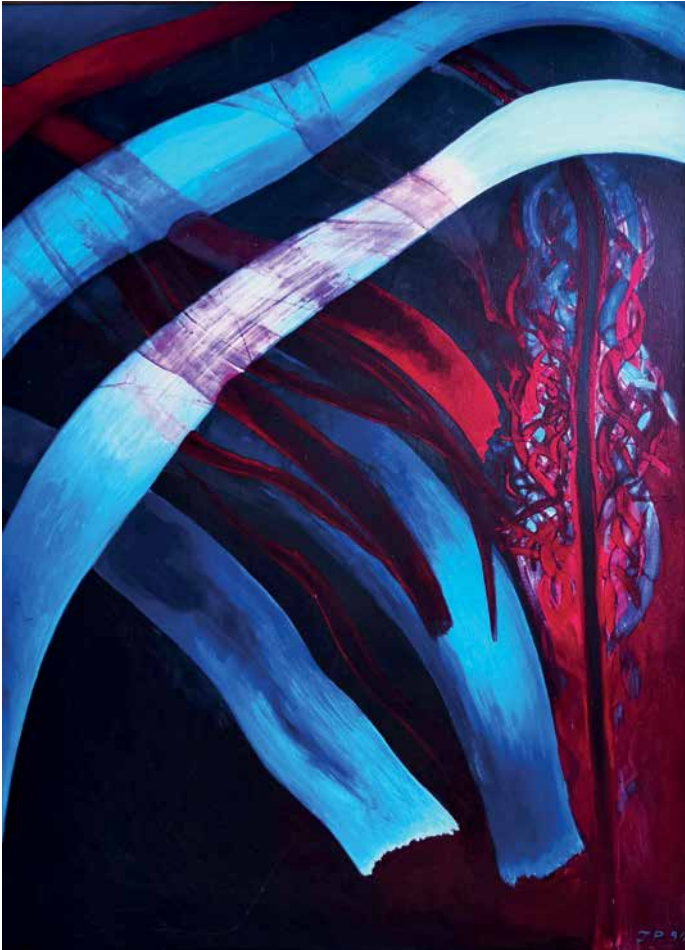




Zeitschrift für  
Integrative Gestaltpädagogik  
und Seelsorge



## Wenn es schwierig wird: **Trost und Begleitung**

# INHALTSVERZEICHNIS

## Aus der Redaktion

74 H. Neuhold

## Biblisch-spirituelle Impulse

75 E. Petschnigg „Tröstet, tröstet mein Volk“

78 J. Pichler: Vom Trost im Herzen und Sinn der Bergpredigt

## Zum Thema

80 M. Prisching: Gewalttaten: Wie trösten sich moderne Gesellschaften?

83 J. Rahner: „Trost ist ein absurdes Wort...“

86 U. Fischer: Gestalttherapie: Heilung oder Begleitung und Trost?

88 R. Hochmeister-Deibler: Ein Haus mit vielen Wohnungen

## Das aktuelle Interview

92 Interview mit Waltraud Klasnic

## Literatur zum Thema

94 I. Schrettle: Trost und Begleitung von der Mutter

## Film zum Thema

95 T. Heimerl: Auf Wiedersehen, Kinder

## Berichte aus unserem Umfeld

96 F. Feiner: Ärzte ohne Grenzen

## Aus der Praxis – für die Praxis

97 E. Pöcksteiner: Religiöse Trostkultur praktisch

98 M. Weisböck: Rituale – eine Brücke, die Halt gibt

## kaum gehört und unbekannt

99 A. Klimt: wenn es richtig schwierig wird

## Das weite Land unserer Seele

100 H. Neuhold: Trost oder Therapie – eine falsche Alternative

102 **Buchbesprechungen –  
Buchempfehlungen**

104 **Aus den Vereinen**

105 **Zur Künstlerin**

106 **Termine/Inserate**

**Titelbild: Bewegungen des Trostes**

Theresia Plank Zebinger

Foto: ©Reitbauer

Aus der Redaktion

# „We stand together“

Ein paar Tage nach der Redaktionssitzung unserer Zeitschrift schwirren die Bilder vom Amoklauf an einer Grazer Schule durch alle Medien: Menschen, die sich tröstend in den Armen halten, verstörte Gesichter, Tränen... brennende Kerzen, Blumen,... viele existenzielle Fragen... wenig Antworten.

