



**Landart**  
Arbeiten der  
Kunsttherapie - Gruppe  
(Fotoserie)



# Psyche im Visier

Zeitschrift der Tagesstätte für psychische Gesundheit  
Mering



*Welt des Glaubens*

**Diakonie**  
**Augsburg**

## Sie erreichen uns

Tagesstätte für psychische Gesundheit  
Diakonisches Werk Augsburg e. V.  
Herzog-Wilhelm-Str. 1 in 86415 Mering  
Tel. 08233 / 74 49 60 Fax 08233 / 74 49 66  
E-Mail [tagesstaette-mering@diakonie-augsburg.de](mailto:tagesstaette-mering@diakonie-augsburg.de)

## Öffnungszeiten

Montag bis Donnerstag 8.00 - 16.30 Uhr  
Freitag von 8.00 - 15.00 Uhr

Weitere Informationen über die Diakonie und ihre Einrichtungen finden  
Sie im Internet unter [www.diakonie-augsburg.de](http://www.diakonie-augsburg.de)

Liebe Leserinnen ,  
liebe Leser

freuen konnte sich die Redaktionsgruppe über Gast Pfarrer Graßmann, dem theologischen Vorstand und Vorstandsprecher des Trägers unserer Einrichtung. Hatte er sich schon vor längerem in einem Leserbrief als Fan unserer Tagesstätten-Zeitung bekannt, lag es sicher nahe, ihn für unseren Titel „Welt des Glaubens“ zu interviewen. Und so beleuchten Autorinnen und Autoren dieses Thema aus ganz unterschiedlichen Perspektiven: von christlichen über philosophische bis hin zur Psychologie der Selbstsuggestion oder zum Aberglauben.

Dass wir Sie in dieser Ausgabe auch über das großartige Engagement unserer Ehrenamtlichen, die Demokratie in der Tagesstätte, einen Kunsttherapie-Ausflug, Filmtipp u.v.m. informieren können, verdanken wir sicher dem Ideenreichtum der Redaktionsmitglieder und nicht zuletzt vielen Besucherinnen und Besuchern, die bereit sind, sich mit ihren Gedanken und Artikeln einzubringen.

Und heißt es nicht, große Ereignisse werfen ihre Schatten voraus ? So wollen wir es auf keinen Fall versäumen, Sie schon heute für Ende Mai auf die Ausstellung der Arbeiten unserer Kunsttherapie-Gruppe in der Meringer Bücherei aufmerksam zu machen. Genaueres entnehmen Sie bitte Seite 12.

Ihr Besuch würde uns freuen und wir hoffen, Sie mit dieser Ausgabe neugierig auf die nächste machen zu können, wenn es heißen wird, die neue „Psyche im Visier, kurz PIV Nr. 14, ist erschienen.

Seien Sie bis dahin von uns allen  
herzlich begrüßt

Carina Gebele  
Leiterin der Tagesstätte

werden. Der Sohn deckt weiterhin vier Teller am Abendbrottisch auf und die Tochter fragt den Vater, warum einem im Sarg noch schöne Sachen angezogen werden. „Wer sieht das denn“ ? Der Vater fällt in einen „kühlen Schockmodus“, nur bei der Beerdigung bricht sein Trauer durch.

*In Deutschland nimmt sich alle 45 Minuten ein Mensch das Leben, jedes Jahr sind es Zehntausend. Oft hinterlassen sie nicht einmal einen Abschiedsbrief.*

Mit ging der Film sehr nah, ich kann ihn nur empfehlen und würde ihn mir auch ein zweites Mal ansehen.

H. Z.

## Kollekte für die Kreativität

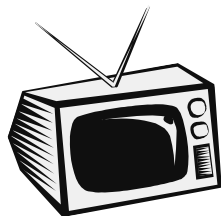
Zur großen Freude aller fiel das Augenmerk der Evangelisch-Lutherischen Kirchengemeinde St.-Johannes Mering auf die Tagesstätte. Sie spendete einen großen Teil der Heilig-Abend-Kollekte aus den Gottesdiensten in Mering, Egling und Althegnenberg. Davon konnte bereits auf Wunsch der Besucher ein höhenverstellbarer Rahmen für Seidenmalerei gekauft werden. Gerade für sehr große und kleine Klienten ist der neigungsverstellbare Rahmen aus ergonomischer Sicht ein großer Gewinn, freut sich Ergotherapeut Thomas Schlagowski.

Überhaupt herrscht zwischen Tagesstätte und Kirchengemeinde ein reges Miteinander. So kommt Pfarrerin Carola Wagner regelmäßig zur „Glaubensgesprächs-Gruppe“ und besuchte uns bereits mit zwei Schulklassen, in denen sie Religion unterrichtete, um den Schülern gelebte Diakonie zu zeigen. Zudem bestücken Besucher der Tagesstätte seit Jahren den Gemeindebrief mit Flyern.



