Optimismus, positivem Denken und guten Aussichten erzählt wird, dann wird er vermutlich antworten: „Ja, aber ...“ und seine Angst herausstellen. Wenn ihm nur mit Angst, Pessimismus, negativem Denken und schlechten Aussichten begegnet wird, dann wird er geradezu gezwungen, von seiner Hoffnung zu erzählen: „Ja, aber mir geht es schon wieder besser.“

Das Schlüsselwort für das Gleichgewicht ist das Wörtchen „und“. Mit ihm werden Hoffnung und Angst verbunden: „Du hast Angst und Du hoffst.“

Sterben müssen wir alle. Warum sollten wir uns da nicht ein bisschen bemühen, Sterbenskranken zu verstehen und uns auf ihre Situation einlassen? Hoffend, dass jemand sich auch für uns so abmüht, wenn unsere Zeit einmal gekommen ist. ◆

PROFESSOR DR. ERNST ENGELKE



ist Sozialwissenschaftler, Diplom-Psychologe und Theologe, arbeitet seit vielen Jahren als Supervisor in Kliniken, Heimen und Hospizen und ist Referent in der Akademie für Palliativmedizin, Palliativpflege und Hospizarbeit der Stiftung Juliusspital Würzburg. Bis zum Jahr 2007 war er Professor für Soziale Arbeit an der Hochschule für angewandte Wissenschaften in Würzburg. Er ist Autor des Buches „Die Wahrheit über das Sterben. Wie wir besser damit umgehen.“, erschienen im Rowohlt Taschenbuch Verlag, Reinbek bei Hamburg, 2015.

Aus unserer Diakonie

*Abschied von Dieter Messner,
einem Gestalter der Korntaler Diakonie*



Dieter Messner (1947–2016)



Das Werk der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal trauert um seinen langjährigen Vorsteher, den ehemaligen Notar von Korntal Dieter Messner, der am

Sonntag, 26. Juni nach langer, schwerer Krankheit im Alter von 69 Jahren verstorben ist. Klaus Andersen, sein Nachfolger im Amt des Vorstehers: „Dieter Messner war ein Visionär mit langem Atem, der seine Ziele kreativ verfolgte und Menschen überzeugend gewinnen konnte. Wir verlieren einen brillanten Netzwerker für unser Werk und einen intimen Kenner der pietistisch-kirchlichen Szene. Dieter Messner hat aus seiner Kenntnis der Brüdergemeinde-Geschichte heraus einen verantwortlichen Blick für die Gegenwart und Zukunft entwickelt. Durch die enge Zusammenarbeit mit der Stadt hat er das Brüdergemeinde-Werk fest im Gemeinwesen verankert. Persönlich verliere ich als sein Nachfolger einen engen Glaubensbruder und konstruktiven Berater.“

1994, kurz nach dem Amtsantritt von Dieter Messner, wurde das Altenzentrum Korntal an der Friederichstraße eingeweiht, 2002 kam mit dem Orientierungsjahr, dem Berufsbildungsjahr für deutsche Schulabgänger aus dem In- und Ausland, ein neuer Arbeitszweig der Brüdergemeinde hinzu. 2004 erfolgte die organisatori-

sche Neufassung der diakonischen Einrichtungen der Brüdergemeinde in einer gemeinnützigen GmbH. Schließlich wurde 2011 der Schulbauernhof Zukunftsfelder in Betrieb genommen, der zur Diakonie der Evangelischen Brüdergemeinde gehört.

Für Dieter Messner stand immer fest, dass die Brüdergemeinde als Gründerin der Kommune und als engagierte Gemeinschaft von Christen ihren Platz mitten in Korntal behalten müsse, was nicht zuletzt am Bau des Gemeindezentrums am Saalplatz, dem historischen Herz der Stadt, abzulesen ist. Messner selbst nannte es ein „Jahrhundertwerk“. Das Haus ging 2010 in Betrieb. Es war ihm wichtig, nach dem biblischen Auftrag „Suchet der Stadt Bestes“ aus Jeremia 29,7, Verantwortung für Korntal-Münchingen und seine Menschen unabhängig von der Zugehörigkeit zur Brüdergemeinde, sozialem Stand und Nationalität zu übernehmen. Dies spiegelt sich wider im vielfältigen sozial-diakonischen Engagement der Brüdergemeinde während seiner Amtszeit und bis heute, beispielsweise in der Errichtung des Familienzentrums an der Wilhelmsdorfer Straße im Jahr 2004 und der Arbeit für ausländische Mitbürger, Migranten und Flüchtlinge. Mit dem Bürgermeister initiierte er einen „Runden Tisch“, an dem sich die Spitzen der Stadtverwaltung und die Brüdergemeinde als Sozialpartner regelmäßig über wichtige Themen austauschen.

Bis kurz vor seinem Tod war Dieter Messner ein von vielen Personen und christlichen Werken gesuchter und hochgeschätzter Ratgeber. Ein großes Engagement zeigte er bis zuletzt in zahlreichen Stiftungen, die er als Notar maßgeblich begleitet hatte oder in deren Vorstand er war.

Klaus Andersen: „Die Evangelische Brüdergemeinde Korntal gedenkt in großer Dankbarkeit ihres ehemaligen Vorstehers und wird Dieter Messner stets ein ehrendes Andenken bewahren.“

Glück & Leid

www.blessings4you.de

Ich möchte einfach nur glücklich sein
Paperback, 272 Seiten
Preis: 13,99€



KatastrophenGlück
Krisen bewältigen – befreit leben.
Paperback, 208 Seiten
Preis: 12,95€



Warum?
Vom Leid dieser Welt und der Frage, die bleibt. Gebunden, 160 Seiten
Preis: 14,95€



Blessings 4 you GmbH | Mirander Straße 10 | 70825 Korntal
Tel 0711 838638 | Fax 0711 8380746 | korntal@blessings4you.de

blessings 4 You

Jugendhilfe Korntal

Präventionstag: Unterwegs mit der Rauschbrille

Gespannt lauschten die Schüler den Erfahrungsberichten beim Suchtpräventionstag.



