

**Zeitschrift:** Fachzeitschrift Heim  
**Herausgeber:** Heimverband Schweiz  
**Band:** 68 (1997)  
**Heft:** 7

**Artikel:** Seminare für die Begleitung von Menschen in kritischen Situationen : Wege, um sich selbst und anderen zu helfen  
**Autor:** Göpfert Faulstroh, Lynne  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-812344>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 15.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Seminare für die Begleitung von Menschen in kritischen Situationen

# WEGE, UM SICH SELBST UND ANDEREN ZU HELFEN

Von Lynne Göpfert Faulstroh

**Jede echte Begegnung zwischen Menschen ist ein Stück weit Begleitung. Menschen in Ausnahmesituationen, während einer schweren Krankheit oder im Sterben brauchen vermehrte Zuwendung. Diesen Dienst zu leisten, kann sowohl für den Gebenden als auch für den Nehmenden eine wertvolle Lebenshilfe bedeuten und tiefe Befriedigung bringen. Freilich ist es nicht leicht, den rechten Ton zu finden und oft gilt es auch, persönliche Barrieren zu überwinden. Doch es kann gelernt werden, mit solchen Situationen umzugehen.**

Seit rund 14 Jahren gibt es in Baden ein Seminar für Seelsorgeausbildung (SAB), das auch eine Ausbildungs- und Fortbildungsmöglichkeit in der freiwilligen oder beruflichen Begleitung krank, behinderter, betagter oder sterbender Menschen anbietet. Es richtet sich an Frauen und Männer, die sich dieser Aufgabe stellen oder sich auf einen Einsatz vorbereiten wollen. Dabei versteht sich das Seminar als persönliche Qualifikation, die nicht auf eine gezielte Anstellung hinarbeitet, sondern so weit offen ist, dass der Weg auch zu ganz anderen Lösungen führen kann. Wichtig ist nur, dass diese Menschen bereit sind, eine gewisse Zeit für den Dienst am Mitmenschen einzusetzen.

Pfarrer Klaus Völlmin, Pfarrer, der acht Jahre im Kantonsspital Baden und 15 Jahre im Krankenhaus der Stadt Baden seelsorgerisch tätig war und nun als Supervisor in Klinischer Seelsorgeausbildung arbeitet, weiss von Fällen, in denen sich die Kursteilnehmer schliesslich ganz anderen Lebenszielen zuwandten, als diejenigen, die sie zur Kursteilnahme bewogen haben. Der Zugang zu neuen Lebensinhalten wurde den Teilnehmern meist aber erst während oder nach dem Besuch des Seminars bewusst. Indem sie eine andere Einstellung zu sich selbst fanden, ergab sich eine Neuorientierung in einer Krise, die oft auswegslos erschien. Völlmin hat den Einsatz der beruflichen und freiwilligen Helferinnen und Helfer in der Regel auf zwei Ebenen erlebt: Zum einen hausbezogen, zum anderen institutsspezifisch. Während im ersten Fall der Dienst vorwiegend tagsüber und bei Kranken oder Sterbenden kurzfristig erfolgt, wird im institutsbezogenen Einsatz, beispielsweise in einem Alters- und Pflegeheim eine Art «Patenschaft» für einen bestimmten Menschen über-

nommen. *Die Betreuung sollten über eine längere Zeit und mindestens einmal pro Woche stattfinden.* «Aus den Besuchen und der Zuwendung zu einem alten Menschen entstehen oft sehr schöne Beziehungen.»

**In der Regel sind es Menschen in ihrer Lebensmitte, die sich für eine solche Aufgabe interessieren.**

Oft stehen sie vor einer persönlichen Sinnkrise, die eine Neuorientierung des kommenden Lebensabschnittes notwendig erscheinen lässt. Für Frauen ist es meist die Zeit, nachdem die Kinder ausgeflogen sind und im Alltag ein grosses Loch klafft, bei Männern ist es oft die Krise, die sich einstellt, wenn der Beruf aufgegeben wird. «Die einen resignieren dann», sagt Völlmin «die anderen suchen eine neue Aufgabe, die im sozialen Bereich liegt». Man will für andere etwas tun, es muss nicht mehr die eigene Familie sein. Freilich muss man dazu erst mit sich selbst ins Reine kommen. Aus diesem Grund steht im Kurs eine möglichst intensive Auseinandersetzung mit der eigenen Persönlichkeit und der sozialen Situation am Beginn aller Arbeit. Das beinhaltet auch eine Sensibilisierung der Wahrnehmung des eigenen Gefühlslebens, der Wünsche und Hoffnungen sowie das Sich-Öffnen für die Befindlichkeit eines anderen. Hierzu gehört auch die Aufarbeitung von Verlusterlebnissen und ein Erkennen des persönlichen Rollenverständnisses, das stark von den Begabungen, der Erlebnissfähigkeit und der Einstellung zum Leben überhaupt abhängt.