*Ergotherapeut Thomas Schlagowski, Pfarrerin Carola Wagner und Sozialarbeiterin Elke Mahne mit einem Seidenmalrahmen, wie ihn Klienten bisher benutzen.*

## Film-Tipp



„Wenn die Welt nicht wieder gut wird“, ein Fernsehfilm, der im Januar dieses Jahres in der ARD gezeigt wurde.

In der Vorschau konnte man lesen, dass der Film von einer Frau mit Depressionen handelt, die sich aus diesem Grund das Leben nimmt. Die eigentliche Hauptrolle spielten dann allerdings die Hinterbliebenen: Der Ehemann und ihre zwei gemeinsamen Kinder, 7 und 14 Jahre alt. Es wird die Geschichte einer Familie erzählt, der es schwer fällt, den Selbstmord zu bewältigen, weil sich so viele Fragen stellen, auf die Antworten fehlen. Sie wurden zurück gelassen mit ihrer Trauer und den Schuldgefühlen, mit ihrer Ratlosigkeit und Wut. Wie geht man damit um, wenn die Partnerin, die Mutter von jetzt auf gleich weg ist ?

„Warte nicht mit dem Essen auf mich“ waren die letzten Worte, die die Frau mit ihrem Mann am Telefon wechselte. Seine Frau ist schwermütig, aber in diesem letzten Telefonat klingt es gar nicht so. Auch ihre Anrufe bei der Tochter und ihrem Sohn waren für sie eine Form des Abschieds. Später werden sich die zurückgelassen Familienmitglieder fragen, ob sie nicht genügend hingehört haben, bei diesem Telefonat, aber auch ansonsten. Sie fährt nach den kurzen Telefongesprächen mit ihrem Auto in den Wald und bringt sich um. Mit einer Überdosis Betäubungsmitteln, für sie als Anästhesistin kein Problem.

Doch wie ist der Selbstmord für die Hinterbliebenen zu bewältigen ? Der Mann klammert sich an die Erkenntnis, dass seine Frau schwer krank, depressiv war. Seelenkrebs nannte er es gegenüber seinen Kindern und dass sie nichts dagegen tun konnten. Ihm fällt auch der Abend ein, an dem er seiner Frau schwere Vorwürfe machte, weil sie sich nicht behandeln lassen wollte. „Ich kann nicht mehr“ war die letzte Eintragung in ihrem Tagebuch.

Gezeigt wurden Erledigungen und Rituale, die die Trauernden am Funktionieren halten. Sie müssen sich um die Beerdigung kümmern, die Lehrerin informieren und der Anrufbeantworter muss neu besprochen

## Begegnung auf Augenhöhe

Gelebter Glaube. Pfarrer Fritz Graßmann, ev. Pfarrer und theologischer Fachvorstand des Diakonischen Werkes Augsburg im Gespräch mit allen PIV-Redakteuren.

*Von Michael Wünsche und Andreas Lux*

*Haben Sie Erfahrungen mit psychischen Erkrankungen, mit davon betroffenen Menschen ?*

Meine Großmutter war psychisch krank, so dass ich in jungen Jahren hautnah mitbekommen habe, was es bedeutet psychisch schwer krank zu sein. Auch im Studium erkrankte im Alter von 25 Jahren ein Kommilitone. Für uns Mitstudierende unvorstellbar, stand er doch zuvor als junger Mensch mitten im Leben und musste sich dann viele Monate wegen seiner Depressionen in Behandlung begeben. Auch Menschen in Trauer und mit Depressionen, wobei beides sicher nicht gleich zu setzen ist, gehören zum Alltag eines Pfarrers. Bei Menschen, z.B. in akuten psychotischen Krisen, bin ich überfordert und immer froh, sie an Profis von sozialpsychiatrischen Einrichtungen des Diakonischen Werkes weiterleiten zu können.

*Gerade in Extremsituationen wie der von Ihnen genannte Trauerfall ist oft kein Gott zu sehen, wann kommt Gott ins Spiel ?*

Ich hatte in meiner 20-jährigen Pfarrtätigkeit etwa 100 Beerdigungen. Bei der letzten hat es mich „erwischt“, ich musste ein Kind beerdigen. Ich kann mir so etwas selbst nicht erklären. Sicher gibt es aus theologischer Sicht viel dazu zu sagen (*erzählt von Jesus am Kreuz: „Mein Gott, warum hast du mich verlassen“...*), aber was sagt man in einem solchen Fall der trauernden Mutter ? Glaube ist für mich, wenn man nicht „Hülsen“ verbreitet, sondern Menschen begleitet, Menschen Mensch sein lässt und für sie da ist. Eine große Rolle bei der Trauerbewältigung spielen auch Rituale und ich denke, es hilft, wenn der Gottesglaube vorgelebt wird.

