

## Begleiten in diesen Zeiten

Ingrid Weißl, 11.1.21

Klinikseelsorgerin in der Psychosomatischen Fachklinik in Simbach/Inn.

„Ab jetzt nur noch Telefon-Begleitungen!“ – als ich im März letzten Jahres diesen Satz von der Klinik-Leitung gesagt bekam, konnte ich es zunächst nicht fassen. Wie soll ich die Reaktionen, die Emotionen, das, was ein persönliches Gespräch ausmacht, denn – nur am Telefon – erfassen und adäquat begleiten können – ohne eine tröstende Umarmung?

Nun – ich habe in diesen Monaten viel gelernt. Auf die Feinheiten hören, auf das, was scheinbar zwischen den Worten und Sätzen durchklingt. Auf das Ungesagte, Unsagbare achten. Sich Zeit nehmen und genau hinhören, auf die Intensität der Worte, die Tränen, die Abstände zwischen den Worten, die Pausen, die normalerweise bei einem tel. Wortbeitrag irritieren können – aber hier wirklich wichtig sind. Anstrengend ist das! Fast noch mehr, als ein persönliches Gespräch unter 4 Augen. Was man nicht alles dazulernen kann und muss, auf seine alten Tage (63 Lebensjahre, 39 Dienstjahre)...

Trauerbegleitung per Telefon – das geht mittlerweile besser, als zunächst erwartet. In drei wichtigen Schritten erfolgt mein Ritual: Nach einem ausführlichen Anamnese-Gespräch bitte ich den/die Trauernde/n, der verstorbenen Person einen Brief zu schreiben, in dem alles stehen darf, was noch gesagt werden muss, Dank, Wut, Unfertiges, Ringen, Frust ... Bei einem weiteren Termin bitte ich, mir diesen Brief vorzulesen und somit den Rahmen zu gewährleisten, in dem für die notwendige Wertschätzung Zeit und Raum ist. Ich stehe stellvertretend für die zu verabschiedende Person. Dieses Vor-Tragen der letzten Gedanken ist wirklich sehr emotional und daher heilsam. Meistens begleiten Tränen diesen wichtigen Schritt und fördern das Loslassen.



Als drittes würde ich in der Klinik oder der Einzelbegleitung mit den Trauernden in den Garten gehen und in einer Feuerschale den Brief „umwandeln“. Nachdem dies tel. nicht möglich ist, leite ich dies telefonisch an. Es wird im eigenen Garten durchgeführt, mit dem Originalbrief, nachdem – falls erwünscht – für das private Erinnern eine Kopie gemacht wurde. In den meisten Fällen fühlen sich die KlientInnen nach diesem ausführlichen und intensiven Prozess wirklich erleichtert und gelöst. Wichtig für mich: „Sorgendiebstahl vermeiden!“ Auch wenn mir die Begleitungen nahe gehen, darf ich die Anliegen „nicht mit heim nehmen“! Das Wort „Sorgendiebstahl“ habe ich selbst erfunden und verwende es auch beim Coaching von Besuchsdiensten. Jeder versteht den Sinn sofort.

Haben Sie ein Anliegen, das Sie mit mir besprechen möchten? Ich nehme mir dafür Zeit!

Terminvereinbarung – per mail oder sms: 0160/ 910 350 60

[ingrid@weissls.de](mailto:ingrid@weissls.de) [www.weissls.de](http://www.weissls.de)