Zum zweiten Mal veranstaltete die Jugendhilfe Korntal zusammen mit der Johannes-Kullenschule einen gemeinsamen Suchtpräventionstag. Diese Gemeinschaftsproduktion ist auch notwendig, denn jedes Mal wird ein für die Jugendlichen dichtes, kurzweiliges und vor allem sehr eindrückliches Programm zusammengestellt. Mit von der Partie sind einige Kooperationspartner, die die Folgen des Alkohol- und Drogenmissbrauchs authentisch vermitteln. Im Juni hatten sich u.a. die Polizei Ludwigsburg, die Jugend- und Drogenberatung des Landkreises Ludwigsburg „ChillOut“, die JVA Rottenburg, das Seehaus Leonberg (Strafvollzug in offenen Formen), das Blaue Kreuz sowie die Zeitung Trottwar engagiert. 15 Stationen waren aufgebaut worden, an denen viel über die Wirkung von Suchtmitteln zu erfahren war. Die Polizei hatte u. a. eine Rauschbrille im Gepäck, mit deren Hilfe man Betrunkenhheitszustände simulieren kann. Erlebnispädagogische Einheiten gab es beim Mountainbike-Parcours, Fitnesstraining und Kickboxen. Die Botschaft hier: lieber das Selbstvertrauen aus den eigenen sportlichen Fähigkeiten ziehen als aus vermeintlichen Stimmungshebern, die

am Ende doch nur abhängig und krank machen. Unter die Haut gingen vor allem die Erfahrungsberichte der Referenten, die einst selbst ins Drogenmilieu abgerutscht waren. Einer berichtete von seinem Leben im Jugendgefängnis. Ein anderer offenbarte, dass er 20 Jahre lang drogenabhängig gewesen sei. Heute habe er realisiert, dass Rauschmittel wie Cannabis und Ecstasy nur eine falsche und ge-

fährliche Realität vorgaukelten: „Wir wollen alle geliebt und anerkannt sein. Drogen geben einem dieses Gefühl. Das macht sie so gefährlich.“ Ihm habe sein Glaube an Jesus Christus geholfen, seinen Wert als Mensch zu erkennen und von den Drogen loszukommen. Den aufmerksamen Schülern sprach er Mut zu: „Ihr seid wunderbar gemacht. Wenn ihr das wisst, braucht ihr keine Drogen!“ ♦



Johannes-Kullen-Schule Korntal Erdbeeren pflücken als Unterricht



„Erdbeerernte“ als Schulfach? Das trifft den Geschmack der Schülerinnen und Schüler der Vaihinger-Außenstelle der JKS voll und ganz.



„Erdbeeren liebe ich und hier ist alles voll davon!“ Der 8-jährige Tim strahlt mit der Sommersonne um die Wette. Zusammen mit 18 Schulkameraden von der Vaihinger Außenstelle der Johannes-Kullen-Schule Korntal (JKS) steht er auf dem Feld von Obstbauer Andreas Beck in Nußdorf. Die Kids wollen ihm bei der Ernte über die Schulter schauen und dabei auch selbst Hand anlegen.

Seit mehreren Jahren schon besteht die Kooperation zwischen der Schule für Erziehungshilfe und Obstbauer Beck. Sie

ermöglicht es, die Erdbeeren kostenlos zu sammeln und nebenbei einen interessanten und lehrreichen Schulausflug auf die Beine zu stellen. Denn für viele Kinder ist es eine ganz neue Erfahrung, Erdbeeren selbst zu pflücken, statt sie aus dem Supermarkt zu holen. Die Früchte sind bei den Schülern sehr beliebt und dementsprechend waren auch in diesem Jahr wieder alle fleißig dabei, zu pflücken und zu naschen.

Nach etwa einer Stunde bei schönstem Wetter machte sich die Klasse mit vollen Körben wieder auf den Heimweg. In der

Schule wurden die süßen Früchte anschließend zu leckerem Erdbeereis und duftender Marmelade weiterverarbeitet. Die Außenstelle der JKS besteht seit September 2011 und befindet sich seit dem Schuljahr 2013/14 im Alten Postweg 10/1 in Vaihingen/Enz. Dort werden 18 Grund- und Förderschüler jahrgangsübergreifend in zwei Klassen unterrichtet. Mit der Schule unter einem Dach befindet sich die Tagesgruppe der Jugendhilfe Korntal, in der die meisten Kinder am Nachmittag sozialpädagogisch betreut werden. ◆

Jugendhilfe Korntal Internationale Sportwoche



„Tooor...!“ auf Arabisch, Englisch und Deutsch, so klang es in den Pfingstferien auf dem Fußballplatz im Hoffmannhaus in Korntal. Ein arabisch-kanadisches Team war angereist, um gemeinsam mit jungen Erwachsenen der Evangelischen Brüdergemeinde eine Sportwoche zu veranstalten. Es kamen auch etwa 20 Jungen der Ju-

gendhilfe Korntal, unbegleitete minderjährige Flüchtlinge zwischen 13 und 18 Jahren, die in der Einrichtung betreut werden.

Mit sportlichem Ehrgeiz und viel Spaß konnten sie ihre Kräfte messen und es blieb nicht nur beim Fußballspiel: Mit gespitzten Ohren hörten sie zu, wenn es um die Bibel und den Glauben an Jesus Chris-

tus ging. Schnell gewann das arabisch-kanadische Team ihr Vertrauen, denn gemeinsame Sprache und Kultur verbindet. Bewegend war der Anblick, wenn sich die Köpfe über die Bibel beugten und Antworten auf Fragen gesucht wurden. Gott kann weiter bewegen, was angestoßen wurde. Und Fußball versteht man auch über verschiedene Kulturen hinweg... ◆

Schulbauernhof Zukunftsfelder

Schulbauernhof Zukunftsfelder – Nachfrage ungebrochen



Auf den Feldern gibt es zur Erntezeit immer viel zu tun.



Der Schulbauernhof Zukunftsfelder ist nun in sein mittlerweile siebtes Jahr gestartet. Im vergangenen Schuljahr haben wir gemeinsam mit über 1.200 Schülern von Gymnasien, Schulen für Kinder mit Beeinträchtigung-

gen, Schulen mit integrativen Klassen, Grund-, Gemeinschafts- und Realschulen den Hof bewirtschaftet und entdeckten die Wunder der Schöpfung täglich neu:

Im Garten und auf dem Feld wird je nach Jahreszeit gesät, gepflanzt oder geerntet, so dass die Schüler das Wachsen und Ge-

deihen von der Aussaat über die Blüte bis zur Ernte erfahren. Im Stall werden die Tiere versorgt, gemolken und anschließend auf die Weide gebracht. Die Milch wird pasteurisiert und zu Butter, Quark und Frischkäse weiterverarbeitet. Die Schüler erleben somit, woher unsere Nahrungsmittel kommen, wie sie erzeugt werden, und lernen die Bedürfnisse der Tiere und eine artgerechte Tierhaltung kennen. Aus den Lebensmitteln vom Hof wird direkt ein frisches und gesundes Mittagessen zubereitet, zu dem jeder Einzelne seinen Beitrag leistet.

