



In der letzten Lebensphase

Inhalt Heft 1– 2024

Editorial	1
<i>Mirjam Christen</i>	
Schmerz und Leid haben viele Gesichter	2
<i>Katharina Heimerl und Sabine Millius</i>	
Pflegerische Seelsorge	7
<i>Ignazia Graf-Giger</i>	
Die würdezentrierte Therapie	12
<i>Rosmarie Mühlbacher</i>	
Was bringt das Alter?	15
<i>Alfried Längle</i>	
Palliativpionierin C. Saunders und Verbindungen zu V. E. Frankl	20
<i>Martina Holder-Franz</i>	
Persönliche Begegnung mit ...	24
<i>Interview R. Mühlbacher mit dem Hospizteam St. Antonius</i>	
Der Klinikclown und seine Würdigung des Menschseins	32
<i>Tanja-Alexandra Landes</i>	
Angewandte Logotherapie	35
<i>Othmar Arnold / Albert Baumgartner</i>	
Rückblick auf die Jahrestagung SGLE/ILE 2023	40
<i>Dietmar Max Burger</i>	
Informationen aus der SGLE, Regionalgruppen	42
<i>Peter Gumbal</i>	
Informationen aus dem ILE	44
<i>Reto Parpan</i>	
Buchempfehlungen, Podcasts und Veranstaltungen	46

Herausgeber:	Vorstand SGLE
Redaktion:	Rosmarie Mühlbacher, St. Gallen
Layout, Fotos:	André Brugger, St. Gallen
Erscheint:	2mal jährlich
Bestellungen bei:	Therese Hugentobler, Wildbergstr. 7, 9243 Jonschwil
Copyright:	by SGLE
Präsident SGLE:	Peter Gumbal, Rosenbergstrasse 4, 8820 Wädenswil
Website:	www.sgle.ch

EDITORIAL



Liebe Leserinnen und Leser

Sie halten erneut eine Ausgabe in Ihren Händen, die sich einem besonderen und sehr berührenden Thema widmet. Wir haben dazu vielfältige Texte zusammengetragen. Sie beleuchten die Nöte des Menschen in seiner letzten Lebensphase, aber auch die Bestrebungen, diesem eine Heimat und Geborgenheit zu bieten und ihn in der Gestaltung eines guten Lebensendes zu unterstützen.

Seit einigen Jahren begleite ich betagte Menschen. Es berührt mich stets zu sehen, wie sie Rückschau auf ihr Leben halten und es ihnen im «Winter ihres Lebens» geht. Sie leiden unter einem viele Ebenen umfassenden Schmerz. «*Total Pain*» nennt sich dieses auf Cicely Saunders, die Begründerin der Hospizbewegung, zurückgehende Phänomen. *Total Pain* beschreibt das individuelle Erleben eines physischen, psychischen, spirituellen und sozialen Schmerzes angesichts lebensbedrohlicher Erkrankungen oder am Lebensende. Viktor Frankls Gedankengut bietet hier so viele Anker und Anregungen sowie Hoffnung und Trost, um den letzten Lebensabschnitt gut zu gestalten, den Blick auf das Vergangene zu verändern und der Fülle ansichtig zu werden.

Es gibt so viele Bücher und mittlerweile auch Podcasts, die den Blick auf den Menschen in seiner letzten Lebensphase wunderbar öffnen. Sie holen das Sterben und den Tod ins Leben, eine Voraussetzung, um damit gut umgehen zu lernen. Einige Publikationen und Podcasts haben wir für Sie ausgesucht und stellen sie in dieser Ausgabe vor, andere finden Sie auf unserer Website. Der Logotherapeut Manfred Hillmann schreibt im Buch *Sterben und Gelassenheit. Von der Kunst, den Tod ins Leben zu lassen*: «Wer gut in sich hineinfühlen kann, wird entdecken, dass es eine Stimme gibt, die ihm ganz leise, aber bestimmt zuflüstert, dass es mit uns gut ausgehen wird, dass wir auch im Tode noch Schutz und Geborgenheit erfahren werden. Dieses gefühlte Wissen macht gelassen.» Wer möchte sich nicht darin aufgehoben wissen, wenn sich das Leben dem Ende zu neigt?

Wir wünschen Ihnen eine inspirierende Lektüre.

Mit lieben Grüßen

Mirjam Christen

Mitglied der Redaktionskommission und des Vorstands SGLE

Schmerz und Leid haben viele Gesichter¹

Total Pain in der Palliativen Geriatrie



Dr. Katharina Heimerl & Sabine Millius

Dr. med. Katharina Heimerl

Assoziierte Professorin am Institut für Pflegewissenschaft der Universität Wien

Sabine Millius

MAS Palliative Care, Pflegefachfrau BSc HES-SO in Nursing, Fachverantwortliche
Gesundheit & Lebensbegleitung am Institut Neumünster in Zollikerberg

Hochaltrige Menschen machen Erfahrung mit dem existenziellen Schmerz, der sie in ihrer körperlichen, psychischen, sozialen und spirituellen Dimension erfasst. Sie leiden unter der Tatsache, dass das Leben zu Ende geht. Für nicht wenige stellt sich die Frage nach dem Sinn ihres verbleibenden Lebens. Auch erleben sie Verluste von geliebten Menschen und Fähigkeiten und verspüren die Folgen von chronischen oder akuten Krankheiten. Wie kann man mit diesem «totalen» Schmerz umgehen?