*Wie die Diakonie ? Heißt Diakonie nicht dem Menschen dienen, oder wie ist das mit Nächstenliebe ?*

Ja, ein gelebter Glaube: ehrliche Beziehungen, Gemeinschaft, mal schwach sein dürfen, die Hand reichen.

*Das wird hier in der Tagesstätte gelebt, das kann ich Ihnen versichern.*

*Pfarrer, Nonnen, Mönche, Diakone, eigentlich Menschen mit starkem Glauben, können auch psychisch krank werden. Wieso und wie geht man damit um ?*

Ja, das gibt es gar nicht so selten. Gerade Menschen in diesen Berufen verfügen über eine sehr hohe Sensibilität. Ich weiß aus meiner achtjährigen Arbeit als Dekan, dass es Kollegen gibt, die psychisch krank sind oder es waren. Auch Alkoholismus war immer wieder mal ein Thema. In der „Kirche“ gibt es Mechanismen, Vorgehensweisen oder auch eine spezielle Einrichtung, in der behandelt wird. Aber ich denke, die Behandlung mit Medikamenten, Therapien, vielleicht noch mit einem speziellen spirituellen Hintergrund wie z. B. Gebetszeiten, Meditation, ist wohl die gleiche Behandlung wie die von anderen Menschen.

*Dazu möchte ich mich gleich mit meiner Frage anschließen: Kann der Glaube, die Religion bei Krankheiten helfen ?*

Gott bzw. überhaupt Religionen können eine wichtige Rolle für den Sinn im Leben spielen. Gott, Glaube, Spirituelles ist bei Krankheiten sicher eine Chance. Man kann daran sehen, wie alles zusammenhängt: Wozu sind wir da ? Diese Welt läuft auf Gott zu, Rettung und Heilung. Gott lässt einen nicht im Stich.

*Mir ist Eigenverantwortung, Eigenverantwortlichkeit wichtig.*

Ja. Der evangelische Glaube ist sehr von Verantwortung geprägt, auch die für sich selbst, sicher viel stärker als früher.

*Wieso wechselten sie von der Pfarrgemeindefarbeit und als Dekan zum Diakonischen Werk ?*

Mein Verständnis war schon immer diakonisch: Für Menschen da zu sein, die einen brauchen. Und ich merkte bei meiner Arbeit als Dekan, dass ich gerne Leitungsaufgaben übernehme. Das ist nun als Vorstand und in meiner Zuständigkeit für das Personal der Fall.



**Kleine Feste, große Feste !  
Für die vielen lieben Gäste  
halten gern und schnell parat,  
wir den beliebten Schichtsalat.**

Rezept für 10 Personen:

- 1 kleines Glas Sellerie (Abtropfgewicht 190g mit Saft)
- 1 kleine Dose Mais (Abtropfgewicht 285 g ohne Saft)
- 1 ½ Stangen Porree in feine Ringe geschnitten
- 1 Glas geraspelte Karotten (190 g ohne Saft)
- 1 kleine Dose Ananas in Stücken (Abtropfgewicht 340 g ohne Saft)
- 6 Scheiben Kochschinken in Streifen geschnitten (vegetarisch ohne)
- 3 – 4 Äpfel in Würfel geschnitten
- 1 großes Glas Miracel-Wip (500ml)
- 300 g Gouda in Würfel geschnitten

Die Zutaten in der angegebenen Reihenfolge in eine große Schüssel schichten und einen Tag ziehen lassen, vor dem Servieren umrühren.

**So kann man schon geschwind beizeiten  
diese Speise zubereiten.  
Wer sich danach die Finger leckt,  
dem hat es ganz bestimmt geschmeckt !**

oder Klimawandel konnten sich diese Arten nicht mehr den sich daraus resultierenden Bedingungen anpassen. Durch menschliche Eingriffe in das Ökosystem geriet auch manch natürliches Gleichgewicht aus dem Lot. Als Beispiel führte sie die aasfressenden Bartgeier in Indien auf: Über Jahrtausende entsorgten die Bartgeier die heiligen Rinder, die auf Müllkippen abgelegt wurden, und verdauten sie mit ihren aggressiven Magensäften. Sie verhinderten so die Übertragung von Krankheiten. Durch die Behandlung der Rinder mit einem entzündungshemmenden Mittel, das die Bartgeier verenden ließ, ging die Population der "natürlichen Gesundheitspolizei" stark zurück. An ihre Stelle traten verwilderte Hunde, die mit Menschen in Kontakt kamen und so gefährliche Krankheiten übertrugen.