Es war nicht vorauszusehen, dass das Thema Trost und Begleitung plötzlich so aktuell und hautnah wird. Bei der Gedenkfeier „We stand together“ am übervollen Grazer Hauptplatz, in der betroffene Schüler\*innen, Politiker\*innen, Vertreter\*innen der Religionen zu Wort kommen, wird die Suche nach Trost und Halt in dieser traumatischen Situation in Worten, Musik, Ritualen spürbar. „We are the world“ als gemeinsames Singen tausender Menschen mit Tränen in den Augen lassen das Haltgeben und Trostspenden spüren.

Es geht nicht um billige Vertröstungen, statt die ungerechten Zustände zu ändern, wie zurecht der Religion vorgeworfen wurde, sondern um die Suche nach echten Trost, Halt und Begleitung in den Brüchen des Lebens bis zum Tod. Diese dunkle Realität unseres Lebens will ernst genommen und ausgehalten werden, ohne sie zu verdrängen. Sie gibt dem Leben Tiefe und Würde.

Wie immer haben vielen Autorinnen und Autoren ihr wertvolles Wissen, ihre Erfahrungen, ihr Können, aber auch ihre Weisheit zum Thema beigetragen, wofür ich mich bei ihnen herzlich bedanke. So kann ich wieder eine interessante Zeitschrift vorlegen, die hoffentlich viele anspricht und zum Weiterdenken anregt.

HANS NEUHOLD – CHEFREDAKTEUR

# „Tröstet, tröstet mein Volk“ (Jes 40,1)

## Das Phänomen Trost und sein heilsames Potenzial

EDITH PETSCHNIGG

### Vertröstung oder Trost?

Traditionell wurde das Phänomen Trost mit der Sphäre des Religiösen verbunden und in Disziplinen außerhalb der Theologie deskriptierlich betrachtet. Sigmund Freud hatte die Religion aufgrund ihres Trostcharakters als Menschheitsneurose beschrieben. Verbunden damit war der Gedanke, dass Religionen auf ein besseres Jenseits vertrösten, anstatt sich für eine Behebung von Missständen im Diesseits einzusetzen (vgl. Friedrich-Killinger 2024, 139). So geriet der Trost – nach dieser Lesart des Begriffs zurecht – in Misskredit. Aktuelle Zugänge im Feld der Psychologie und Psychotherapie unterscheiden zwischen Trost und Vertröstung. Das Bedürfnis nach Trost ist ein grundmenschliches und besteht von Geburt an ein Leben lang. In der integrativen Psychotherapie etwa gelten Trost und Tröstung als „Heilfaktoren erster Ordnung“ (vgl. Friedrich-Killinger 2024, 141f.). Tröstende Zuwendungen können seelischen Halt, Zuversicht und Ermutigung geben (vgl. Pfeifer et al. 1993), wenn disruptive Situationen das emotionale Gleichgewicht ins Wanken bringen.

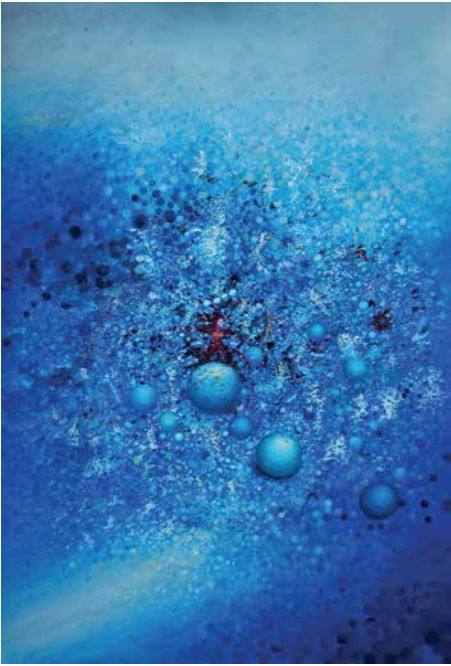
### Trost im Ersten Testament

Vom heilsamen Potenzial des Tröstens sprechen viele biblische Texte. Die hebräische Wurzel *nhm* („trösten“) umfasst ein weites Spektrum an Bedeutungen. Wo diese Wurzel verwendet wird, geht es immer darum, Menschen Erleichterung zu verschaf-