«Gesundheit ist ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Beschwerden», formuliert es die Weltgesundheitsorganisation kurz nach dem Zweiten Weltkrieg (WHO, 1946) und revolutioniert damit das Verständnis von Gesundheit und Krankheit. Nicht nur, weil Gesundheit erstmals als mehr als die Abwesenheit von Krankheit gesehen wird, sondern auch, weil die WHO ihrem Verständnis von Gesundheit ein ganzheitliches Menschenbild zugrunde legt. Gesundheit ist nicht nur körperliches, sondern auch geistiges und soziales Wohlbefinden.

Rund 20 Jahre später gründet *Cicely Saunders* das St. Christopher's Hospice in London, für viele die Geburtsstunde von Palliative Care. Das Konzept von Total Pain steht im Zentrum der Palliative Care und meint «die vielen Gesichter des Schmerzes» (Kojer, 2022), den Schmerz, der Menschen in ihrer Gesamtheit erfasst. Palliative Care erweitert das Menschenbild der Weltgesundheitsorganisation um eine

¹ Quelle mit freundlicher Genehmigung des Hogrefe-Verlags und der Autorinnen:
NOVAcura 8/23

«Pflegerische Seelsorge»

**Begegnung mit dem Menschen
in seinem existentiellen Dasein**

**Aspekte der Logotherapie und Existenzanalyse
als interprofessioneller Spiritual-Care-Beitrag
im Pflegealltag**



Ignazia Graf-Giger

Auszug aus der Diplomarbeit am ILE, Chur, September 2023

Ignazia Graf-Giger, geb. 1972, aufgewachsen im Bündner Oberland, wohnhaft in Chur. Nach einer KV-Banklehre Ausbildung zur Pflegefachfrau. Tätigkeit hauptsächlich im Kantonsspital in Chur, in der ambulanten Onkologie, die letzten acht Jahre auf der Palliativabteilung und im Palliativen Brückendienst. Seit Januar 2024 eine neue berufliche Herausforderung als Mitglied des Kollektivteams der Heim- und Pflegeleitung im Pflegeheim in Cumpadials. Das NDS logotherapeutische Beraterin am ILE Chur im Herbst 2023 abgeschlossen.

Einleitung

Mit dieser Diplomarbeit möchte ich die Logotherapie und Existenzanalyse mit der Krankenpflege verbinden. Das Besondere am ganzheitlichen Menschenbild der Logotherapie und Existenzanalyse ist die geistige Dimension mit ihrer Ausrichtung auf den Sinn des Lebens. *Viktor E. Frankl* betont die geistige Wesensart des Menschseins, die Teil der «leiblich-seelisch-geistigen Einheit und Ganzheit» ist (vgl. Frankl, 2010, S. 70). Dieses Menschenbild bietet viel Hilfreiches für den Pflegealltag, in der Begegnung mit den kranken Menschen, ihren Angehörigen, aber auch mit den Mitarbeitenden und nicht zuletzt als Selbstsorge in der Begegnung mit sich selbst. Mit Frankls Logotherapie und Existenzanalyse wird teilweise ein Grenzgebiet betreten zwischen Medizin und Philosophie. Vor allem Frankls «ärztliche Seelsorge» bewegt sich an der Grenze zwischen Medizin und Religion – ein Grenzgebiet, ein Niemandsland (vgl. Frankl, 2014, S. 311).

[...]

Daraus leite ich für diese Diplomarbeit folgende Fragestellung und Zielsetzung ab

- Welche praktische Hilfe bietet die Logotherapie und Existenzanalyse im Umgang mit existentiellen Themen im Rahmen von Begegnungen mit (schwer)

Die Würdezentrierte Therapie

Zusammengestellt von Rosmarie Mühlbacher, SGLE-Vorstandsmitglied

Konzept der Würdetherapie¹

Der Patient wird zu einem **Lebensrückblick** eingeladen, wobei die Erinnerungen an positive Aspekte des eigenen Lebens im Vordergrund stehen sollen. Das Gespräch wird durch neun Leitfragen vorstrukturiert, die vorwiegend auf die Würde bewahrenden Perspektiven zielen (s. Tab. 2). Betont wird der Aspekt der *Generativität*. Diese wird als die Fähigkeit verstanden, «die nächste Generation anzuleiten, [und] beinhaltet, wie Patienten Kraft oder Trost finden können im Wissen, dass sie etwas Dauerndes und Transzendentes nach ihrem Tod hinterlassen werden.» «Generativität» ist im Entwicklungsmodell von *Erik H. Erikson (1966)* die Entwicklungsaufgabe des mittleren Erwachsenenalters. Das Konzept wird hier bis zum Lebensende ausgedehnt. Sechs der neun Fragen beziehen sich direkt auf die Angehörigen des Patienten.