Das Naturkundemuseum hat aber nicht nur Ausstellungsstücke und theoretische Betrachtungen zu bieten, sondern auch lebende Tiere wie Fische. Im Hinblick auf eine wildlebende buntschillernde Fischart wurde uns erklärt, dass diese zwar der freien Wildbahn entnommen wurden, aber deren Population dadurch keineswegs gefährdet sei. Durch die Einnahmen der Fischer sei die Verbindung zwischen Naturschutz und Nutzen für den Menschen hergestellt. Ein weiteres interessantes Detail war die aktuelle Entwicklung der Bevölkerung, die ja vor kurzem auf sieben Milliarden Menschen angewachsen ist. Aus biologischer Sicht sei die Entwicklung nicht zu begrüßen, da die Ressourcen begrenzt sind und die Menschheit auf kurz oder lang wieder auf ein umweltverträgliches Maß schrumpfen wird.

Dass ein Menschenleben im Blick auf die Zeitgeschichte der Erde nur einen Wimpernschlag darstellt, könnte die Verbindung zu dem Naturkundemuseum angeschlossenem Planetarium darstellen. Vielleicht ist dies ein lohnenswertes Ziel für einen der kommenden Tagesstätten-Ausflüge.

*Winfried Rebitzer*

## **Impressum**

### Redaktionsmitglieder

Susanne Bensinger, Corinna, Carina Gebele, Andreas Lux, Roland Rudnitzky, Michael Wünsche

Titelbild „Blätterteppich“ nach Landart – Arbeit der Kunsttherapie-Gruppe

1. Auflage März 2012

200 Exemplare

*Wann waren eigentlich die Anfänge des Diakonischen Werkes in Augsburg, dem Träger unserer Tagesstätte ?*

Vor etwa 125 Jahren schlossen sich engagierte evangelische Christen zum Verein für Innere Mission zusammen, um zu helfen und dem Elend und den Notlagen der damaligen Zeit zu begegnen. Die kirchliche Sozialarbeit entstand, z. B. wurde eine Herberge für Arbeiter und Lehrlinge gegründet oder engagierte man sich gegen Mädchenhandel. Ende der 70er Jahre (1978 nach unserer Recherche) wurde die „Innere Mission“ dann umbenannt in das Diakonische Werk Augsburg e. V. Eine Vielfalt von Angeboten hat sich im Laufe der Jahre entwickelt und den Wandel der Zeiten angepasst. Beratungsstellen für Arbeitslose, Flüchtlinge, Haftentlassene, Insolvenzverfahren, Kinder- und Jugendhilfe-Einrichtungen, sozialpsychiatrische Dienste und Tagesstätten, Einrichtungen für Senioren und Pflegebedürftige und vieles mehr.

*Wie geht es Ihnen selbst, Herr Pfarrer Graßmann, wie schaffen Sie es, stark zu sein, so viel zu verantworten und zu arbeiten ?*

Sicher ist es nicht leicht, wirtschaftlich zu arbeiten, zugleich Arbeitsplätze zu sichern und seinem diakonischen Auftrag nachzukommen. Oft eine Gratwanderung und für mich z. Z. die Herausforderung überhaupt. Sehr oft, vielleicht zu oft, ist es meine Familie, die mir Halt gibt. Den Rückhalt für meine „Glaubensarbeit“ bekomme ich außerdem durch Kollegen, Freunde und Bekannte.

*Auch verriet uns Pfarrer Graßmann im Laufe des Interviews, dass er 48 Jahre alt ist, seine Frau als Pfarrerin arbeitet und er drei erwachsene Söhne hat.*

*Mit den Worten, es handelte sich soeben um eine „geschenkte Stunde“, verabschiedete sich unser Gast.*

*Wie danken Ihnen herzlich Herr Pfarrer Graßmann, Ihre Antworten waren uns sehr hilfreich.*

## VI

Gott,  
gerne wollt` ich Dir singen,  
doch meine Harfentöne  
zerspringen in nächtlichem Sturm;  
nächtlich – Du weißt: ohne Hoffnung.  
Sturm – mein Gott, Verzweiflung,  
Angst vor dem einsamen Wandern,  
Angst vor den Schluchten,  
Angst vor unüberwindbaren Mauern,  
Angst, geballt, vor mir selbst!  
Gott, mein Gott, hast Du mich  
verlassen ?

*Von Susanne Bensinger aus  
„Stationen auf der Suche nach Gott“, 1975*

## Glaube schützt vor Krankheit – nicht ?!

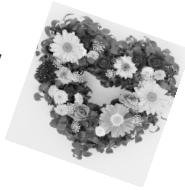
Philosophische Gedanken über Gottes Sein und Tun.