fen und ein Aufatmen zu ermöglichen (vgl. Riede 2013, 1-10). Tröstende Zuwendungen kennt das Erste Testament sowohl von Menschen als auch von Gott. Die Anlässe und Formen des Trostes sind vielfältig. Wenn Menschen anderen Trost spenden, geschieht dies stets in Grenzsituationen: bei Todesfällen, Krankheit oder anderen Noterfahrungen, wie dem Leben in der Fremde. Trost kann durch stilles Dasein im Leid durch Vertraute geschehen, wie zunächst bei Ijob, er kann aber auch misslingen, wie die Dialoge zwischen Ijob und seinen Freunden zeigen; er kann durch Worte Gestalt annehmen, durch das Mitvollziehen von Trauerritten oder durch die Gabe von stärkenden Speisen und Getränken. Ziel des Tröstens ist es, die leidende Person wieder zurück ins Leben zu führen (vgl. Riede 2013, 60). Wenn die Gottheit tröstet, reagiert sie auf die Nöte des Volkes Israel wie auch auf die von Individuen. Göttlicher Trost ist so kraftvoll, dass er „mit einer grundsätzlichen Veränderung der bisherigen Lebenssituationen einher[geht]“ (Riede 2013, 111). Besonders zum Ausdruck kommt Gottes Trost im Buch Jesaja (Jes 40-55; 56-66) und in den Individualpsalmen.

### Trost als Wendepunkt im Buch Jesaja

In Jes 40,1 setzt mit dem Aufruf Gottes „Tröstet, tröstet mein Volk“ ein Wendepunkt ein. Wurde in Jes 39,6f. die Exilszeit angekündigt (ohne von der Zerstörung Jerusalems und der Deportation eines Großteils



### Allverbunden

Theresia Plank Zebinger

Foto: ©Reitbauer

der Bevölkerung zu erzählen – konnte das Schmerzvolle nicht in Worte gefasst werden?), so beginnt nun etwas Neues. In Jes 40-55 finden sich fast ausschließlich Heilsworte (vgl. Berges 2008, 81f.). Es bricht eine Zeit an, die vor allem durch eine vertrauensvolle Beziehung Gottes zu seinem Volk gekennzeichnet ist. Nach der Erfahrung des Exils, die ebenso auf Gottes allumfassende Macht zurückgeführt wird, tut sich nun die Tür zu einem positiven Neuanfang auf (vgl. Schmidt 2018, 137-140).

Durch die Tröstung, zu der das Gotteswort (Prophetinnen und Propheten?) aufruft, wird der Wandel eingeleitet. Die vorherige Leidsituation des Volkes Israel

kommt durch die Metapher der Wüste noch einmal in den Blick: „Eine Stimme ruft: „In der Wüste bahnt einen Weg für Gott, schütet in der Steppe eine gerade Straße auf für unsere Gottheit. (Jes 40,3) Die hier angekündigte Wende wird in Jes 51,3 Wirklichkeit: „Ja, getröstet hat Gott Zion, getröstet all ihre Trümmerstätten und macht ihre Wüste wie Eden und ihre Steppe wie den Garten Gottes.“ (vgl. Berges 2008, 104f.) Die Verdoppelung des Verbs „trösten“ sowohl in Jes 40,1 als auch in Jes 51,3 verleiht dem heilvollen Geschehen besonderen Nachdruck.

Die Wüstenerfahrung ist beendet. Bilder aus der zweiten Schöpfungserzählung unterstreichen dies. Göttlicher Trost hat das Volk Israel ins Leben zurückgeführt, einer Neuschöpfung gleich. Das, was entsteht, wird als so wunderbar erfahren, dass es sich nur mit Paradiesesbildern umschreiben lässt. Das alte Schmerz darf endgültig in den Hintergrund treten: „Denkt nicht an das Frühere, und auf die Vorzeit achtet nicht!“ (Jes 43,18) Der Heilfaktor Trost hat seine Wirkung entfaltet und tut es bis an das Ende des Jesajabuches.