Im vergangenen Schuljahr verbrachten 52 Klassen aus 30 Schulen ihren Schullandheimaufenthalt auf den Zukunftsfeldern und auch im laufenden Schuljahr freuen wir uns wieder auf 51 Schulklassen aus 34 Schulen! ◆

Jugendhilfe Korntal

Sheep TV: Jugendliche Stadtreporter unterwegs in Markgröningen



Die Schulsozialarbeiter der Realschule Markgröningen und des Hans-Grüninger-Gymnasiums Markgröningen (HGG), Alex Ghazali und Meike Haußmann, der Stadtjugendpfleger Frank Becker sowie Sebastian Löw von der Jugendhilfestation Markgröningen haben vom 8. Juni bis 21. Juli das Gemeinschaftsprojekt „Sheep TV“ durchgeführt. Das Ziel war, die Zusammenarbeit zwischen den Schulen und der Jugendhilfe Korntal zu verstärken sowie Hemmschwellen abzubauen.

Drei Mädchen der Sonderpädagogischen Integrationshilfe (SIH) Markgröningen und vier Jungen der Realschule sowie des Gymnasiums trafen sich wöchentlich. Zunächst lernten sie sich kennen und beka-

men eine Einführung in die Technik von Videoaufnahmen. Danach bereiteten sie gemeinsam die Interviews mit dem Bürgermeister, der Rektorin des HGG und dem Konrektor der Realschule vor und konnten anschließend ihr Interviewtalent unter Beweis stellen.

Der Abschluss fand an einem sonnigen Sommerabend in Mühlacker-Lienzingen statt. Hier gestalteten die Mitwirkenden ein edles und leckeres Abendessen für Eltern, Lehrer, Erzieher und alle Interviewpartner in einer schönen und gemütlichen Atmosphäre. Alle Gäste waren beeindruckt, wie gut die Gruppe im Laufe des Projekts zusammengewachsen war. Der entstandene Film gab tolle Einblicke und war sehr unterhaltsam.



Ein Familienfest zu Ehren der erfolgreichen jungen TV-Macher.

Das Projekt stärkte sichtlich das Selbstbewusstsein der Jugendlichen, die sehr motiviert sind, weitere gemeinsame Aktionen zu unternehmen. Wir bedanken uns bei allen Beteiligten für das tolle Projekt und freuen uns auf die weitere Zusammenarbeit! ◆

Jugendhilfe Hoffmannhaus Wilhelmsdorf mit Hoffmannschule Die Hoffmannschule Wilhelmsdorf hat eine neue Leitung



Das neue Leitertandem an der Hoffmannschule Wilhelmsdorf: Jens Buchmüller (links) und Alexander Stickel.



Bereits seit September 2014 haben sie die Hoffmannschule Wilhelmsdorf erfolgreich kommissarisch geleitet. Im Frühjahr 2016 bekam das Schulleitungsteam die Amtsbezeichnungen verliehen und im September wurden Jens Buchmüller (43) und Alexander Stickel (31) während einer Feierstunde endlich auch offiziell ins Amt eingeführt.

Grußworte sprachen Wilhelmsdorfs Bürgermeisterin Sandra Flucht und Erhard Hofrichter als Schulleitungskollege des Sonderpädagogischen Bildungs- und Beratungszentrums St. Anna in Leutkirch. Schulrätin Simone Daasch vom Schulamt Markdorf führte ein kurzweiliges Interview mit dem neuen Schulleitungsteam. Erklärtes Ziel der beiden Schulleiter ist es, die Hoffmannschule als Sonderpädagogisches Bildungs- und Beratungszentrum zukunftsfähig zu machen. „Wir sehen ein enormes Potential in den Möglichkeiten, die uns die Gesamteinrichtung der Jugendhilfe Hoffmannhaus Wilhelmsdorf und die attraktive ländliche Umgebung für die Förderung der uns anvertrauten

Kinder und Jugendlichen bietet“, sagte Jens Buchmüller.

In Sachen Zukunftsfähigkeit waren er und sein Kollege in den letzten beiden Jahren bereits ganz konkret gefordert. Seit diesem Sommer wird nämlich der Pausenhof der Hoffmannschule umgebaut (s. Beitrag auf Seite 33) und mit mehr Spiel- und Sportmöglichkeiten ausgestattet. Ein Projekt, das Jens Buchmüller und Alexander Stickel bis zu dessen Fertigstellung noch einige Monate begleiten werden.

Die Hoffmannschule ist ein Sonderpädagogisches Bildungs- und Beratungszentrum (SBBZ) mit dem Förderschwerpunkt emotionale und soziale Entwicklung. Es werden die Bildungsgänge Förderschule, Grundschule, Werkrealschule sowie eine einjährige Sonderberufsfachschule (VAB) angeboten. Zurzeit wird sie von rund 80 Schülern besucht. Die Hoffmannschule wird von der Jugendhilfe Hoffmannhaus Wilhelmsdorf getragen, die zur Diakonie der Evangelischen Brüdergemeinde Kornthal gehört. ◆



Farben.Pracht.



Produkt.Vielfalt.



Glanz.Leistungen.

Henkel ist Ihre Druckerei in Stuttgarts Norden. Mit innovativen Technologien rund um den Bogenoffset. Und persönlichem Service drumherum.



Henkel GmbH
Druckerei
Tel. 0711.9876700

www.henkeldruck.de

**henkel
druckt.**

Aus unserer Diakonie

Ein Fest der Generationen

Ein Bild sagt mehr als tausend Worte: Das Jahresfest macht offensichtlich großen Spaß.



Vom Baby bis zum Greis – die Diakonie der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal kümmert sich um Menschen jeden Alters. Das spiegelt sich im Jahresfest ihrer Korntaler Einrichtungen mit der Jugendhilfe, der Johannes-Kullenschule, dem Schulbauernhof, den Kindergärten und dem Altenzentrum wider. So bot das Fest der Generationen am 3. Juli 2016 Action und Nervenkitzel für die Jüngeren sowie gemütliches Beisammensein für die Älteren.

