

Hilfeleistungen nach Schicksalsschlägen

Infokampagne des «Berner Bündnisses gegen Depression» und des Spitals Emmental

Am 30. Januar ist im Casino Theater Burgdorf der Kick-off für die Infokampagne des «Berner Bündnisses gegen Depression» in Zusammenarbeit mit dem Spital Emmental erfolgt. Dieser Startveranstaltung folgen nun unter dem Titel «Depression – wenn die Seele leidet» von Februar bis Juni fünf öffentliche Vorträge im Mehrzweckraum des Ambulanten Zentrums Buchmatt an der Kirchbergstrasse 97 in Burgdorf. Den Anfang machen heute Dienstagabend um 19.30 Uhr Prof. Dr. Isabelle Noth, Pfarrerin, IPT, Theologische Fakultät Uni Bern, und Daniel Guggisberg, Spitalseelsorger, Spital Emmental. «Wenn das Schicksal zuschlägt – wie aushalten, wie bewältigen?», lautet das Thema.

Zuerst wird Isabelle Noth über theoretische und praktische Erkenntnisse aus den Disziplinen Seelsorge und Religionspsychologie sprechen. Im zweiten Teil wird Pfarrer Daniel Guggisberg die Angebote des Spitals Emmental für depressive Menschen sowie die entsprechenden Infrastrukturen vorstellen. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung nicht erforderlich.

«D'REGION»: Zuerst ein paar Fragen an die Professorin für Seelsorge: Wann und von wem werden Sie in der Regel um Hilfe gebeten – von den depressiven Menschen selber oder von deren Angehörigen?

Prof. Noth: Als Seelsorgerin bei den Universitären Psychiatrischen Diensten Bern habe ich es primär mit Menschen zu tun, die selber depressionserfahren sind. Dass sich im Rahmen seelsorglicher Begleitungen auch Gespräche mit Angehörigen ergeben, wird zum Teil ausdrücklich gewünscht. Im Gemeindepfarramt wenden sich sowohl Menschen mit Depressionen als auch Angehörige von Depressiven an Seelsorgende.

«D'REGION»: Wie gehen Sie vor – vorerst wohl mit einem intensiven Gespräch?

Prof. Noth: Als Seelsorgerin versuche ich, nicht «vor» zu «gehen», sondern wenn ich «gehe», dann «nach». Das eigentliche Privileg der Seelsorge ist es jedoch, gar nirgends hingehen zu müssen, sondern bleiben zu dürfen.



PfarrerIn Isabelle Noth und Daniel Guggisberg, Spitalseelsorger, Spital Emmental. Bilder: zvg

Seelsorge hält an und aus. Das ist ihre grosse Stärke. Diese hat sie aufgrund ihrer spezifischen – religiös-theologischen – Perspektive.

«D'REGION»: Gibt es zweierlei depressive Menschen – solche, die sich helfen lassen wollen, und solche, die wenig bis gar nicht kooperativ sind?

Prof. Noth: So vielfältig Menschen im Allgemeinen sind, so verschieden können Menschen mit Depressionen sein. Auch bei gleicher Diagnose ist es wichtig, immer auch die einzelne Person wahrzunehmen. Übrigens ist es keineswegs immer so, dass es einfacher ist, wenn sich jemand helfen lassen will. Die Kooperationsbereitschaft kann zuerst angenehmer wirken, aber erfahrungsgemäss haben wir Menschen stets auch eine gewisse Angst vor Veränderungen. Diese muss mitbedacht und berücksichtigt werden.

«D'REGION»: Als PfarrerIn werden Sie versuchen, behutsam religiöse Aspekte in die Gespräche einfließen zu lassen. Mit welchen Erfahrungen?

Prof. Noth: Ich erfahre häufig, dass Menschen, die mich als PfarrerIn zu sprechen wünschen, selber auf religiöse Aspekte zu sprechen kommen – manchmal auf Umwegen, aber zuweilen auch sehr direkt. Sie gehen zu Recht davon aus, dass eine Seelsorgerin offen ist für

religiös-existenzielle Fragen und Anliegen. Es sind Themen und Fragen, die in unserer Gesellschaft häufig schambesetzt sind und peinliche Gefühle hervorrufen, Menschen aber dennoch bewegen und beschäftigen.

«D'REGION»: «Wenn das Schicksal zuschlägt.» Welches sind die häufigsten Schicksale, die Menschen depressiv werden lassen?

Prof. Noth: Zu den Hauptauslösern gehören Verlusterfahrungen. Der Verlust einer geliebten und vertrauten Person oder der Verlust infolge einer Erkrankung und das emotionale Überfordertsein führen bei einigen Menschen zu Depressionen. Dabei ist sehr wichtig, dass nicht jede Trauer – und dauert diese noch so lange – gleich eine Depression ist. Der Tendenz, Menschen zu pathologisieren, die unangenehme, schmerzhaft und überwältigende Gefühle und Lebensphasen erleben – und zum Teil regelrecht überleben, ist entgegenzutreten. Hier liegt eine besondere Chance der Seelsorge.