Leitfragen der Würdetherapie (Chochinov u. a. 2005)

1. Erzählen Sie mir etwas über ihre Lebensgeschichte, besonders die Teile, an die Sie sich am meisten erinnern oder die Sie für die wichtigsten halten. Wann fühlten Sie sich am lebendigsten?
2. Gibt es bestimmte Dinge, die Ihre Familie über Sie wissen und an die sie sich besonders erinnern soll?
3. Welche sind die wichtigsten Positionen, die Sie in Ihrem Leben innehatten (in der Familie, im Beruf, in der Gemeinde u. a.)? Weshalb waren diese so wichtig für Sie und was glauben Sie, in diesen Rollen erreicht zu haben?
4. Was sind Ihre wichtigsten Leistungen und worauf sind Sie am meisten stolz?
5. Gibt es besondere Dinge, die Sie Ihren Angehörigen dringend noch sagen möchten oder die Sie gerne noch einmal sagen möchten?
6. Was sind Ihre Hoffnungen und Träume für Ihre Angehörigen?
7. Was haben Sie über das Leben gelernt, das Sie anderen mitgeben möchten? Welchen Ratschlag oder welche Leitlinien möchten Sie weitergeben an Ihren ... (Sohn, Tochter, Ehemann, Ehefrau, Eltern oder an andere?)

¹ Wikipedia, <https://de.wikipedia.org/wiki/Würdetherapie>

Was bringt das Alter?¹

Leiden und reifen als existentielle Herausforderung



PD DDr. Alfred Längle

Alfried Längle, geb. 1952 in Götzis, ist ein österreichischer Psychotherapeut, klinischer Psychologe, Arzt für Allgemeinmedizin und psychotherapeutische Medizin. Er hat eine Professur an der Wirtschaftshochschule Moskau, Gastprofessur an der Sigmund-Freud-Universität Wien, ist Dozent am Institut für Psychologie der Universität Klagenfurt und hat eine Gastprofessur an der Universität St. Gallen. Er ist Gründungsmitglied und langjähriger Vorsitzender der *Internationalen Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse* (GLE) mit Sitz in Wien und ist in eigener Praxis für Psychotherapie und Coaching tätig. Von 1982 bis 1991 gab es eine enge Zusammenarbeit mit *Viktor Frankl*. Veröffentlichung zahlreicher Publikationen.

Auszug aus dem Artikel «Leiden und reifen als existentielle Herausforderung»

Im Alter erlebt der Mensch die grundlegenden Themen der Existenz (vgl. Längle 2002a; 2008) wieder neu, anders, manches abgeschwächt, manches schärfer und dringlicher. Sie waren als Grundthemen der Existenz auch in den vorangegangenen Lebensabschnitten enthalten. Wenn sie verdrängt oder übergangen wurden, so können diese Themen unerbittliche Züge annehmen und zur Entwicklung von Psychopathologien führen:

- sie können bedrohen und *Angst* machen, mitunter psychotische Episoden verursachen;
- sie können belasten und *depressiv* machen;
- sie können beengen und *hysterisch* bzw. paranoid machen.

Der alternde und alte Mensch erlebt einige Bedingungen der Existenz mit besonderer Eindringlichkeit:

¹ Zeitschrift der GLE: EXISTENZANALYSE 32/1/2015, mit freundlicher Druckerlaubnis des Autors.

Palliativpionierin Cicely Saunders und Verbindungen zu Viktor E. Frankl



Dr. Martina Holder-Franz

Martina Holder-Franz, geboren 1967, arbeitet seit 25 Jahren als Pfarrerin im Teilzeitamt. Sie ist verheiratet mit Pfarrer Dan Holder. Seit 2009 sind sie beide als Pfarrehepaar in Riehen/BS tätig. Sie haben vier Kinder im Alter zwischen 16 und 26 Jahren. Seit einigen Jahren forscht sie zu *Cicely Saunders* und publizierte verschiedene Bücher und Artikel über sie, aber auch zu Palliative Care. 2022 schloss sie ihre Doktorarbeit an der Universität Aberdeen zum Thema «Trosterfahrungen am Lebensende» ab. Seit Kurzem unterrichtet sie Spiritualität im Kontext von Palliative Care in verschiedenen Ausbildungsgängen in der Schweiz.

Die britische Palliative-Care-Pionierin *Cicely Saunders (1918-2005)* gilt als Mitbegründerin der modernen internationalen Palliative-Care-Bewegung. Sie gründete 1967 das St.-Christophers-Hospiz im Süden von London mit der Idee, auch gleichzeitig ein Forschungszentrum für Palliative Care aufzubauen. Dort lernen bis heute verschiedene Professionen voneinander und tauschen Ideen und Forschungsergebnisse aus. Saunders erlernte verschiedene Berufe. Sie beobachtete in ihrer Tätigkeit als Krankenschwester während des Zweiten Weltkrieges, als Sozialarbeiterin nach dem Krieg und nach dem Medizinstudium als Ärztin viele Patientinnen und Patienten und begleitete diese am Ende ihres Lebens. Sie entwickelte bereits in der Anfangszeit des Hospizes eine besondere Achtsamkeit für die Angehörigen und das soziale Umfeld. In ihrem Buch *«Der Horizont ist nur die Grenze unserer Sicht»*¹ und ihrer am Lebensende zusammengestellten Sammlung von Veröffentlichungen *«Sterben und Leben»*² geht sie mehrmals auf die Bedeutung von *Viktor E. Frankl* ein und zitiert ihn mehrere Male. In meiner Publikation *«... dass du bis zuletzt leben kannst – Spiritualität und Spiritual Care bei Cicely Saunders»*³ erörtere ich, dass Saunders besonders durch die Begleitung des jüdischen *David Tasma*, den sie 1947 als Sozialarbeiterin im Sterben begleitete, vor zahlreiche Fragen nach Sinnsuche