Die Kinder konnten sich über eine rund 40 Meter lange Seilrutsche über die Festwiese im Hoffmannhaus schwingen oder – ebenso professionell angeseilt – die Kletterwand erklimmen. Ganz Mutige liebten sich in den Astrotrainer einspannen und herumwirbeln. Die Schüler der Johannes-Kullenschule (JKS) traten auf der Festbühne mit einem Piraten-Theaterstück auf und führten spektakuläre Trampolinsprünge vor. Für Begeisterung sorgte ebenso die Rope Skipping-Truppe

des TSV Leinfelden. Im Gebäude der JKS indes konnte man sich in den Räumen der Schüler-Kunstaussstellung ergehen und dazu selbstgemachte Cocktails schlürfen. Der Flohmarkt auf dem angrenzenden Gelände der Jugendhilfe Hoffmannhaus ging über in eine Lounge mit Liegestühlen und Kaffeespezialitäten, die die Brüdergemeinde mittels ihrer „Kaffeekarre“ bot, die sonst nach dem Gottesdienst auf dem Saalplatz zu finden ist. Für viele Familien ging es von der ausstellenden Feuerwehr Korntal schnurstracks zum Ponyreiten in die Reithalle.

Im Altenzentrum an der Friederichstraße war es währenddessen gediegener, wenngleich nicht unsportlicher. Neben einem riesigen Kuchenbuffet und leckeren Eisvariationen im „Café Olympia“ gab es hier die „olympische Disziplin“ Dosenwerfen. Die Teilnehmer konnten Medaillen gewinnen. Die Kindergärten der Diakonie waren diesmal im Park des Pflegeheims zu finden, mit einer großen Legobaustelle und einem Décopatch-Angebot. Bürger-

meister Dr. Joachim Wolf verteilte hier das traditionelle „Bürgermeistereis“ an die Kids, der Posaunenchor sorgte mit einem Medley aus Nationalhymnen für ein stimmungsvolles „EM-Abschlusskonzert“. Ganz andere Beats waren zuvor im Jugendgottesdienst und beim Festabschluss auf der Bühne zu hören gewesen. Der Wolfsburger Rapper Kevin Neumann musizierte und erzählte, wie der Glaube an Jesus Christus sein Leben verändert hat.

Die Kinder im Hoffmannhaus hatten gleichzeitig ein ganz besonderes Erlebnis im Hühner-Pferch, den der Schulbauernhof Zukunftsfelder zum Jahresfest mitgebracht hatte. Sie machten – oft zum ersten Mal – reichlich Gebrauch davon, mit dem lieben Federvieh auf Tuchfühlung zu gehen: anfassen, streicheln, auf den Schoß nehmen, bis das Huhn eingnickt war. Manchmal braucht es eben kein spektakuläres Jahresfest-Programm, um Kinderaugen strahlen zu lassen. ♦

Jugendhilfe Korntal

Wohngruppe „Luchse“ für unbegleitete Minderjährige eröffnet



Anfang September sind acht unbegleitete minderjährige Flüchtlinge in die Wohngruppe auf dem Hoffmannhausgelände in Korntal eingezogen. Sie kommen aus verschiedenen arabischen und afrikanischen Ländern. Unsere „Luchse“ werden betreut von einem Team von engagierten Erzieherinnen und Sozialpädagoginnen. Manche von ihnen kennen Korntal schon und sind

aus einer lose betreuten Wohnform in die stationäre Wohngruppe umgezogen. Hier ist es möglich, die Jugendlichen in ihrem Alltag zu unterstützen, sie in die Kultur einzuführen, beim Lernen zu helfen und ihnen die nötige Struktur zu bieten. Immer noch werden dem Landkreis Ludwigsburg Jugendliche zur Betreuung zugewiesen. Sie leiden unter dem Verlust ihrer Heimat, der Trennung von ihrer Familie, fühlen

sich oft einsam, enttäuscht, traurig und wütend. Ihre Gefühle ernst zu nehmen, ihnen realistische Perspektiven in Deutschland aufzuzeigen und sie zu motivieren, erste Schritte zu ihrem Ziel zu gehen, das ist eine Herausforderung. Wir wünschen dem Team und den Jugendlichen auf dem gemeinsamen Weg Gottes Segen und die Aufmerksamkeit eines Luchses für jede gute Gelegenheit. ◆

Johannes-Kullen-Schule Korntal

Korntaler Schüler erlaufen fast 1.800 Euro



Bereits zum dritten Mal beteiligten sich die Schüler der Johannes-Kullen-Schule Korntal am Spendenlauf zugunsten der Hilfsorganisation „Viva con Agua“ (Leben mit Wasser). Mit dem Erlös dieses Projektes werden Brunnenprojekte in Afrika und Nepal unterstützt. Die Schüler sicherten sich in ihrem Bekanntenkreis, bei Eltern, Verwandten, Erziehern und Lehrern, Sponsoren, die jede gelaufene Runde mit einem fixen Betrag honorierten. Auf diese Weise kamen genau 1752,60 Euro für „Viva con Agua“ zusammen. Der Organisator des Spendenlaufs, Lehrer Florian Brabenetz, und die Schüler freuten sich über die Hilfe, die mit ihrem Beitrag möglich wird.

Vor dieser Leistung kniet sogar der Schulleiter Karl-Georg Gutjahr nieder. Die Schüler der Johannes-Kullen-Schule helfen Altersgenossen in armen Ländern ganz konkret mit ihrer Spende.



Unter der Schirmherrschaft von „Viva con Agua“ gibt es jährlich bundesweit ca. 50 Spendenläufe. Mit den Spendengeldern werden weltweite Wasserprojekte finanziert und Nöte gelindert. Dieses Jahr fließt der Erlös in ein Wasserprojekt in Nepal. Das ländliche Projektgebiet um-

fasst 7.003 Haushalte mit 39.038 Menschen, die direkt von den umgesetzten Maßnahmen profitieren. Ein Fokus liegt auf heranwachsenden Mädchen und Frauen im Projektgebiet. Auch die Situation von Schulkindern soll nachhaltig verbessert werden. Daher wird an ver-

schiedenen Schulen sowohl die Ausstattung mit Toiletten als auch eine dauerhafte Wasserversorgung angestrebt. Ziel ist es, dass 90% der Kinder und Jugendlichen in ihren Schulen sauberes Trinkwasser nutzen können und saubere Toiletten bekommen. ◆

Jugendhilfe Korntal „Manege frei!“ beim Zirkuscamp



„Manege frei!“ hieß es beim diesjährigen Zirkuscamp, einem Ferienprogramm der Stadt Vaihingen an der Enz vom 8. bis zum 13. August. Bei einer Kooperation der Tagesgruppe unserer Jugendhilfe mit der dortigen Jugendarbeit hatten acht Kinder unserer Einrichtung die Möglichkeit, für eine Woche „Urlaub vom Alltag“ zu machen

und einmal Zirkusluft zu schnuppern.

Beim „Zirkus Soluna“ sind die Kinder die Sternchen: Einmal Teil einer großen Zirkus-Show sein und seine eigenen Fähigkeiten neu entdecken, das stärkt das Selbstbewusstsein und ist eine unvergessliche Erfahrung!