*Von Susanne Bensinger*

Ich halte mich für einen christlichen Menschen und bin es wohl auch, wenngleich ich nicht so oft die Kirche besuche. Ich glaube an Gott, ja, aber warum schickt er mich immer wieder in die Höllen meiner psychischen Erkrankung ? Viele, viele Jahre habe ich verzweifelt nach einer Antwort gesucht. Vergeblich, Gott hüllt sich in Schweigen, lässt mich leiden und verzweifeln.

## Bürgerhilfe

*Derzeit engagieren sich fünf Ehrenamtliche und bieten Gruppen und Unternehmungen an: einen Stammtisch, Lesekreis, Spiel und Bewegung, Schwimmen, Nordic-Walking, Kinobesuche, Ausflüge, Spaziergänge, Wandern.*



Was wäre unsere Tagesstätte ohne ihre ehrenamtlichen Mitarbeiter ? Sie ermöglichen uns sogar gemeinsame Treffen außerhalb der regulären Öffnungszeiten und setzten sich z.B. mit uns bei Plätzchen und Kuchen am Hl. Abend-Nachmittag zusammen.

Auch am 21. Januar war es mal wieder mit einem Samstagsbrunch soweit. Denn Herr und Frau Bonk aus Kissing haben sich dazu bereit erklärt, mit uns ausgedehnt zwischen 10 und 13 Uhr zu frühstücken, während die Leiterin Rufbereitschaft von zu Hause aus machte. Es war ein sehr schönes Beisammensein bei wohl duftendem Kaffee, frischen Brezen, Semmeln und allerlei anderen Leckereien. Die Unterhaltung tat gut und solche Tage sind immer eine willkommene Abwechslung, denn viele sind allein Zuhause, so wie ich.

Ich finde es bewundernswert, dass es Menschen wie Frau Uhl, Frau Leiß-Raasch, Herrn Blank, Herrn Bonk und Herrn Wagner gibt, die uns ihre Zeit schenken. Dafür bin ich sehr sehr dankbar und ich bin mir sicher, dass das für die Andern hier auch so ist.

*Christa Pein*

## Wussten Sie schon,

dass das Horn der Nashörner aus haarähnlichen Substanzen besteht oder der Frühmensch und der Schimpanse, wenn überhaupt, allenfalls Cousins waren ? Dieses, und vieles mehr war bei unserem Tagesstätten-Ausflug ins Augsburger Naturkundemuseum zu erfahren. Auf drei Etagen sind dort urzeitliche Ausstellungsstücke wie Schädelknochen oder ausgestopfte Tiere (z.B. ausgestorbene Vogelarten), aber auch lebendige Tiere wie Echsen oder Schaben untergebracht.

Unter der fachkundigen Führung einer Diplom-Biologin erlebten wir zwei kurzweilige und spannende Stunden: Viele Tierarten sind schon ausgestorben, besonders, wenn es sich dabei um eine besonders hoch spezialisierte Nischenart handelte. Durch veränderte Umweltbedingungen

eine Lösung. Wenn dann alles abgearbeitet“ wurde, was meist in 90 Minuten gelingt, findet in 3-4 Monaten die nächste Besucherversammlung statt und es heißt „Wir freuen uns über Ihre rege Teilnahme“.

*Roland Rudnitzky*

## Exkursion „Landart“

In einer Kunsttherapie-Sitzung fuhren wir nach Schmiechen: Dort an einem Platz von freier Natur umgeben, an der Paar und einem Flussausläufer der selbigen, hatten wir die Möglichkeit, aus Naturmaterialien Kunstwerke zu gestalten. Frei dem Motto



„Landart“. Es wurden Zweige aus Weiden, grüne Ahornblätter, rote Beeren und verschiedenste Blüten gesammelt und verarbeitet. Die Teilnehmer waren eifrig bei der Sache und es entstand an nur einem Vormittag ein Blätterteppich, eine Schlange aus Blättern und Zweigen und aus Weiden-Stengel geformte Kreise, in die Beeren gelegt wurden, um das seichte Bächlein zu zieren. Zu guter letzt wurden noch Zweige zu einem Gitter trappiert und mit allen gesammelten Blüten verziert. Eine kleine Erschwernis gab es allerdings doch, denn es war an diesem Tag sehr windig, und so musste während der Herstellung unserer Werke immer wieder darauf geachtet werden, dass das Gesammelte nicht - wie man so

schön sagt - vom Winde verweht wird.

Mir selbst hat der grüne Blätterteppich, den wir auch als Titelbild dieser Ausgabe wählten, sehr gefallen. In den Blättern spiegelten sich herrlich das Licht der Sonne und die Schatten wieder.