In Jes 66, dem letzten Kapitel der prophetischen Schrift, erscheint Gott erneut als Tröster – richtig gesagt als Trösterin – im Bild der tröstenden Mutter: „Wie eine Mutter tröstet, so will ich euch trösten, und an Jerusalem sollt ihr getröstet sein.“ (Jes 66,13) Jes 40-66 verbindet die tröstende Gottheit mehrfach mit Metaphern der Geburt und mütterlicher Zuwendung (vgl. Bauks 2022, 114).

Entwicklungspsychologisch betrachtet zeigen sich in einem sicheren Bindungsgeschehen zwischen einem Neugeborenen und seiner Bindungsperson die Wurzeln

von Trost und Tröstung, auf die der Mensch, wenn geglückt, ein Leben lang aufbauen kann (vgl. Friedrich-Killinger 2024, 141). Nicht zufällig stellen die Autoren- und Kompositionskreises des Buches Jesaja das Urbild des Trostes – die mütterliche Zuwendung zu ihrem Kind – an das Ende ihrer Schrift. Wer so getröstet wird, kann getrost sein Leben wagen.

### Trost als Lebensspender in den Individualpsalmen

Während sich Gottes Tröstungen in Jes 40-66 an ein Kollektiv wenden, stellen Individualpsalmen das Trostbedürfnis Einzelner ins Zentrum. So kann sich göttlicher Trost im Bild von der Gottheit als fürsorglichen Hirten konkretisieren (vgl. Riedl 2013, 87-89): „Wenn Finsternis tief meinen Weg umgibt, fürchte ich nichts Böses. Ja, du bist bei mir, dein Stab und deine Stütze – sie lassen mich aufatmen.“ (Ps 23,4) Die hebräische Wurzel *nḥm* („trösten“) wird von der „Bibel in gerechter Sprache“ in Ps 23 und in anderen Psalmen mit „aufatmen“ übertragen. Dies korrespondiert mit der Wiederherstellung der verloren geglaubten Lebenskraft der betenden Person in V. 3: „Gott lässt meine Lebendigkeit [hebr. *nefesch*] zurückkehren.“ Die göttliche Zuwen-

dung ermöglicht, dass der Atem wieder ungehindert durch die menschliche Kehle (*nefesch*) fließen kann. Die Zeiten der Angst und Bedrängnis, die in diesem Psalm nicht genannt werden und sich nur als Hintergrundfolie erahnen lassen, sind Geschichte. In Klagepsalmen kommt die Not dagegen konkret zur Sprache: Ps 86 schildert die vielfache Bedrängnis der betenden Person, die sich Demütigungen, Anfeindungen und Gewalt gegenübersteht (V. 1.14) (vgl. Riedl 2013, 97f.). Ihr Schrei nach Hilfe findet schließlich Gehör (V. 17): „Du – du bist *ha-Schem!* Du hilfst mir und lässt mich aufatmen.“ Auch in Ps 86 erfährt die betende Person eine Rückkehr ihrer Lebenskraft (V. 13). Der Heilfaktor Trost entfaltet abermals seine Wirkung. ❀

**Edith Petschnigg MMag. Dr.,** ist Hochschulprofessorin am Institut für Religionspädagogik & Interreligiösen Dialog an der Privaten Päd. Hochschule Augustinum in Graz und Sozial- und Lebensberaterin.