Diese Erfahrung haben auch unsere Tagesgruppenkinder gemacht. Voller Be-

geisterung waren sie am ersten Tag dabei, als sie verschiedenste Zirkuskünste einmal selbst ausprobieren konnten, um sich dann am Ende des Tages für zwei Kunststücke zu entscheiden. Egal ob Seiltänzer, Zauberer, Clown, Feuerspucker oder Fakir – bei den vielen Angeboten war für jedes Kind etwas Passendes dabei!

Als jeder seine Zirkusnummer gefunden hatte, hieß es üben, üben, üben... Jeder arbeitete auf das Finale hin, den großen Auftritt am Samstag in einem richtigen Zirkuszelt, vor einem riesigen Publikum. Jetzt waren die Kinder die Stars in der Manege und standen im Mittelpunkt der Show. Sie waren plötzlich in der Lage eine ganze Zirkus-Show aufzuführen und das Publikum zu begeistern. Die Eltern staunten nicht schlecht, dass so manches ihrer Kinder über seine Grenzen hinausgewachsen war. Man konnte es an den Gesichtern der Kinder ablesen, dass sie stolz waren, etwas so Tolles geschafft zu haben! ◆

Aus unserer Diakonie

Vorlesen, gärtnern und vieles mehr: Unsere Diakonie braucht ehrenamtliches Engagement



Die Dienste der Diakonie der Evangelischen Brüdergemeinde an ihren Standorten Korntal und Wilhelmsdorf sowie an vielen Außenstellen sind sehr vielfältig:

Von der Unterstützung junger Mütter und ihrer Säuglinge in den Mutter-Kind-Gruppen über die Schulen für Erziehungshilfe, die Jugendhilfen mit ihren anschließenden Angeboten an Jugendliche, erste Schritte im Berufsleben zu tun, über den Schulbauernhof Zukunftsfelder bis hin zum Altenzentrum Korntal ist das ganze Spektrum menschlicher Lebensphasen abgebildet. Hier arbeiten ausgebildete Kräfte. Es sind

Profis, die auf ihre jeweilige Zielgruppe in besonderer Weise eingehen können. Aber es gibt auch Raum und Bedarf an – sehr willkommenen – ehrenamtlichen Mitarbeitern. Das sind Menschen, die andere an ihrer Lebenserfahrung teilhaben lassen wollen, die junge oder alt gewordene Mitmenschen ein Stück auf ihrem Weg begleiten möchten.

In den Kindergärten werden beispielsweise Vorlese-Omas gesucht. Im Schulbauernhof sind gärtnerisch beschlagene Paten für die Jahreszeitenbeete willkommen. In der Jugendhilfe Korntal könnte

man gut die Unterstützung bei handwerklichen Arbeiten und beim Musikunterricht für Kinder gebrauchen. Und an vielen Ecken mehr ist Mithilfe mit Herz sehr willkommen! Je nach Lebenserfahrung und Zeit kommen ganz unterschiedliche Einsatzfelder infrage. Sprechen Sie direkt unsere Einrichtungen an, fragen Sie in der Hauptverwaltung der Diakonie nach, Telefon 0711/839877-0 oder info@diakonie-bgk.de. Gemeinsam finden wir eine für Sie aus- und erfüllende Aufgabe, die hilfsbedürftige Menschen weiterbringen wird. Wir freuen uns auf den Kontakt mit Ihnen! ◆

Jugendhilfe Hoffmannhaus Wilhelmsdorf mit Hoffmannschule Es hat begonnen: Ein neuer Pausenhof wird gebaut



Die Neugestaltung unseres Schulhofes hat nun endlich begonnen! Um Neues zu schaffen, musste aber erst Altes weichen und so begannen am 20. Juli genau um 7 Uhr die Bagger mit dem Abriss des alten Schulhofes. Es wird in zwei Bauphasen gearbeitet und wir werden voraussichtlich im Frühjahr 2017 fertig sein.

Der erste Bauabschnitt wurde bereits während der Sommerferien verwirklicht und wir konnten pünktlich zum Schuljahresbeginn einen Teil in Betrieb nehmen. In diesem Abschnitt wurden verschiedene interessante Klettergeräte und eine große Nestschaukel installiert; ein schicker Sandkasten erfreut nun unsere jüngeren Schüler.

Mit großer Begeisterung nehmen unsere Schülerinnen und Schüler das neu geschaffene Pausenangebot an und freuen sich auf die jetzt noch viel aufregenderen Erholungszeiten zwischen den Schulstunden.



Allerdings benötigen wir für die Verwirklichung des zweiten Bauabschnitts weiterhin Unterstützung. Das gesteckte Spendenziel ist leider noch nicht ganz erreicht. Das „Mini-Höfle“ für die Älteren und ein Kleinspielfeld für die Sportler warten noch auf ihre Realisierung. Die Hoffmannschule Wilhelmsdorf dankt allen Spendern für ihre bisher geleistete

Unterstützung und hoffen, dass Sie uns auch weiterhin bei unserm Vorhaben helfen.

Sprechen Sie uns gerne an, wenn Sie einen Beitrag leisten wollen – wir freuen uns auf den Kontakt mit Ihnen! Telefon 07503/203-770 oder per E-Mail an Schulleiter Jens Buchmüller: j.buchmueller@hoffmannschule-wilhelmsdorf.de ♦

Aus unserer Diakonie

Herzlich willkommen den Neuen in unserer Diakonie



Jeden Herbst ist „Diakonie-Sonntag“ in der Evangelischen Brüdergemeinde Kornthal. Dann werden die neuen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unserer diakonischen Einrichtungen in Kornthal und Wilhelmsdorf willkommen geheißen. Als Zeichen der Verbundenheit zwischen der Gemeinde und ihren diakonischen Arbeitsbereichen wurden während des Gottesdienstes im Großen Saal bunte Bänder von den Plätzen der Gottesdienstbesucher bis zum Rednerpult gespannt. Jedes Band symbolisierte dabei eine Einrichtung: Kindertagesstätten, Jugendhilfen, Erziehungs-

hilfeschulen, Altenzentrum und Schulbauernhof Zukunftsfelder. Ausgedrückt werden sollte: Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter dürfen Menschen im Hintergrund wissen, die ihren Dienst schätzen und für ihre herausfordernde und wertvolle Arbeit beten. ♦



Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Diakonie stehen beim „Diakonie-Sonntag“ im Gottesdienst im Mittelpunkt der Evangelischen Brüdergemeinde Kornthal.