In Freude im Namen der Kunsttherapie-Gruppe

*Ihre Corinna*



Diese Fragen sind wohl menschlich und wahrscheinlich sollte man lieber darüber nachdenken: Wozu? Was will mir mein Schicksal sagen? Da werde ich eher fündig, wenn ich mir überlege, was es mir bisher gezeigt hat: Mit großer Bewusstheit mein Leben zu gestalten. Es hat eine Menge Kreativität freigesetzt, die mir oft und gerade bei der Bewältigung meiner Krankheit hilft und die mich glücklich macht. Ja, in guten, offenen und „vollen“ Zeiten kann ich mein Leben genießen, im Bewusstsein dessen, dass dies keineswegs selbstverständlich ist. Und wenn es mir schlecht geht, wo erfahre ich da Gottes Nähe? Plötzlich gibt es ihn nicht mehr und aus eigener Kraft kann ich ihn nicht suchen. Nicht einmal ein „Vater unser“ bringe ich noch zustande, jegliches Gebet, wenn überhaupt, erstirbt zur hohlen Floskel. Zufall oder Fügung - eine Krankenschwester verriet mir „ihr“ Kurzgebet und das lautet: „SORGE DU“. Damit sind all' meine Bitten auf einen Punkt gebracht, diese zwei Worte begleiten dann mein Leben. Ich versuche mit ihnen zu atmen und in ihren kurzen prägnanten Rhythmus einzuschwingen. Bringt das vielleicht ein wenig Ruhe und Gelassenheit?

Noch ein weiterer Gedanke, keinesfalls neu, kommt mir in den Sinn: es ist doch müßig über Gottes Allmacht zu philosophieren. Die kleine Ameise wird auch in ihrer Beschränktheit nicht wissen, wie groß und wie mächtig der Wald über und unter ihr ist und dass er ihre Lebensgrundlage bildet. Sie fügt sich einfach ihrer Umstände, erfüllt ihre Aufgabe ohne Aufbegehren, ohne den Sinn zu hinterfragen. Für uns Menschen trifft dieses Denkmodell - vielleicht auf höherer Ebene - ebenso zu: Wir sind wie ich denke, ohne eigene Erkenntnis hineingeworfen in den Rhythmus des Geborenwerdens, des unergründlichen Lebens und des Zurückkehrens in den Schoß der Erde. Jede Reflexion über die Führung Gottes muss scheitern. Ich schließe mich lieber den tröstenden Gedanken von Rainer Maria Rilke an, der sein Gedicht „Herbst“ mit den Worten enden lässt:

**„Und doch ist Einer, welcher dieses Fallen  
unendlich sanft in seinen Händen hält“.**

# Kraft und Halt

Eine Besucherin erzählt von ihrem Lieblingsgebet.

Der Glaube an Gott ist und war für mich immer schon sehr wichtig in meinem Leben. Als kleines Schulmädchen ging ich jeden Tag vor der Schule zur Kirche. Aber auch sonst. Mir war egal, ob es sich um eine Andacht oder einen Rosenkranz oder ein Hochamt (= feierliche Messe) gehandelt hat. Bei uns zu Hause wurde auch vor dem Mittagessen gebetet. Großeltern, Eltern, ich und meine Geschwister. Ich musste mich vor meinen Opa hinstellen und die Hände schön falten, zeigten sie nach unten, korrigierte er es. Am Abend bevor ich einschlafe bete ich ein Abendgebet. Ich lernte es von meinem Stiefvater als meine Mutter 1955 mit 27 Jahren plötzlich an einer Lungenembolie starb. Er setzte sich mit uns Kindern ins Bett und betete:

*„O Gott, Du hast in dieser Nacht so väterlich für mich gewacht,  
ich lob' und preise dich dafür und alles Gute dir.  
Bewahre mich auch diesen Tag vor Sünde, Tod und jeder Plag,  
und was ich denke, red', tu', das segne bester Vater du. Amen.“*

Übrigens bete ich es als Abend- und Morgengebet noch heute.

*Christa Pein*

# Glaubensgespräche,

...die stattfinden, um gemeinsam über Gott und die Welt zu sprechen und über persönliche Lebensfragen nachzudenken.

Einmal im Monat wird in unserer Tagesstätte ein Glaubensgespräch angeboten, welches wechselweise von evangelischen und katholischen Geistlichen aus Mering geleitet wird.