¹ Cicely Saunders, *Der Horizont ist nur die Grenze unserer Sicht*, Zürich 2015

² Cicely Saunders, *Sterben und Leben*, Zürich 2018

³ Martina Holder-Franz, „ ... dass du bis zuletzt leben kannst – Spiritualität und Spiritual Care bei Cicely Saunders“, TVZ, 2012

Persönliche Begegnung mit ...



**Rosmarie Mühlbacher im Gespräch
mit dem Hospizteam St. Antonius in Hurden/SZ:
Sr. Thomas Scherer / Frau Stössel / Frau Otter und Herr Bosshard**

Das Hospiz St. Antonius in Hurden bietet den Sterbenden ein familiäres Umfeld. Im Hospiz arbeitet ein professionell ausgebildetes Palliative-Care-Team, das mit den Hospizgästen den Alltag verbringt. Sie begleiten sie in der aktiven Gestaltung ihrer verbleibenden Zeit, um möglichst lange einen normalen Tagesablauf einhalten, Kommunikationsmittel nutzen oder Spaziergänge unternehmen zu können. «Dem Leben mit Respekt begegnen» ist der Leitsatz der St.-Antonius-Stiftung, welche vom Kloster Baldegg 1944 gegründet wurde und gemeinnützig ist. Das Hospiz wurde vor gut 10 Jahren gegründet.

Weitere Informationen: www.st-antonius-hurden.ch

Frau Otter, Sie sind die oberste Leiterin von Heim & Hospiz?

Ja, in den unteren Räumlichkeiten befindet sich ein Heim für körperlich und geistig beeinträchtigte Menschen jeglichen Alters (35 Plätze) und im oberen Stock das Hospiz mit vier Plätzen. Frau Stössel ist die Abteilungsleiterin für das Hospiz und Herr Bosshard ist der Pflegedienstleiter und mein Stellvertreter und ist übergreifend für Heim & Hospiz zuständig.

Frau Stössel, was hat Sie persönlich bewogen hier zu arbeiten?

Als gelernte Pflegefachfrau arbeitete ich ein paar Jahre an verschiedenen Orten in der Akutpflege, u. a. auch bei der Spitex. Zur Hospizarbeit kam ich wegen einer ehemaligen Kollegin, die ein anderes Hospiz leitete und meinte, dass das etwas für mich wäre. Als sie pensioniert wurde, wurde ich ihre Nachfolgerin. Vor gut zwei Jahren kam ich dann durch die Bekanntschaft mit Sr. Jolenda, der früheren Leiterin des Hospizes St. Antonius, hierher. Schon immer machte ich die Betreuung von Men-

Der Klinikclown und seine Würdigung der geistigen Komponente des Menschseins am Lebensende



Tanja-Alexandra Landes

Tanja-Alexandra Landes: Klinikclown, Humorberaterin, Studium der Sozialen Arbeit. Ihre Bachelorarbeit trägt den Titel *Der Klinikclown auf der Palliativstation – Grenzgänger zwischen Leben und Tod* und beantwortet die Frage, welche Bedeutung die Palliative Care und Viktor E. Frankls Menschenbild zur Ausbildung einer reflexiven Haltung von Klinikclowns auf der Palliativstation haben.

www.hugo-konzept.de

Lotti, so heißt meine Klinikclownfigur, hält die Türklinke eines Zimmers auf der Palliativstation in der Hand und holt noch einmal einen tiefen Atemzug, bevor sie das Zimmer betritt. «Guten Tag, mein Name ist Lotti, darf ich Sie besuchen kommen?», lautet die Frage, die sie stellt, wenn sie Menschen an ihrem Lebensende auf der Palliativstation oder im Hospiz besucht. Fast immer steht zunächst Irritation im Raum und diese erzeugt Spannung. «Sehr gerne, hallo Frau Lotti», bekommt sie zur Antwort. In völliger Absichtslosigkeit hinsichtlich des weiteren Verlaufs der Begegnung steht Lotti im Zimmer einer Dame und greift intuitiv das Modethema auf. Sie bittet die Dame um Rat und diese steigt mit einem zarten Lächeln auf das Thema ein. Nachdem Lotti vorbildlich beraten worden ist, hält das Gegenüber die Tasche mit ihrer Nahrungspumpe in die Höhe und erklärt stolz: «Dies ist meine Gucci-Tasche ...», triumphierend mit der anderen Hand ihren Urinbeutel hochhaltend, «... und dies meine Versace-Tasche!» Ihre Augen blitzen dabei schelmisch auf. Lotti ist ob der modischen Raffinesse sprachlos. Es ist wenige Tage vor Weihnachten, und ich ahne, dass es der Dame letztes Fest sein wird. Sie hat eine achtjährige Tochter, für die sie gerade einen Brief schreibt. Sie wünscht sich noch ein Lied von mir auf der Ukulele; gemeinsam singen wir *Schneeflöckchen, Weißbröckchen*. Sie ist berührt, gleichzeitig dankbar und amüsiert über meinen Besuch, als ich mich kurz darauf verabschiede.