Johannes-Kullen-Schule Korntal

Schüler der Johannes-Kullen-Schule im Landtag



Die Klassen der Förderstufe 8 und 9 der Johannes-Kullen-Schule besuchten im Oktober den neu renovierten Landtag in Stuttgart. Dr. Markus Rösler (Grüne), Landtagsabgeordneter für Vaihingen/Enz und damit auch für Korntal, hatte sie eingeladen. Schon die Sicherheitsmaßnahmen des Hohen Hauses sorgten für Erstaunen bei den Schülern. Nach einer kurzen Besichtigung der großen, hellen Eingangshalle ging es in den jetzt viel schöneren Plenarsaal. Dort durften die Schüler in verschiedene parlamentarische Rollen schlüpfen: Als „Politiker“ nahmen sie Platz auf den Abgeordnetenstühlen und auf der Regierungsbank und waren nun entweder Fraktionssprecher oder Minister, Stenograph, Protokollant oder sogar Landtagspräsidentin. Die Rolle als Ministerpräsident spielte die Klassenlehrerin, sozusagen als „Frau Kretschmann“. Sodann wurde eine fiktive Parlamentsdebatte durchgeführt und die vielfältigen Aufgaben von Politik, Parlament und

Dem politischen Betrieb ganz nah: Schüler der JKS mit dem Abgeordneten Dr. Marcus Rösler im Stuttgarter Landtag.



Abgeordneten von Dr. Rösler anschaulich erklärt. Außerdem wurden politische Themen wie z.B. „Europa“ diskutiert. Anschließend ging es ins Parlamentscafé. Neben leckeren Spaghetti Bolognese und vegetarischer Pasta beantwortete das Mitglied des Landtages noch viele weitere Fragen der Schüler zum Politikerleben und wie man überhaupt Landtagsabgeordneter wird. Markus Rösler beendete den interes-

santen Vormittag mit einem Appell: Er unterstrich, warum auch junge Menschen von ihrem Wahlrecht Gebrauch machen sollten – ab 16 Jahren darf man in Baden-Württemberg den Landtag wählen. Er freue sich jederzeit auf Besuch von Schülern der Johannes-Kullen-Schule Korntal und werde auch weiterhin als Fördermitglied die Schule unterstützen. Unser Fazit: Der neue Landtag ist eine Reise wert! ◆

Altenzentrum Korntal

Viele Wunder wurden sichtbar: Der Fingerabdruck-Baum im Altenzentrum



„Dabei sein ist alles!“ war das Motto beim diesjährigen Jahresfest und der Sommerolympiade im Altenzentrum Korntal (AZK). Deswegen haben wir an diesem Tag die Fingerabdrücke von möglichst vielen Bewohnern, Mitarbeitern und Gästen, die ins AZK gekommen waren, gesammelt. An jedem Finger-

abdruck sahen wir, dass Gott uns einzigartig geschaffen hat. Davon erzählt auch Psalm 139,14: „Ich preise dich darüber, dass ich auf eine erstaunliche, ausgezeichnete Weise gemacht bin.“

Gott hat uns mit Sorgfalt und Kreativität erschaffen – erstaunlich und ausgezeichnet! Es gibt niemanden, der genauso aussieht oder so ist wie der andere. Jeder Mensch ist absolut einmalig! Das Aussehen, das Temperament, die Talente sind genau von Gott durchdacht. Sie alle machen uns zu dem, was wir sind: ein Wunder! Diese Einzigartigkeit und das Besondere

bezieht sich nicht nur auf unseren Fingerabdruck. Nicht nur unser äußeres Erscheinungsbild und unsere bio-chemische Zusammensetzung sind einzigartig. Auch unsere Seele, unser Inneres ist einzigartig, unverwechselbar. Dazu gehören Gedanken, Gefühl und Charaktereigenschaften. Kurzum: Wir sind ein Volltreffer Gottes! Diese Botschaft wollten wir beim Jahresfest besonders unseren Senioren zusprechen und sie damit ermutigen. Schön, dass sich so viele daran beteiligt haben und unser Fingerabdruck-Baum reiche Früchte trägt. Danke an alle, die mitgemacht haben! ◆

Jugendhilfe Hoffmannhaus Wilhelmsdorf mit Hoffmannschule „Sommer Ferien Laune“ in Wilhelmsdorf



Seit gut sieben Jahren arbeitet unser Mitarbeiter Jens Braunschmid auch als Kinder- und Jugendbeauftragter für die Gemeinden Wilhelmsdorf und Illmensee. Sein Büro hat er im Rathaus in Wilhelmsdorf und von dort aus koordiniert er seine vielfältigen Aufgaben. Unter anderem ist er für die Jugendtreffs in Illmensee und Wilhelmsdorf verantwortlich. Außerdem steht er den beiden Gemeinden in Sachen „Jugendarbeit“ beratend und unterstützend zur Seite und führt verschiedene Aufgaben und Aktionen durch. Beispielsweise in den letzten Sommerferien: Da trafen sich 28 Kinder im Alter zwischen 6 und 13 Jahren zur „Sommer Ferien Laune“, die eine Woche dauerte. Am Lengenweiler See verbrachten sie gemeinsam mit ihren Betreuern die Zeit von 9 bis 17 Uhr. Gestartet wurde morgens immer mit einem Frühstück an einer langen Tafel im Freien. Sann ging es gestärkt mit den einzelnen Aktivitäten weiter. Im



Angebot war u.a. eine Dorfrallye durch Wilhelmsdorf. Hier mussten Fragen zu unserer Gemeinde beantwortet werden. Dann gab es verschiedene Bastelaktionen, Aktionsspiele, eine Schnitzeljagd und na-

türlich immer wieder Schwimmen und Plantschen im Lengenweiler See. Leider war die Woche wieder viel zu schnell zu Ende, aber vielleicht gibt es ja ein Wiedersehen im nächsten Jahr. ◆

Jugendhilfe Korntal

Kooperation mit der katholischen Pfarrgemeinde Münchingen/Hemmingen



UmA sind in der Jugendhilfe Korntal herzlich willkommen.