Da ja nun jeder von unseren Besuchern seine eigene Persönlichkeit hier einbringt, ist die Auseinandersetzung mit theologischen Fragen individuell und somit kann die Diskussion recht lebhaft verlaufen: Glaube oder Wis-

# Tagesstätten-Report

## „Demokratie“ in der Herzog-Wilhelm-Strasse 1

Seit März 2003 werden „Besucherversammlungen“ veranstaltet. Ich würde sie mit einer Art Betriebsversammlung vergleichen. Auch wurde im Jahr 2003 erstmals ein „Sprecherrat“ gewählt, dessen Aufgaben man ansatzweise mit dem eines Betriebs- oder Personalrates in der freien Wirtschaft oder im öffentlichen Dienst vergleichen kann. Dieser bestand zum Teil aus drei, aktuell aus zwei gewählten Vertretern der Besucher unserer Einrichtung. Regelmäßig treffen sich die freiwillig zur Verfügung gestellten Personen mit der Tagesstätten-Leiterin, gegebenenfalls auch öfters, wenn es erforderlich ist. Z.B. bei besonderen Anlässen, baulichen Veränderungen im Haus, Personalveränderungen oder anderen Dingen, die Gewicht für alle in der Tagesstätte haben.

Die Besucherversammlungen, welche turnusmäßig drei- bis viermal im Jahr stattfinden, werden vorher mit Aushängen im Haus angekündigt. Auch zur Vorbereitung einer anstehenden Versammlung trifft sich der Sprecherrat mit der Leiterin, um gemeinsam Sachen bzw. Dinge zu erörtern, die an die Sprecherräte oder das Mitarbeiterteam herangetragen wurden. Um nichts zu vergessen, werden Tagesordnungspunkte festgelegt.

An die 30 Leute nehmen an den Versammlungen teil, das gesamte Mitarbeiterteam und manchmal auch ehrenamtliche Mitarbeiter. Zum Beispiel werden dann Ausflugsziele überlegt, Termine für Feiern angekündigt oder leider wie kürzlich geschehen, eine Gruppe nach einer Teilnehmerabfrage wegen mangelndem Interesse eingestellt. In der letzten Besucherversammlung konnte Frau Gebele die erfreuliche Mitteilung machen, dass die Tagesstätte eine Spende durch die Meringer Kolpingsfamilie von Sage und Schreibe 1000 Euro erhielt. Ein gutes Stichwort, um gleich fehlende und nicht mehr ganz so passable Sitzkissen für die Cafeteria anzusprechen. Seitens der Sprecherräte lag letztes Mal kein nennenswertes Thema an. Es bleibt aber auch immer Zeit und Raum für spontane Einfälle und ich kann mich daran erinnern, dass schon heiß und hitzig debattiert wurde, meist wenn es um zwischenmenschliches geht. Es wurde ausdiskutiert oder abgestimmt und es fand sich letztendlich immer



# Kunst bewegt

## Ausstellung in der Bücherei Mering

23. Mai bis 16. Juni 2012

Arbeiten aus der Kunsttherapie  
der Tagesstätte für psychische Gesundheit Mering  
mit Juliane Wanner

## Ausstellungseröffnung

Dienstag  
22. Mai 2012  
17.30 Uhr

Bücherei Mering  
Bachstr. 1

Grußworte  
Musikalische Umrahmung  
Buffet

Tagesstätte für psychische Gesundheit Mering  
Diakonisches Werk Augsburg e.V.  
Herzog Wilhelm-Str. 1 in 86145 Mering

sen ? An Wunder glauben oder der Ratio folgen ? Gibt es vielleicht Übersetzungsfehler in der Bibel ? Gilt noch der Katechismus früherer Generationen ? Wie verändert sich der Glaube im Laufe eines Lebens ? Muss der Verstand außen vor bleiben ? Schließt sich beides gar gegenseitig aus oder lässt es sich vereinen ?

Nicht immer finden wir Antworten und Lösungen. Oft setzt sich nach Beendigung des „offiziellen“ Termins die Unterhaltung in der Cafeteria fort – ja, vielleicht sogar auch noch daheim in der eigenen Familie.

*Susanne Bensinger*

## Versetzt Glaube Berge ?

Glaube ist nicht nur mit Religion gleichzusetzen. Wie verhält es sich mit dem Glauben an Sternzeichen, Horoskope... Gedankenspiele einiger Redaktionsmitglieder.

„*Stier (21. April – 20. Mai): Passen Sie auf, falsche Freunde können ihnen begegnen. In der Liebe und beruflich läuft es gut.*“ Dieses Horoskop oder ähnliches gilt für etwa 600 000 Menschen in Deutschland. Doch wer von uns glaubt nicht gerne an das Glück in der Liebe und wem gefällt es nicht, wenn es die Sterne gut mit einem meinen - wider jeglichen Verstand. Identifiziert man sich eigentlich mit dem Sternzeichen oder beeinflussen Sternkonstellationen uns ? Was hat es auf sich mit dem „quiriligen Zwilling“, „schüchternen Krebs“ und „großzügigen Löwen“ ? Prägung, Anerzogenes, Selbstsuggestion, gar Tatsache ?