Einen Plan oder gar eine Routine, auf die ich mich als Klinikclown bei meinen Besuchen verlassen kann, gibt es nicht. Allein über meine bewusste innere Haltung lasse ich mich auf die Begegnungen mit Menschen am Lebensende ein. Ausgehend davon, dass professionell Handelnde sich einer professionellen Haltung bedienen, trete ich in Interaktion. *Kuhl et al. (2014)* sprechen von einem authentischen Selbst-

Angewandte Logotherapie

Tenna Hospiz – ein kleiner Leuchtturm am grossen Übergang



Othmar Arnold

Othmar F. Arnold ist Pflegeexperte, Friedensarbeiter und Theologe. Er lebt als Sorgender Mitbewohner in der Wohngemeinschaft Alte Sennerei in Tenna/GR.
www.tennahospiz.ch

Am Anfang war eine Vision.

Im abgeschiedenen Tal, wo jede/r auf ihrem/seinem Berg lebt, wird es gegen Ende des Lebens – wenn sich die Fähigkeiten und die Möglichkeiten stetig verändern – zunehmend schwieriger, ein Leben in Würde und zuhause zu leben. Vor gut vier Jahrzehnten hat es mich völlig fasziniert, die letzten Vertreterinnen und Vertreter einer alpinen Selbstversorgergesellschaft, ihre Kultur und Traditionen kennenzulernen. Die Menschen im *Safiental* haben über Jahrhunderte aus dem, was sie hatten, im kargen Bergtal das Beste gemacht. Sie lebten in grosser Autonomie, anerkennend, dass die Lebensgrundlagen mit existenziellem Aufwand der Natur und Umwelt abgerungen werden müssen. Das Leben auf 1600 m war nie ein Schlaraffenland – und als Einzelner auch nicht tragbar. Die Menschen hier waren immer aufeinander angewiesen – eine Grundhaltung, die heute noch als Nachbarschaftshilfe in der Walserkultur sichtbar bleibt.

Am Lebensende zogen die Menschen von der Stube in die Nebenstube – und wurden von den jüngeren Generationen unter demselben Dach versorgt und umsorgt. Am Schluss bildete sich dann ein langer Trauerzug von der Schwelle des (Geburts-) Hauses zum entfernten Friedhof.

Mit dem Strukturwandel in der Landwirtschaft und dem gesellschaftlichen Wandel in der Postmoderne (Individualisierung) sind diese Traditionen am Ausklingen. Heute gibt es ein Gesundheits- und Sozialwesen, das alles Mögliche behandelt und versorgt. Wenn es zuhause nicht mehr geht, werden die verwurzelten Menschen gut platziert. Als Pflegefachperson im Dienst der Spitex hatte ich wiederholt erlebt, dass Menschen plötzlich weg waren: Gebrechlichkeit, Krankheit oder Unfall, der

Antworten auf Fragen, die das Leben stellt



Albert Baumgartner

Albert Baumgartner, geb. 1952, aufgewachsen in St. Gallen, Luftverkehrsangestellter bei Swissair, Auslandsaufenthalt für Swissair in Manchester, Ausbildung zum Sozialarbeiter, langjährige Tätigkeit bei Pro Senectute Stadt St. Gallen, Weiterbildung in Organisationsberatung und -entwicklung am Managerzentrum St. Gallen, Zusatzausbildung in Psychosynthese, Lehrbeauftragter der Fachhochschule Ost.

Vor längerer Zeit hörte ich am Radio ein Interview mit *Viktor Frankl*, damals über 90 Jahre alt. Ein Satz hat sich tief in mein Gedächtnis eingraviert:

«Es ist nicht in erster Linie an uns, Fragen zu stellen. Es ist das Leben, das Fragen an uns stellt und wir sind aufgerufen, darauf zu antworten.»

Als Sozialarbeiter war es meine Aufgabe, Menschen behilflich zu sein, ihre Antworten auf Fragen, die das Leben ihnen stellte, sinnvolle Antworten zu finden, sowohl auf materieller wie auch auf immaterieller Ebene. Ein weiteres Leitbild ist für mich das Modell der Entwicklungsaufgaben. Demnach stellt uns jede Lebensphase vor bestimmte Aufgaben und Herausforderungen, die es zu meistern gilt, um ein Leben lang zu wachsen und zu reifen, bis zum letzten Atemzug. Dieses Leitbild half mir, den älteren Menschen nicht mit Mitleid zu begegnen, sondern mit der Frage, wie ich sie unterstützen kann, damit sie ihre Entwicklungsaufgabe meistern können.