«D'REGION»: Raten Sie depressiven Menschen dazu, entsprechende Medikamente, also Antidepressiva, einzunehmen – oder hilft eher das «Einpflanzen» von Mut und Zuversicht?

Dr. Noth: «Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker», heisst es. Seelsorgende erteilen bezüglich Medikamenten in

aller Regel keinen Rat. Vielmehr sehen sie ihre Aufgabe darin, Menschen bei der Bewältigung von Ängsten zu helfen – zum Beispiel auch vor ihrer Angst vor Medikamenten. So wird kein Rat erteilt, sondern es kann sich ein Gespräch darüber ergeben, was einen Menschen eventuell daran hindert, sich medikamentös helfen zu lassen, welche Befürchtungen dahinterstecken oder was seine Gründe sind, Medikamente für sich abzulehnen. Nach Möglichkeit versuchen wir, Menschen zu helfen, ihre verschiedenen Stimmen beziehungsweise «Seelen in ihrer Brust» wahrzunehmen. So eindeutig, wie es zuweilen daherkommt, ist es nämlich oftmals nicht. Hier Menschen zu begleiten, mit der Zeit mehr Spielräume und mehr Handlungsoptionen zu erlangen, ist wunderschön. Dies ist ganz im Sinne von Paulus, der in Galater 5 daran erinnert: «Zur Freiheit seid ihr berufen.» Kritisch anzumerken ist, dass es heute gar nicht mehr so klar ist, ob nicht der allzu schnelle Griff zu Medikamenten in unseren industrialisierten Gesellschaften das grössere Problem ist als der zurückhaltende Konsum von Medikamenten.

«D'REGION»: Wer diagnostiziert, ob jemand leicht, mittel oder schwer depressiv ist?

Dr. Noth: Diagnosen stellen Psychologinnen und Psychologen sowie Psychiaterinnen und Psychiater nach einem wissenschaftlich anerkannten Klassifikationssystem.

«D'REGION»: Jetzt noch drei Fragen an den Spitalseelsorger: Was ist Ihre Hauptaufgabe am Spital Emmental?

Daniel Guggisberg: Bei den Patientinnen und Patienten – aber auch Angehörigen – geht es darum, eine Situation auszuhalten, mit einer Diagnose zurechtzukommen oder ums Besprechen von Lebensfragen, die durch den Spitalaufenthalt aufgebrochen sind. Dabei haben das Gebet, der Zuspruch des Segens, die Krankensalbung eine Bedeutung.

«D'REGION»: Gibt es das Angebot der Spitalseelsorge am Spital Emmental schon lange, wird es reger genutzt, und ist es kostenlos?

Guggisberg: Vor dem Jahr 2006 suchten die Gemeindepfarrer die Patientinnen und Patienten im Spital auf. Verschiedene gesellschaftliche Entwicklungen führten dazu, dass der Kanton Bern im Spitalversorgungsgesetz die Sicherstellung der Betreuung durch Spitalseelsorger festschrieb. Das Angebot des Spitalseelsorgers ist kostenlos. Es wird von Patientinnen, Patienten sowie Angehörigen genutzt und geschätzt. Mehrheitlich sind es ältere Patienten, zum Teil auch solche, die sozial schlecht eingebettet sind oder solche, die religiös interessiert sind.

«D'REGION»: Welches sind für Sie als Spitalseelsorger die schönsten, welches die traurigsten Momente?

Guggisberg: In meiner Arbeit gibt es oft berührende Momente – sei es, dass mein Gegenüber wieder Mut fasst und sich seinem Lebensfluss anvertraut, oder sei es, dass ich und mein Gegenüber in der Begegnung die Gegenwart des ganz anderen, von Gott, erahnen. Traurig, manchmal auch aufwühlend, sind die endgültigen Abschiede von Menschen, mit denen ich mich durch die Begegnungen verbunden fühlte.

Zu den Personen

Isabelle Noth ist Professorin für Seelsorge, Religionspsychologie und Religionspädagogik an der Theologischen Fakultät der Universität Bern sowie Klinikseelsorgerin bei den Universitären Psychiatrischen Diensten Bern. Daniel Guggisberg ist Seelsorger am Spital Emmental. Er ist Vater zweier erwachsener Töchter. Er lebt mit seiner Partnerin und ihren beiden Kindern in Langnau. Während seiner Zeit als Gemeindepfarrer bildete er sich in klinischer Seelsorge (CPT/KSA) weiter. Seit 2006 arbeitet er als Spitalseelsorger mit einem 80-Prozent-Pensum am Spital Emmental in Burgdorf und Langnau. Zu seinen Aufgaben gehören die Betreuung und Begleitung von Patientinnen und Patienten sowie – was seltener vorkommt – Angehörigen. Daneben unterstützt er als Co-Leiter des Care-Teams des Spitals Emmental auch Mitarbeitende, die von einem kritischen Ereignis betroffen sind.

Hans Mathys