### LITERATUR

- Bauks, M. (2022): Kollektive Resilienz. Überlegungen zur Geburtsmetaphorik in Jes 40-66. In: Gärtner, J./Schmitz, B. (Hg.): Resilienz narrative im Alten Testament (S. 111 – 130). Tübingen: Mohr Siebeck.
- Berges, U. (2008): Jesaja 40-48, HThK.AT. Freiburg i. Br.: Herder.
- Friedrich-Killinger, S. (2024): Die Sehnsucht nach Trost. Trost – ein vernachlässigter Wirkfaktor in der Psychotherapie? In: Hermeneutische Blätter (S. 138 – 151). 30 (1+2)/2024.
- Pfeifer, W. et al. (1993): Etymologisches Wörterbuch des Deutschen, digitalisierte und von Wolfgang Pfeifer überarbeitete Version im Digitalen Wörterbuch der deutschen Sprache. In: <https://www.dwds.de/wb/etymwb/> Trost. Gesehen am 14. August 2025.
- Riede, P. (2013): Trost, der ins Leben führt. Ein Beitrag zum Menschen- und Gottesverständnis des Alten Testaments, Neukirchen-Vluyn: Neukirchener Verlagsgesellschaft.
- Schmidt, U. (2018): „Nicht mehr ...!“ Vergangenheitsbezug und Zukunftserwartung in Jes 40-66. In: Häußl, M. (Hg.): Denkt nicht mehr an das Frühere! Begründungsressourcen in Esra/Nehemia und Jes 40-66 im Vergleich (S. 137 – 156). Göttingen: V&R unipress.

# Vom Trost im Herzen und Sinn der Bergpredigt

JOSEF PICHLER

## Die Seligpreisungen als Eröffnung der Bergpredigt

Mit den Seligpreisungen eröffnet Jesus seine große, programmatische Rede am Berg – jene anschauliche und konkrete Verkündigung, die darlegt, wie das Reich Gottes wirkt und was dadurch möglich wird. Matthäus 5,3-12 bildet das majestätische Portal zur Bergpredigt, durch das die Leserinnen und Leser des Evangeliums in eine neue Welt des Denkens und Handelns eintreten können, um den Ermöglichungsraum Gottes zu erkunden.

Die acht Seligpreisungen folgen einer kunstvollen Struktur: Jede beginnt mit dem griechischen „makarios“ – selig, glücklich zu preisen. Sie verbinden existentielle, menschliche Grunderfahrungen mit göttlichen Verheißungen und schaffen so eine Brücke zwischen irdischer Not und himmlischer Hoffnung. Die ersten vier Seligpreisungen beschreiben Menschen in Mangelsituationen, die letzten vier charakterisieren aktive Haltungen der Nachfolge. Diese literarische Architektur ist kein Zufall: Die Seligpreisungen stehen wie ein Tor am Beginn der Bergpredigt und definieren, welcher Logik die Verkündigung des Reiches Gottes folgt. Menschen, die vom Wirken Gottes in der Welt überzeugt sind, legen neue Wertmaßstäbe an, indem sie der revolutionären Logik der Liebe Gottes folgen. In diesem Sinn erschließt sich auch das Wort, das jene preist, die zutiefst trauern.

## „Selig, die Trauernden, denn sie werden getröstet werden“

Inmitten dieser Eröffnungssequenz steht die zweite Seligpreisung wie ein zartes, aber kraftvolles Licht: „Selig die Trauernden; denn sie werden getröstet werden“ (Mt 5,4). Das griechische Wort „penthountes“ meint nicht oberflächliche Melancholie, sondern tiefe, existenzielle Trauer – jenen Schmerz, der das ganze Dasein erschüttert.

Doch warum können gerade Trauernde selig gepriesen werden? Die Antwort liegt in der paradoxen Logik des Evangeliums: Trauer öffnet das Herz für Gottes Trost. Wer um Verlust weint, um zerbrochene Beziehungen trauert oder unter der Last des Leids zusammenbricht, dessen Seele wird empfänglich für eine Hoffnung, die über das Vorfindliche und Sichtbare hinausreicht.

Die Trauernden sind selig, weil ihre Tränen ehrlich sind. Sie haben die Illusion der Selbstgenügsamkeit verloren und stehen mit leeren Händen vor der Realität. Gerade in dieser Verwundbarkeit liegt ihre Würde: Sie müssen sich nicht verstellen, brauchen keine Masken zu tragen. Ihr Schmerz macht sie authentisch und öffnet Räume für echte Begegnung – mit sich selbst, mit anderen und mit Gott.

## Der göttliche Trost als Verheißung

Die Verheißung „sie werden getröstet werden“ verwendet das griechische



**Es wird schon**  
Theresia Plank Zebinger  
Foto: ©Reitbauer

„parakaleō“ – ein Wort, das nicht nur oberflächliches Beruhigen meint, sondern aktives Beistehen, Ermutigen und Aufrichten. Gott selbst wird zum Parakleten, zum Beistand der Trauernden.