«Gekonntes Helfertum soll bei der Begleitung von Menschen in den Hintergrund treten», meint der Psychologe, dafür soll die Fähigkeit geschult

werden, seelischen Zugang zum Hilfesuchenden zu finden. Es versteht sich deshalb, dass in einem solchen Vorbereitungskurs auch seelsorgerliche Aspekte angesprochen werden, ebenso wie über körperliche und seelische Krankheiten und über besonders schwierige Phasen, wie das Sterben, geredet werden muss. Wenn das «gekonnt» durch «geföhlt» ersetzt werden kann, wird auch die Hilfeleistung gerne und unverkrampft angenommen.

Vermittelt wird die Qualifikation zur Begleitung Kranker und Sterbender vom SAB in einem Grund- und einem Fortbildungs- oder Aufbaukurs. Der Grundkurs dauert ein Jahr, in ihm lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, über vier Wochen verteilt, mit sich selbst und dem Mitmenschen umzugehen. Die erste Woche dient dem Kennenlernen der eigenen Möglichkeiten und der gegebenen Begrenzungen, in der zweiten Kurswoche wird versucht, das vorhandene Potential für die zu begleitenden Menschen abzuwägen und das Verständnis für sie zu erweitern. Zwischen der zweiten und dritten Kurswoche wird ein 10-tägiges Praktikum eingeschaltet, in dem eine Tätigkeit als Hilfspflegerin oder Hilfspfleger, als Seelsorge- oder Sozialhilfe in einem geeigneten Praxisfeld ausgeübt wird. In der dritten Woche werden die praktischen Erfahrungen aufgearbeitet. Diese Phase soll dazu dienen, die Weichen für die weitere Arbeit zu stellen. Der Schwer-

**“ Aus den Besuchen und der Zuwendung zu einem alten Menschen entstehen oft sehr schöne Beziehungen. ”**

punkt der vierten Seminarwoche liegt in der Auseinandersetzung mit der zukünftigen Arbeitssituation und der Absteckung eines möglichen institutionellen Rahmens. In der Zwischenzeit können sich andere Perspektiven oder auch ganz unverhoffte Lösungsmöglichkeiten für die eigene Situation ergeben ha-

ben. Wichtig ist den Kursleitern in jedem Falle, dass das Lernen als Rollenspiel und mit kreativen Mitteln erfahren wird und erlebte Beispiele aus dem Alltag in die Gruppenarbeit einfließen. Die ideale Besetzung eines Kurses mit zehn bis fünfzehn Personen erlaubt diesen intensiven und gewünschten Austauschprozess.

### Beziehungsfelder mit vielen Facetten

Da die Menschen, die betreut werden sollen, ebenfalls in einem Beziehungsfeld mit vielerlei Facetten leben, ist es nötig, dieses zu erkennen und darauf einzugehen. Wenn die Kursteilnehmer am eigenen Erlebten lernen können, so ist es auch möglich, aus dem Erlebten des anderen Erfahrung zu ziehen und das persönliche Gesichtsfeld zu erweitern. Nun wechselt die Rolle zwischen «lernen und im Lernen begleiten». Dieses in der Fortsetzungsphase angestrebte weitere Eindringen in die Arbeit, beschäftigt sich nun auch mit Symbolen, Collagen, Texten und mit Malen, das heisst mit Medien, die eine Vertiefung des Erlebnisspielraumes erleichtern. Der Fortsetzungskurs dauert zwei Wochen. Hier wird versucht, das Gleichgewicht zwischen Selbstentfaltung und Beziehung, zwischen Autonomie und Glaube, zwischen Liebe und sozialer Praxis zu ermitteln. Die Arbeit sensibilisiert für das Erkennen von Beziehungen und forscht ihrer Entstehung nach, ermutigt zum Leben und soll neue Begegnungsformen sichtbar machen.

Eine andere Ausbildungsmöglichkeit sind die Workshops, die jeweils drei Tage dauern. So wird ein Workshop für Menschen angeboten, welche lernen wollen, mit der Trauer umzugehen. Er

„**Gekonntes Helfertum soll bei der Begleitung von Menschen in den Hintergrund treten.**“

dient dem Loslassen, der Trauererfahrung und dem Abschiednehmen, aber auch der Rückkehr zu Lebenskraft und Freude. Im November findet ein Workshop statt für Pflegesituationen und dem Umgang mit schwierigen Situationen und Patienten. Dabei soll auch geklärt werden, wie weit sich eine Pflegeperson verausgaben darf und wie sie sich abgrenzen kann, um selbst gesund zu bleiben.