Im Frühjahr 2016 gab es erste Gespräche über das Angebot der katholischen Kirchengemeinde in Münchingen, unbegleiteten minderjährigen Ausländern (umA) ein Zuhause zu geben. Der Kirchengemeinderat hatte einstimmig beschlossen, das Untergeschoss des Gemeindehauses in eine Wohnung umzugestalten. Diese wird von der Jugendhilfe Korntal angemietet. Bisher fanden dort u.a. die Jungschar, der Mutter-Kind-Kreis und die Bandproben statt. Nach großer Eigenleistung der Menschen vor Ort wurden Bad- und

Waschmaschinenmöglichkeiten eingebaut und angeschlossen, das Baurechtsamt wegen der Fluchtwege befragt, ein Architekt für die Bauplanung beauftragt, ein Helferkreis gefunden, die Küche auf Vordermann gebracht, Türzylinder ausgewechselt, Telefonate und E-Mails gewechselt und vieles mehr. Nun ist alles fertig und vier Jugendliche sind zum 1. Oktober eingezogen. ◆

Wir suchen Sie! Offene Stellen in unserer Diakonie...

FACHLICH KOMPETENT UND GEISTLICH MOTIVIERT? KOMMEN SIE INS TEAM DER JUGENDHILFE KORNTAL!

Sozialpädagogische Fachkraft im Wohnbereich m/w (80–100%)

In unseren Wohngruppen leben jeweils acht Kinder und Jugendliche im Alter zwischen sechs und 18 Jahren. Die meisten wohnen hier bis sie nach Hause zurückkehren können, andere bleiben langfristig bis zur Verselbstständigung in unserer Einrichtung.

Das abwechslungsreiche Aufgabengebiet:

- Gestaltung des Gruppenalltags
- Hausaufgabenbegleitung, Lernförderung
- Durchführung von Aktivitäten und Festen
- Kontaktgestaltung zu den Eltern/Familien der Kinder
- Zusammenarbeit im Team
- Zusammenarbeit mit Kooperationspartnern (Jugendamt, Schulen, Ausbildungsstätten, Ärzten und Therapeuten)
- computergestützte Dokumentation
- Einüben lebenspraktischer Fähigkeiten mit den Kindern (einkaufen, kochen, Zimmerordnung und -gestaltung)

Leitung der gesamten Haustechnik m/w (100 %) unserer Diakonie mit ihren Außenstellen zum nächstmöglichen Zeitpunkt

- Koordination des technischen Betriebs aller Gebäude, Gebäudetechnik, technische Anlagen wie Heizung, Lüftung, Sanitär, Spielplätze und Sportanlagen, Versammlungsorte und Werkstätten in Korntal und Umgebung
- Führung der dem Bereich zugeordneten Mitarbeiter
- Aufbau eines übergreifenden Haustechnik-Teams
- Erhaltung und ständige Verbesserung der Betriebsfähigkeit aller Immobilien und technischen Einrichtungen, einschließlich Brandschutz und Arbeitssicherheit
- Planung und Koordination aller Investitionen, Renovierungen, Sanierungen und Umbauten mit Budgetverantwortung
- Effiziente Ressourcennutzung
- Energiemanagement
- Qualitätssicherung

Reittherapeut m/w im Bereich heilpädagogisches Reiten ab sofort (65 % – Umfang verhandelbar)

- Selbstständige Durchführung von Heilpädagogischen Reit- und Voltigiergruppen
- Verfassen von Kurzberichten über die Arbeit mit den Klienten
- Büroarbeit und Abrechnungen
- Anleiten von Praktikanten und FSJ-Praktikanten

Ihr Ansprechpartner:

Joachim Friz, Jugendhilfe Korntal • Zuffenhauser Straße 24, 70825 Korntal
j.friz@jugendhilfe-korntal.de • www.jugendhilfe-korntal.de

STELLENANZEIGE ALTENZENTRUM

Wir bieten und suchen:

- Ausbildungsplätze in der Altenpflege (Ausbildungsbeginn: 1. April/1. Oktober)
- Pflegehelfer/in in Teilzeit
- Pflegefachkräfte in Teilzeit
- Plätze für FSJ (Freiwilliges Soziales Jahr) und den Bundesfreiwilligendienst in den Bereichen: Haustechnik, Hauswirtschaft, Pflege

Richten Sie Ihre Bewerbung an:

Altenzentrum Korntal
Friederichstraße 2
70825 Korntal-Münchingen
Telefon 0711/8 36 30-0, info@azkt.de
www.altenzentrum-korntal.de

JUGENDHILFE KORNTAL

Wir suchen:

Sozialpädagogische Fachkräfte

Wir freuen uns über Bewerbungen von ErzieherInnen, HeilpädagogInnen und Diplom-SozialpädagogInnen im stationären, teilstationären und ambulanten Bereich.

Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ)

Bei uns gibt es die Möglichkeit, ein Freiwilliges Soziales Jahr in den Bereichen Technik, Hauswirtschaft und Betreuung (Wohngruppen, Tagesgruppen) zu absolvieren.

Haben Sie Interesse, bei uns mitzuarbeiten? Nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf.

Jugendhilfe Korntal

Zuffenhauser Straße 24
70825 Korntal-Münchingen
Telefon 0711/8 30 82-0
Telefax 0711/8 30 82-90
info@jugendhilfe-korntal.de
www.jugendhilfe-korntal.de

Unsere STELLENBÖRSE unter WWW.DIAKONIE-KORNTAL.DE

Anzeige



Produktions  **schule**
Oberschwaben

Ihre Möbel nach Maß –

erstellt unter Mitarbeit der Jugendlichen aus der Produktionsschule

Wohnen · Schlafen · Essen · Küche · Büro

- Objektmöbel für Einrichtungen
- Mobiliar für Kindertagesstätten
- Lieferung auch im Großraum Stuttgart

Ihr Kontakt:

Hans-Jürgen Bauer
Schreinermeister/Werkstattpädagoge
Jugendhilfe Hoffmannhaus Wilhelmsdorf
Saalplatz 14
88271 Wilhelmsdorf
Telefon 01515 3823723
bauer@hoffmannhaus-wilhelmsdorf.de
www.produktionsschule-oberschwaben.de

AUS UNSEREM LEITBILD

Wir wollen das Evangelium von Jesus Christus nicht nur in Worten, sondern auch in Taten weitergeben. Wir orientieren unser Handeln am christlich-biblisches Menschenbild. Die diakonischen Einrichtungen sind tätiger Ausdruck dieses Gedankens und daher organisatorisch eng mit der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal verbunden.