Dieser Trost ist keine billige Vertröstung auf das Jenseits, sondern bereits gegenwärtige Realität. Wo Menschen einander in der Trauer beistehen, wo Gemeinschaft Schmerz auffängt und trägt, dort geschieht bereits das verheißene Getröstet-Werden. Die Trauernden erfahren, dass sie nicht allein sind – weder mit ihrem Schmerz noch mit ihren Hoffnungen, die sie in die Finsternis hinein schreien.

### Trauer als Weg zur Seligkeit

Die Seligpreisung der Trauernden zeigt: Leid ist nicht das letzte Wort. Wer zu trauern vermag, zeigt seine Liebesfähigkeit und

seine Empathie. Tränen sind oft der Preis der Liebe – und zugleich ihr Ausweis. Die Trauernden sind selig, weil sie das Leben ernst nehmen, weil sie spüren, was verloren geht, wenn Beziehungen zerbrechen, Lebenspläne scheitern oder Menschen sterben.

So wird Trauer paradoxerweise zum Weg der Seligkeit: Sie lehrt Dankbarkeit für das Geschenke, wirkt Mitgefühl für andere Leidende und lässt die Sehnsucht nach Heilung keimen. Die Trauernden werden zu Hoffnungsträgern einer Welt, in der Tränen abgewischt werden und der Tod nicht mehr herrscht. Diese Aussage ist für biblisches Denken zentral, denn nach biblischem Denken sind Menschen immer beherrscht, sie können sich der Herrschaft Gottes oder der Herrschaft des Todes unterstellen. Wählen sie die Seiten Gottes, so erfahren sie reiches Leben und sie können dadurch das Böse überwinden.

In der Bergpredigt stehen die Trauernden stellvertretend für alle, die das Leben in seiner ganzen Tiefe erfahren – mit seiner Schönheit und seinem Schmerz. Sie sind selig, weil ihre Tränen sie zu Menschen machen, die den Trost zu schätzen wissen und ihn weitergeben können. Jede Geste der Liebe bleibt – ist ein ewiges Licht gegen die Dunkelheit. ✨

**Josef Pichler, Univ.Prof. Dr.**, lehrt Neutestamentliche Bibelwissenschaft an der Kath. Theologischen Fakultät der KF-Universität Graz.

# Gewalttaten: Wie trösten sich moderne Gesellschaften?

MANFRED PRISCHING

Es gibt Katastrophen, erschütternde Ereignisse, Mordtaten, Terroranschläge und Amokläufe. Während einige dieser Geschehnisse zur „Normalität“ einer Gesellschaft gehören, durchbrechen andere die alltägliche Beschaulichkeit und Bequemlichkeit. Während Morde in eine Kriminalstatistik als bedauerliche, aber übliche Ereignisse eingefügt werden können, ist dies bei Terroranschlägen und Amokläufen (oder ihren Mischformen) nicht der Fall. Diese „Außergewöhnlichkeiten“ erschüttern eine Welt, von der man erst in Anbetracht solcher Ereignisse erkennt, wie weit man sie zuvor als „heile Welt“ betrachten konnte. In diese Lebenswelt bricht etwas „Unheiles“ oder „Unheilvolles“, etwas „Unheimliches“ und „Unverstehbares“. Man wird mit einer grausigen Tat konfrontiert, allenfalls auch mit der dunklen Seele eines Täters. Und wir wissen, dass in allen Seelen genug Unheimlichkeiten lauern, die wir in zivilisatorischem Bemühen im „Untergrund“ zu halten trachten.

Die Menschen reagieren unmittelbar. Erstens ist es *Mitgefühl*, besonders bei Untaten im lokalen Nahbereich. Das Geschehen ist nur ein paar Straßen entfernt; man kennt vielleicht jemanden, der betroffen ist. Es gibt einen geografischen Parameter bei solchen Geschehnissen. In den USA gibt es über dreißig School Shootings pro Jahr, fast jede Woche, und sie sind oft keine

Meldung wert. Bei der eigenen Gemeinde ist man involviert.