## Wir wissen die Antwort nicht wirklich

... und gehen zur „Selbsterfüllenden Prophezeiung“ über, einem Fachausdruck in der Psychologie. Mit einer „Selbsterfüllenden Prophezeiung“ ist gemeint, dass sich eine Vorhersage erfüllt, weil man fest daran glaubt und sich meist -unbewusst- auch so verhält, dass sich die Prophezeiung erfüllen wird. Dazu fiel einer Redakteurin die Geschichte ihres Bekannten ein: Etwa 20 Jahre hatte er Angst, dass sein Keller mit Wasser vollläuft. Er hatte sogar Alpträume deswegen und fast täglich sah er nach, ob sein Keller trocken ist. Vor etwa fünf Wochen war es dann so-

weit: der Keller stand unter Wasser, hatte er doch bei der Wasserstandkontrolle der Heizung versehentlich den Hahn offen gelassen.

### **Scheinmedikament „Placebo“**

Auch fiel uns der „Placeboeffekt“ ein. Man bekommt also, ohne es zu wissen, anstelle eines wirksamen Medikaments eine Tablette ohne Wirkstoff, und glaubt daran, dass es sich um die verordnete Tablette handelt. Trotz der Scheinmedikation verschwinden Krankheitssymptome oder werden gelindert. Das funktioniert wohl oft, wenn auch nicht immer - dadurch ist ein Zusammenhang zwischen Glaube und Körper zu ersehen.

Oder wie war das gleich wieder mit der „Selbstsuggestion“ und „Affirmation“? Per Definition ist eine Affirmation ein Wunsch oder ein positiver Satz, der formuliert wird und den man ähnlich einer Gebetsmühle immer wieder wiederholt, bis er zu wirken beginnt. Man trickst sozusagen ein bisschen das Gehirn aus, indem man sich den Inhalt einsuggeriert, bis man daran glaubt bzw. davon überzeugt ist. Das Denken wird demnach langsam verinnerlicht bzw. zu einer inneren Erfahrung und wirkt als neue positive Überzeugung. Dazu passt ja eigentlich auch die Definition aus einem Lexikon:

### **„Glaube ist ein Fürwahrhalten innerer Erfahrungen“.**

Freilich kann sich das auch verqueren, im Sinne eines negativen Glaubenssatzes oder negativen Grundüberzeugung, eine negative Haltung, die wir z.B. –unbewusst- aufgrund lebensgeschichtlicher Erfahrungen verinnerlicht haben wie „Ich schaffe es eh nicht“ oder „Ich bin nicht wichtig“. Wird es wirken, wenn man den Satz umdeutet, lange und laut wiederholt? „Ich kann (ich werde) es schaffen“, „Ich bin der wichtigste Mensch in meinem Leben“. Fühlt sich irgendwie gut an, es zu erfahren, es zu spüren, viel besser als der negative Glaubenssatz zuvor. Das erkennen wir schon durch das kurze Experiment.

Kaum fühlten wir uns wohler, fällt einer Redakteurin auch gleich ein, dass ja Schornsteinfeger, wenn man sie sieht oder berührt, gar Glück bringen sollen. Schwupps, eine neue „Kiste“ wurde geöffnet: bei Sternschnuppen soll man sich was wünschen und es wird in Erfüllung gehen, Glücks-

bringer wie zerdeppertes Porzellan beim Polterabend, Pfennige, die man schenken soll oder man trägt einen Talisman und Maskottchen bei sich, drückt die Daumen, klopft auf Holz und sollte schwarze Katzen, die einem über den Weg laufen ebenso wie zerbrochene Spiegel lieber meiden. Alles nur purer Aberglaube?

### **Geschmack und Glaube**

Irgendwann kamen wir zum Ergebnis, mit Geschmack und Glaube verhält es sich ähnlich. Über beides lässt sich nicht streiten. Schließen wollen wir unsere „Gedankenspiele“ aber mit einem Zitat eines bekannten Franzosen:

*Da es sehr  
förderlich für die  
Gesundheit ist,  
habe ich  
beschlossen,  
glücklich zu sein.  
Voltaire*

## **SELBSTHILFGRUPPE**

für Menschen  
mit Burn-out-Syndrom

**jeden 2. Mittwoch um 18 Uhr**

im Brunnentreff der Sozialstation Friedberg  
Hermann-löns-Str.6, 2. Stock

Information unter: [www.kennen.verstehen.de](http://www.kennen.verstehen.de)  
oder der Rufnr. 0160-8435948



**kennen und verstehen e.V.**

Förderverein zur Verbesserung  
der psychosozialen und sozialpsychiatrischen  
Versorgung im Landkreis Aichach-Friedberg