Inzwischen haben rund 450 Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Kurse der

SAB Baden durchlaufen. Viele davon fanden eine neue Aufgabe oder einen anderen Lebensinhalt. Andere suchten eine berufsbegleitende Ausbildung, wurden Psychotherapeuten oder Behindertenbetreuerinnen. Wieder andere entschieden sich einfach für eine unspektakuläre Hilfeleistung, indem sie den Wunsch alter Menschen erfüllen, einem andern Menschen erzählen zu dürfen. «*Frauen und Männer in Altersheimen*», weiss, Pfarrer Völlmin «haben den unersättlichen Wunsch nach Besuchen. Sie wollen in Gesprächen hören, dass ihr Leben gut gewesen ist und nun abgelegt werden kann.» Das enorme Erzählbedürfnis dieser Menschen kann – und will – die Familie oft nicht befriedigen. Bei anderen gilt es, die Einsamkeit erträglich zu machen, indem sie eine Bezugsperson erhalten, welche die letzte Brücke zu einem gelebten Leben darstellt. In einer Akutklinik ist diese Hilfe situativ beschränkt. Im Kantonsspital Baden, beispielsweise, werden rund 180 Einsätze pro Jahr bei Schwerkranken und Sterbenden gezählt. Die Crux dieser Begleitedienste ist, dass sie gesellschaftlich nicht geregelt sind und staat-

### Kurse zur Begleitung von Kranken und Behinderten, von Betagten und Sterbenden

Auskünfte erteilt das Seminar für Seelsorgeausbildung Baden (SAB), Sekretariat Daniela Bloch, Buchacherstrasse 30, 5452 Oberrohrdorf, Telefon 056/496 55 20. Kursleitung: Konrad Bützberger, Psychologe und Psychotherapeut, Windisch, Andreas Imhasly, Theologe und Seelsorger am Schweizerischen Paraplegikerzentrum Nottwil, Rosmarie Lehmann, Krankenschwester, Remigen, und Klaus Völlmin, Pfarrer, Turgi.

lich auch nicht subventioniert werden. Den Helferinnen und Helfern bleibt im Augenblick nur, sich an soziale Institutionen um Beihilfe zu den Kosten zu wenden. «Ein Armutszeugnis für unsere Gesellschaft», sagt Völlmin, denn «eigentlich sollte jeder Mensch in der Lage sein, einen Teil seiner Zeit für einen sozialen Einsatz aufzuwenden.» ■

## QUALITÄTSZERTIFIKAT FÜR ALTERS- UND PFLEGEHEIME – QAP

### Aufbau in überschaubaren Bausteinen

QAP umfasst vier Bausteine. Jeden kann man separat erwerben und separat bearbeiten. Im Baustein 1 schaut die Leitung der Einrichtung, wo man leistungsmässig steht. Die Mitglieder des Leitungsteams bekommen eine Fülle von Vorschlägen und Standards. Sie sehen dabei, wie gut das Heim dasteht. Sie treffen Verbesserungsmassnahmen, die ihnen als wichtig erscheinen. Sie planen selber die Erfolgskontrollen.

Die ersten zehn Heime haben diesen ersten Baustein nach vier Monaten abgeschlossen und sind nun in den Baustein zwei eingestiegen. Dieser beginnt mit einer intensiven Schulung für zwei Mitglieder aus dem Leitungsteam. Dabei lernen diese, wie sie QAP mit ihren Mitarbeitern durchführen.

QAP ist ein umfassendes System, das alle Aspekte eines Altersheimes oder einer Pflegeorganisation erfasst. Auch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus der Hauswirtschaft, vom Empfang, aus der Küche und aus der Pflege sind wichtig.

### Self-Assessment mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern

QAP zielt nicht nur bei der Leitung auf Autonomie, sondern auch bei allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Autonomie bedeutet aber nicht unbegrenzte Freiheit und Willkür. Vielmehr erhalten die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zunächst eine Fortbildung. Sie erfahren aus QAP, was sie eigentlich tun müssten, um gute Leistung zu erbringen. Dann schauen sie selber, wo sie stehen und entscheiden sich für Verbesserungsmassnahmen. In der Ausbildung zum zweiten Baustein lernen die Leitungspersonen, wie sie diese zwei- bis vierstündigen Sitzungen mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern abhalten, wie sie den Delta-Workshop organisieren.

Nach allgemeiner Erfahrung bereitet die Durchführung von QAP bei den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern keine Probleme, da sie in einfacher Weise durch das System geführt und angeleitet werden – und praxisbezogene Tipps bekommen. Die Schulung wurde durch Erfahrungsberichte von Pionieren auf dem Gebiet von QAP ergänzt.

Sie referierten ihre Erfahrungen: «Am Anfang sind die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter skeptisch. Es geht ja darum, etwas Neues anzupacken. Aber nach einer halben Stunde sind sie bereits voll dabei und finden die Arbeitsweise höchst produktiv.»

Die nächsten neuen Gruppen beginnen mit QAP laufend.

Anmeldungen: Frey Akademie AG, Riedtlistr. 15a, 8006 Zürich, Tel. 01/368 71 71 (Marcel Lack oder Dr. Gabriel Kaufmann).