Hier ein Beispiel aus meiner Praxis: Frau A., über 80 Jahre alt, verliert ihren Ehemann innert Sekunden. Das Ehepaar hat sich kaum mit der Frage des Sterbens auseinandergesetzt. Frau A. verliert den Boden unter den Füßen, ist verzweifelt, traurig, auch wütend auf ihren Mann, der sie so plötzlich verlassen hat. In der Begleitung geht es darum, die Trauer und die Verzweiflung zuzulassen, mit Frau A. auszuhalten, sodass sie sich angenommen fühlt in dem Zustand, in dem sie gerade ist. Einmal erwähnte sie, am liebsten würde sie auch sterben. Ich deutete das so, dass ihr dann der Schmerz des Verlustes und der Trauer erspart blieben. Sie fühlte sich verstanden. Ich glaube an die Selbstheilungskraft der Seele. Voraussetzung ist, dass sich jemand gesehen, gehört und verstanden fühlt, damit die Heilungskräfte sich entfalten können.

SGLE-Regionalgruppen

Sinn und Zweck der regionalen Treffen sind gegenseitiger Austausch, Anregung, Vernetzung und Information, evtl. auch Weiterbildung von LT-Ausgebildeten.

Gruppe Nord-Ostschweiz (SG, TG), Kontakt/Auskunft: Rosmarie Mühlbacher,
rmuehlbacher@bluewin.ch

Freitag, 31. Mai / 16. August / 29. November 2024, jeweils 9.00 – 11.00 Uhr
Dominikanerinnen-Kloster, c/o Sr. Simone Hofer, Klosterweg 7, Wil / SG

Gruppe Zürich/Zentralschweiz, Kontakt/Auskunft: Mirjam Christen,
Anmeldung: info@sgle.ch

Freitag, 21. Juni 2024, 17 – 19 Uhr,
Praxisgemeinschaft, Tellstr. 35, Winterthur

Gruppe Nord-Westschweiz (BS, BL, SO, BE), Kontakt/Auskunft: Ludwig Ziegerer,
paterludwigkloster-mariastein.ch

Samstag, 20. April 2024, 17 Uhr
Huus am Brunnen El Ro'i, bei M. Monsch, Klingentalgraben 35, Basel (Tram 8 ab HB
bis zur Station Kaserne)

Gruppe Süd-Ostschweiz (SG, GR, TI); Kontakt/Auskunft: Karin Büchel,
dialog@fl1.li

Montag, 3. Juni / 16. September, jeweils 18 – 20.00 Uhr,
Cafeteria, Gürtelstrasse 48, Chur

Gruppe Romandie (FR, VD), Kontakt/Auskunft: Elisabeth Ansen Zeder,
zrel@me.com; elisabeth.ansen-zeder@psychologie.ch

Weitere Infos siehe www.sgle.ch



Informationen aus dem ILE

Dr. Reto Parpan

Im Laufe des Herbstes 2023 hat eine Arbeitsgruppe ein neues Psychotherapie-Weiterbildungskonzept für Ärztinnen und Ärzte, die den Facharztstitel Psychiatrie und Psychotherapie FMH anstreben, ausgearbeitet. Anfang Dezember wurde das Curriculum bei der Schweizerischen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie SGPP eingereicht. Wir hoffen sehr auf die Anerkennung. Angehende Fachärztinnen und Fachärzte für Psychiatrie und Psychotherapie hätten dann weiterhin die Möglichkeit, den Psychotherapieanteil am ILE zu absolvieren.

In den letzten Monaten haben verschiedene Veranstaltungen unserer Dozenten/-innen stattgefunden:

Am 12. Oktober 2023 ein Vortrag von Dr. Gottfried Matthias Spaleck im Haus Gutenberg in Balzers FL zum Thema: *Gesundheit – meine Entscheidung?*

Am 2. Februar 2024 ein Tagesseminar von Monika Wohlmuth am ILE zum Thema: *Führung erfolgreich gestalten.*

Am 9. Februar 2024 ein Seminar von Dr. B. Tamara Steiner am ILE zum Thema: *Logotherapie – ein Plus für die Seelsorge.*

Am 24. Februar 2024 fand eine Informationsveranstaltung unserer Absolventin Giovanna De Martiis in ihrer Praxis in Winterthur zum Thema: *Diplom in der Tasche – wie weiter?* statt. Diese Veranstaltung wird am 13. und 20. April 2024 wiederholt.

Im September/Oktober 2024 führt unsere Dozentin Dr. Heidi Vonwald einen Online-Kurs – bestehend aus einem Vortrag und drei darauffolgenden Workshops – zum Thema *Demenzbegleitung* durch.

Für den Herbst 2024 ist auch ein Seminar zum Thema *Trauerbegleitung* mit der ILE-Absolventin Sr. Agnes Brogli im Kloster Cazis geplant.

Die *Online-Einführung in die Logotherapie und Existenzanalyse* mit Dr. B. Tamara Steiner und Dr. Bruno Frischherz findet nach wie vor grossen Anklang. Nächste Durchführungstermine: 17. April und 4. Juni 2024.

Buchempfehlungen / Podcasts:

Katharina Heimerl / Sabine Millius (Hrsg.)