Verwaltung Diakonie der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal

www.diakonie-korntal.de

- Geschäftsführer: Veit-Michael Glatzle

Jugendhilfe Korntal

www.jugendhilfe-korntal.de

- Gesamtleitung: Joachim Friz, Diakon, Sozialarbeiter, Transaktionsanalytiker

Jugendhilfe Wilhelmsdorf (Kreis Ravensburg)

www.hoffmannhaus-wilhelmsdorf.de

- Gesamtleitung: Gerhard Haag, Dipl.-Sozialpädagoge (FH)

Hoffmannschule Wilhelmsdorf (Kreis Ravensburg)

www.hoffmannhaus-wilhelmsdorf.de

- Leitung: Alexander Stickel und Jens Buchmüller

Johannes-Kullen-Schule Korntal

www.johannes-kullen-schule.de

- Leitung: Karl-Georg Gutjahr

Schulbauernhof Zukunftsfelder

www.schulbauernhof-zukunftsfelder.de

- Leitung: Jochen Rittberger, Realschullehrer

Kindergärten

www.kindergarten-korntal.de

- Leitung: Gudrun Woschnitzok

Altenzentrum Korntal

www.altenzentrum-korntal.de

- Leitung: Esther Zimmermann, Dipl.-Pflegerin (FH)

KM Sozialstation

- Geschäftsführer: Jörg Henschke
- Pflegedienstleitung: Schwester Silvia Berthele

IMPRESSUM

AKZENTE, das lebenspraktische Magazin für Mensch und Familie
Herausgeber: Diakonie der Ev. Brüdergemeinde Korntal gemeinnützige GmbH
Erscheinungsort: Korntal-Münchingen
Erscheinungsweise: halbjährlich
Redaktionsleitung: Manuel Liesenfeld

Anschrift der Redaktion:
Diakonie der Ev. Brüdergemeinde Korntal gemeinnützige GmbH
Saalplatz 1
70825 Korntal-Münchingen
Telefon 0711/83 98 77-0, Fax -90
mliesenfeld@diakonie-bgk.de
www.diakonie-korntal.de

Gestaltung: CB Werbeproduktion, Fellbach
Druck: Henkel GmbH, 70499 Stuttgart-Weilimdorf
Fotos: Bernhard Weichel, Manuel Liesenfeld, Manuela Seeber, Chris Riekert, Harald Barth
Titelseite: © hanseat - Fotolia.com
Diakonierat: Klaus Andersen, Jochen Hägele, Veit-Michael Glatzle, Peter Engenhart, Matthias Rebel, Hartmut Schühle, Oliver Konanz, Axel Schäfer, Marco Mander

„Deine Kinder warten auf dich!“

Katharina Stahl ist 103 Jahre alt. Sie hat eine traumatische, herzerreißende Geschichte von Flucht und Trennung erlebt – und dabei die Hoffnung nie aufgegeben.



Katharina Stahl ist eine zierliche Frau mit schneeweißen Haaren. Ihrem Charme, ihren fröhlichen Augen, die ihr Gegenüber fest im Blick haben, kann man sich nicht entziehen. Kaum zu glauben, aber sie ist mit 103 Jahren die zweitälteste Bürgerin Korntal-Münchingens. „Ich erzähle immer gern“, sagt sie mit einer klaren, fließenden Stimme, die zum Zuhören einlädt. Und erzählen kann sie viel. Besonders von dem wohl prägendsten Ereignis ihres Lebens.

Im Jahr 1913 wurde Katharina Stahl als deutschstämmige Donauschwäbin im ehemaligen Jugoslawien geboren. 1944 dann der große Bruch: Die Rote Armee rückte vor und die „Volksdeutschen“ mussten fliehen. Die damals 31-Jährige machte sich mit ihren beiden Töchtern, Angehörigen und anderen Bekannten auf einen langen, ungewissen Weg in die Zukunft. Während der Flucht erlitt Katharina Stahl einen Nervenzusammenbruch, war bewusstlos und nicht mehr ansprechbar. Die einzige Möglichkeit einer medizinischen Versorgung war die Aufnahme in einem tschechischen Krankenhaus. Der Zug fuhr ohne sie weiter – und mit ihm ihre Töchter!

Als sie nach Tagen im Krankenhaus aufwachte, waren nicht nur deutsche Ärzte und Krankenschwestern durch russisches Personal ausgetauscht, sondern auch ihre Lebenslage dramatisch verändert. „Ich war ganz allein. Und als ich entlassen wurde,

wusste ich nicht, wohin ich gehen sollte oder wo ich hätte schlafen können. Ich musste doch meine Familie wiederfinden“, erzählt Katharina Stahl, jetzt sichtlich in Aufruhr. Die ständige Angst vor Verrat, vor Rache und Verschleppung, nur weil sie deutscher Abstammung war, und die Sorge um ihre Kinder begleiteten sie auf Schritt und Tritt.

Und doch zog sich das unsichtbare Band der Bewahrung immer wieder durch diese Zeit. „Es waren immer Menschen da, die mir geholfen haben“, berichtet Katharina Stahl. Ein Engel in der Not war die tschechische Hotelbesitzerin, die sie gütig versorgte und ihr Arbeit und ein Dach über dem Kopf gab. Als sie in ihrer Ausweglosigkeit vorhatte, wieder in ihre Heimat zurückzukehren, traf sie einen Bekannten vor dem Konsulat in Prag. Gerade rechtzeitig konnte er sie warnen: „Verschwinde, bevor es zu spät ist! Der Transport bringt Dich sonst in ein Vernichtungslager der Serben!“ Und dann gab es den tschechischen Pförtner, der sie vor dem Verrat einer ungarischen Kommunistin warnte und ihr half, im Morgengrauen zu fliehen. Und doch gab es einen Tag, da konnte Katharina nicht mehr, da wollte sie sich sogar das Leben nehmen. „Dann vernahm ich auf einmal ganz deutlich die Worte: ‚Deine Kinder warten auf dich!‘ Und ich wusste: Ich muss sie finden!“

Ihre Hoffnung hatte wieder neue Nahrung. „Ich habe jeden Tag gemeint, ich werde meine Töchter finden“, erzählt sie. Eine lange Kette von Hinweisen brachte sie schließlich auf wunderbare Weise ihrem Herzenswunsch näher. Als sie sich schließlich 1946 von Tschechien mit dem Zug nach Deutschland aufgemacht hatte, fand sie ihre Kinder nach zwei Jahren kräftezehrender Suche in Stuttgart-Mühlhausen wieder – dank der Vermittlung des Polizeipräsidiums München. Dieses unglaubliche Glücksgefühl begleitet sie noch heute. In den Jahren, die folgten, wurde Stuttgart ihre neue Heimat, wo sie u. a. als Schulhausmeisterin tätig war. Seit 2013 wohnt sie im Altenzentrum der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal und erfreut mit ihrer positiven Ausstrahlung Bewohner und Pflegekräfte. Sie hat, wie sie sagt, eine beständige Hoffnung und vertraut darauf, dass ein unbeschreiblicher Gott in jeder Lage an ihrer Seite ist.

Debora Traub