

Stärkendes geistliches Ritual für pflegende Angehörige

(©Ilona Klaus)

Die Idee:

In den Kirchengemeinden gibt es viele pflegende Angehörige. (Fast zwei Drittel sind Frauen.) Da immer noch die Tagespflegeeinrichtungen geschlossen sind, sind sie diejenigen, die in der Corona-Krise besonderen Belastungen ausgesetzt sind, in der Regel rund um die Uhr.

Nur ein Teil nimmt die Unterstützung von ambulanten Diensten in Anspruch. Viele pflegende Angehörige sind auf sich allein gestellt.

Die Situation dieser Menschen wahrzunehmen und sie seelsorglich zu begleiten, gehört zu unserem Auftrag als Ev. Kirche.

Wir meinen, dass ein Anschreiben von Seiten der Kirchengemeinde als Stärkung, Ermutigung und Trost wahrgenommen wird.

Sie finden hier ein **Muster eines Anschreibens** und eine **Beschreibung eines Rituals**, das stärken kann. Nicht alle Menschen können etwas mit einem Ritual anfangen. Aber für einen Brief mit einem Gesprächsangebot werden Menschen empfänglich sein.

Falls Sie sich entschließen sollten, das Ritual mitzuschicken, sollte ein festes, wenn möglich weiches Band dazugelegt werden, das in jedem Baumarkt zu kaufen ist.

Es kann schwierig sein, die Adressen pflegender Angehörige heraus zu bekommen. Eine Kooperation mit den ambulanten Pflegediensten ist an dieser Stelle unentbehrlich.

Muster für ein Anschreiben an Pflegende Angehörige

Lieber Herr..., liebe Frau...,

Sie gehören zu den Menschen, die die Aufgabe übernommen haben, für einen anderen Menschen da zu sein, wenn er Unterstützung und Pflege benötigt. Oft geschieht dies rund um die Uhr. Dies ist eine verantwortungsvolle Aufgabe, die nicht nur viel Zeit sondern auch oftmals viel Kraft erfordert.

In Zeiten der Corona-Pandemie sind viele von Ihnen besonders gefordert. Tagespflegeeinrichtungen sind immer noch geschlossen. Kontakte zu pflegen, die unterstützen und entlasten können, steigert das Ansteckungsrisiko. Das ist keine einfache Situation!

Aus vielen Gesprächen mit Gemeindegliedern wissen wir als Pfarrerinnen und Pfarrer, dass die Begleitung und Pflege eines Menschen in „normalen Zeiten“ schon viel Kraft kosten kann.

Viele empfinden es als hilfreich, sich im Gespräch auszutauschen. Leider können wir Sie persönlich zurzeit nicht aufsuchen, da wir die Schutzmaßnahmen nicht einhalten können. Doch können Sie mich / uns anrufen. Wir können Ihnen Gesprächspartnerinnen und Gesprächspartner nennen, an die Sie sich bei Bedarf wenden können. Es gibt viele Unterstützungsangebote!

- Unterstützungsangebote für Pflegende Angehörige:
- Selbsthilfe und Interessenvertretung pflegender Angehöriger „wir pflegen NRW e.V.“, Tel. 0251-4844 6324 (Mo 10-12 Uhr und Mi 16-18 Uhr), kontakt@wir-pflegen.nrw
- Hilfe für Angehörige: Das Pflgetelefon des Bundesfamilienministeriums, Tel. 030-2017 9131 (Mo – Do 9.00 Uhr – 18.00 Uhr); info@wege-zur-pflege.de
- Örtliche Beratungsstellen der Diakonie
- TelefonSeelsorge, Tel. 0800 111 0 111

Wir wissen auch, dass es Menschen gibt, die nicht zum Hörer greifen. Das wird seine Gründe haben ...

Wir haben Ihnen ein Band in diesen Umschlag gelegt. Ein Band, das Kraft schenken kann, wenn die Zeiten mal nicht so einfach sind. Ein festes Band, das nicht reißen kann.

Wir haben eine kleine Anleitung dazu gelegt, wie Sie dieses Band für sich nutzen können. Immer wenn Sie Kraft brauchen, können Sie das kleine Ritual durchführen.

Es möge Ihnen eine Hilfe sein.

Seien Sie behütet und gesegnet

Ihr/e.....

Nehmen Sie das Band und setzen Sie sich in eine stille und gemütliche Ecke, in der Sie einen Moment ungestört sind! Gönnen Sie sich fünf Minuten Ruhe! Lesen Sie langsam und am besten mit einer Pause nach jedem Satz die folgenden Sätze.

Dieser Moment ist nur für mich allein.

Er tut gut.

Ich komme einen Moment zur Ruhe.

Ich atme.

Ich atme tief in meinen Bauch hinein. Mehrere Male.

Es tut gut, einen Moment alleine zu sein.

Vielleicht bin ich gar nicht ganz alleine.

Vielleicht ist Gott da.

Gott, der ein Auge auf mich wirft. Der mich sieht.

Ein Band ist mir geschenkt worden.

Ich nehme es in die Hand... fühle es.

Ein festes Band.

Ein Band verbindet mich.

Mit Gott...

Mit Menschen, an die ich gerade denke...

Mit Menschen, die auch an mich denken.

Sie können nicht hier sein. Doch es ist schön, dass es sie gibt.

Menschen, die an mich denken, die mich unterstützen wollen.

Ein festes Band.

Es verbindet mich mit dem Menschen, für den ich Sorge...

Ich will für ihn da sein. Ich habe Verantwortung übernommen.

Manchmal ist sie leicht zu tragen.

Manchmal ist sie schwer.

Da wird das Band zum Geduldsfaden.

Ich kann mich daran festhalten, wenn wir keine Geduld miteinander haben.

Wenn ich die Geduld verliere.

Ich kann mich daran festhalten und um Geduld bitten.

Ich kann den Menschen, für den ich da sein will, um Geduld bitten.

Ich kann meine Seele um Geduld bitten.

Oder Gott.

Ich denke an das, was mir Kraft gibt.

Daran halte ich mich fest.

Das feste Band. Es verbindet mich, mit dem, was mir Kraft gibt...

Es ist fest. Es hält.

Und wenn es nicht hält, muss ich gehalten werden.

Dann suche ich mir neue Kraftquellen ...