Total Pain in der Palliativen Geriatrie

Vom Umgang mit dem existenziellen Schmerz im hohen Alter

Hogrefe, Bern 2024, 336 S. ISBN 978-3-456-86220-0

Total Pain beschreibt das individuelle Erleben eines physischen, psychischen, spirituellen und sozialen Schmerzes angesichts lebensbedrohlicher Erkrankungen oder am Lebensende. Das Fachbuch «Total Pain in der Palliativen Geriatrie» nimmt das Phänomen bei hochbetagten Menschen in den Blick und leistet damit einen Beitrag zu Schmerzmedizin, Palliative Care und Altenpflege. Die Auseinandersetzung mit Total Pain ist immer interdisziplinär und interprofessionell zu denken und erfordert besondere (Er)Kenntnisse. Die Herausgeberinnen sowie die Autorinnen und Autoren sind Fachleute im Bereich der Palliativen Geriatrie, ihre Beiträge skizzieren länderübergreifend die Perspektiven der unterschiedlichen Berufsgruppen und beschreiben die Besonderheiten der jeweiligen Versorgungssettings.

Christoph Riedel

Menschsein im Sterben

Menschenbild, Würde und Logotherapie in der Palliative Care.

Hogrefe, Bern 2024, 176 Seiten. ISBN 978-3-456-86326-9. Erscheint am 27. Mai 2024

Menschsein im Sterben zu verstehen, fördert die angemessene Sorge um die Lebensführung Sterbender. Die Klärung anthropologischer Grundbegriffe wie Würde, Souveränität, Selbstbestimmtheit und Autonomie erleichtern mitfühlende Unterstützung bei Entscheidungsprozessen Sterbender. Der Autor, Philosoph mit Qualifikationen in Psychotherapie und Palliative Care, reflektiert das Menschsein im Sterben auf den Grundlagen der Logotherapie nach Frankl und der Würdezentrierten Therapie nach Chochinov. So entsteht ein strukturiertes Konzept für die palliative und hospizliche Praxis in der Perspektive einer angewandten Anthropologie, wie sie die Logotherapie ermöglicht. Das erleichtert Fachexpertinnen und -experten der Gesundheitsberufe wie auch ehrenamtlich Begleitenden die kommunikative Begegnung mit Sterbenden und die mitfühlende Sicht auf deren existenzielle Themen. In anschaulichen, kommentierten Fallvignetten, in Merksätzen und Praxistipps erschliessen sich in diesem Fachbuch die Grundlagen würdevollen Verhaltens, wertschätzender Kommunikation und mitfühlender Begegnung von Sterbenden und Sorgenden, u. a. im Kontext von Sinnkrisen, Schuldgefühlen und Trauer.

Harald-Alexander Korp

**Am Ende ist nicht Schluss mit lustig
Humor angesichts von Sterben und Tod**

Gütersloher Verlagshaus, 4. Auflage, Gütersloh 2023, 256 S. ISBN 978-3-579-07034-6

«Der Tod lächelt uns alle an. Das Einzige, was man machen kann: zurücklächeln.» Krankheit, Sterben und Tod – da gibt es nichts zu lachen, oder? Harald-Alexander Korp sieht das ganz anders. Lachen wirkt entspannend, hilft Sprachlosigkeit zu durchbrechen und schafft Erleichterung. In diesem Buch schildert er, wie der Humor dabei hilft, Sterben und Tod besser zu bewältigen. Menschen am Lebensende, Angehörige und vor allem Pflegende erfahren hier, wie der Humor als Widersacher der Angst auf spielerische Weise Distanz schafft und die Kraft für das Loslassen stärkt. Ein Muss für alle, denn der Tod ist allen gewiss ...

Julia Kalenberg

**Jetzt zeigst Du uns, wie Sterben geht
Sterben lernen heißt leben lernen**

Zytglogge, Bern 2023, 240 S. ISBN 978-3-7296-5115-9

Julia Kalenberg schildert anhand von zahlreichen Beispielen, wie Abschied und Sterben gestaltet werden können und wie die Kommunikation darüber gelingen kann. Unterschiedliche Erfahrungen aus ihrem Umfeld haben ihr geholfen, ihren Vater auf seinem letzten Weg zu begleiten. Gemeinsam haben sie die Sterbezeit genutzt, um bewusst voneinander Abschied zu nehmen. Aus den sehr persönlichen Erlebnissen – sowohl den eigenen als auch denen anderer Menschen – sind wertvolle Gedanken und Anregungen entstanden, die helfen, künftige Abschiede besser annehmen, verarbeiten und sogar mitgestalten zu können. Das Faszinierende: Die aktive Auseinandersetzung mit dem Sterben und mit der eigenen Endlichkeit bringt mehr Leichtigkeit ins eigene Leben.

Verena Begemann / Daniel Berthold / Manfred Hillmann

**Sterben und Gelassenheit
Von der Kunst, den Tod ins Leben zu lassen**

V&R, 2. Auflage, Göttingen 2015, 176 S. ISBN 978-3-525-40348-8

Wenn wir schon nicht gelassen leben, wie sollten wir dann gelassen sterben können? Sind die eigene Endlichkeit und Gelassenheit überhaupt zusammenzudenken? Ein-

drucksvoll und unmissverständlich empfiehlt uns der Tod, sich besser früher als später damit auseinanderzusetzen. Drei Experten aus dem Hospiz- und Palliativbereich inspirieren dazu, sich auf die Gelassenheit einzulassen. Sie wagen das Experiment, sich dem letzten aller Abschiede vorausschauend zu nähern. In behutsamer Ehrlichkeit geben sie Ängsten, Abschieden und Trauer, Hoffnungen und Lebensfreude den nötigen Raum. Das Autorenteam schöpft aus dem Wissen grosser Vorbilder: Religionen und Weisheitstraditionen, Literatur und Philosophie, Psychologie und Therapie.

Barbara Steffen-Bürgi / Erika Schärer-Santschi / Diana Staudacher / Settimio Monteverde (Hrsg.)

Lehrbuch Palliative Care

Hogrefe, 3., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage, Bern 2017, 974 S.
ISBN 978-3-456-85354-3

Das erfolgreiche Lehrbuch stellt das gesamte Palliative-Care-Konzept umfassend, interdisziplinär, organisationsübergreifend sowie praxisorientiert dar. Es zeigt, dass Palliative Care nicht erst mit dem Sterben beginnt! Es stellt von Anfang an den betroffenen Menschen und seine Familie in den Mittelpunkt und leitet davon die patientenbezogenen Behandlungs- und Versorgungskonzepte ab. Es wirbt um die Entwicklung von Haltung und Kultur im Umgang mit schwer kranken, alten und sterbenden Menschen und überträgt diese auf eine würdevolle Behandlung, Pflege und Begleitung bis zuletzt. Das «Lehrbuch Palliative Care» avancierte in kürzester Zeit zum Standardwerk für alle, die sich in Palliative Care fort- und weiterbilden oder ein Studium absolvieren. Brigitta Tamara Steiner verfasste das Kapitel «Der Mensch in seinen Sinn- und Wertbezügen: Logotherapie und Palliative Care».

Corinna Schmohl

**Onkologische Palliativpatienten im Krankenhaus
Seelsorgliche und psychotherapeutische Begleitung**

Münchner Reihe Palliative Care Bd. 12. Kohlhammer, München 2015, 316 Seiten,
ISBN 978-3-17-026376-5

Jährlich sterben in Deutschland ca. 850 000 Menschen. Krebs ist mit ca. 215 000 Sterbefällen die zweithäufigste Todesursache. Die meisten Patienten (ca. 70 %) verbringen ihre letzten Wochen und Tage in stationären Einrichtungen. Die Frage nach Sinn, Wert und Bedeutung des eigenen Lebens und Handelns beschäftigt nicht nur die Betroffenen oft in grosser Intensität, sondern vielfach auch Mitarbeitende in den helfenden Professionen, Ehrenamtliche, Angehörige und Nahestehende der Patienten. Das Leiden unter Gefühlen der Sinnlosigkeit, des spirituellen Schmerzes und ungelöster religiöser Fragen bleibt in der Praxis trotz des palliativmedizinischen

Total-Pain-Konzepts häufig weitgehend unbeachtet. Sinnzentrierte Seelsorge im Anschluss an die Logotherapie Viktor Frankls würdigt die Individualität des Einzelnen und bietet wichtige Impulse für interdisziplinäre Zusammenarbeit und seelische Gesundheit. Die Theologin und Logotherapeutin Corinna Schmohl zeigt auf, wie diese wichtige Begleitung Sterbender aussehen kann.

Rezensionen dazu finden Sie auf unserer Website sgle.ch.

Podcasts

- ***Palli Pod – Leben bis zuletzt***
- ***Das letzte Kapitel: Über den Tod***
- ***My last Goodbye – wie ich einmal gehen will***
- ***Gelassen älter werden***

Website

Hörschatz.ch.

Mit einem Hörschatz, einer sehr persönlichen Audiobiografie, hinterlassen früh verstorbene Eltern ihren minderjährigen Kindern eine Erinnerung für das ganze Leben. In eigenen Worten und individueller Auswahl der Episoden erzählen Palliativ-PatientInnen ihren Familien, was ihnen wichtig ist, was von ihnen bleiben soll. Eine Audiobiografie ist eine Ode ans Leben und die Liebsten vor dem Abschied für immer. Der Verein Hörschatz vermittelt Audiobiografien an betroffene Familien und organisiert die Finanzierung durch Spendengelder und Fundraising. Für die Familien ist der Hörschatz kostenlos.



Mittwoch, 17. April 2024, 18.00 - 19.30 Uhr

Online-Kurs

Einführung in die Logotherapie und Existenzanalyse

Dr. Tamara Steiner und Dr. Bruno Frischherz

Dozierende am Institut für Logotherapie und Existenzanalyse.

Dieser Online-Kurs gibt einen ersten Einblick in das Menschenbild und die Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor E. Frankl. Im Zentrum steht dabei die geistige Dimension des Menschen mit seiner Freiheit, seiner Verantwortlichkeit und seinem Willen zum Sinn.

Gleichzeitig erhalten Sie Informationen über die neue dreistufige Ausbildung «Sinnzentrierte Beratung nach Viktor E. Frankl».

Der Kurs wird mehrmals durchgeführt und ist kostenlos.

Anmeldung telefonisch (077 480 46 45 / 081 655 13 27) oder per E-Mail unter: info@logotherapie.ch.