Zweitens kommt bei vielen Menschen *Ängstlichkeit* hoch. Gerade bei ungezielter Gewalt liegt der Gedanke nahe, dass mir das Gleiche hätte passieren können – weil es dem Attentäter ja nur darum geht, andere „mitzunehmen“, im Sinne eines erweiterten Selbstmordes oder als letzte Bekundung seines großen Protests gegen eine unleidliche Welt. Wenn man einfach zur falschen Zeit am falschen Ort ist, kann man zum Opfer werden. Es ist nicht die äußerst geringe Wahrscheinlichkeit, betroffen zu werden, sondern die Allgegenwärtigkeit der Gefahr, die Besorgnis erregt.

Drittens ist es die *Unbegreiflichkeit*, die Nichtnachvollziehbarkeit einer anomischen, terroristischen oder suizidalen Handlung, die Erschrecken auslöst. Jeder ist auf eine Wirklichkeit angewiesen, in der er sich auskennt, in der freundliche oder unfreundliche Handlungen anderer Menschen einzuordnen sind. Man mag sie nicht billigen, aber man kann verstehen, was vor sich geht. Nun hat man es jedoch mit einer Aktion zu tun, die alle Kategorien sprengt. Grauen wächst aus dem Unbegreiflichen.

Aus den genannten Gründen bedarf es eines Prozesses, um das Ereignis zu „verarbeiten“ und nach dem Geschehen wieder zur Tagesordnung übergehen zu können. Man braucht Strategien der Tröstung. Erstens

**Wandlung und Erlösung**  
Theresia Plank Zebinger  
Foto: ©Reitbauer



brauchen die Menschen, um sich und einander zu trösten, „Rahmen“ oder „Plattformen“, die Möglichkeiten zur Bekundung von Mitgefühl und Dabeisein bieten: Gedenkstätten und Trauerversammlungen, bei denen sich die Nutzung von Kerzen (und anderen Objekten) als „Opfergaben“ eingebürgert hat; Gedenkbücher, Trauerbildschirme, eine Trauerminute, die Staatstrauer. Man muss Gefühle in Handlungen und Bilder transformieren können. Reste religiöser Sinnbehauptung haben insofern Platz, als Gottesdienste einen würdigen Rahmen bilden und ein organisatorisches „Gefäß“ der Besinnung bereitstellen. Deshalb nehmen an diesen Veranstaltungen auch Amtsinhaber teil, denen man kein Verhältnis zum Religiösen unterstellen wird.

Zweitens hat es sich eingebürgert, die Gemeinschaft zu beschwören. Man lasse

sich nicht spalten, man beweise den Zusammenhalt, die Solidarität, die Einigkeit. Das mag übertrieben sein, weil es genug asoziale Elemente gibt, die gleichzeitig im Internet toben, und Trittbrettdroher, die Spaß haben wollen. Eine Betonung der Gemeinschaft macht nur Sinn, wenn die Untat als Angriff auf das Kollektiv verstanden wird. Aber worauf sollte man sich in einer säkularen Gesellschaft sonst berufen? Die Gemeinschaft tritt an die Stelle Gottes, auch wenn sich die manchmal beschworene Katharsis bald verflüchtigt haben wird. Tribalismus bietet Trost.

Drittens trägt es zur Verarbeitung und Trostfindung bei, sich mit dem Vorkommnis und seinen Einzelheiten zu beschäftigen. Die Massenmedien berichten ausführlich. Medien, die etwas auf sich halten, müssen sich an den Grenzen der Informationsver-

mittlung abarbeiten. Tote oder verletzte Personen werden nicht gezeigt. Es überschreitet die Grenzen der Anständigkeit, die Mutter des Täters aus der Wohnung zu läuten und ein schnelles Foto zu machen. Im Graubereich liegt die Frage, ob Fotos des Täters abgedruckt werden sollen oder nicht. Sich in Informationen zu vertiefen, ist aber jedenfalls Teil der Aufarbeitung der Tat: sich im informierenden Nachvollzug die Tat „aneignen“, zu einem Teil der persönlichen Erfahrung, Geschichte und Person machen.

Viertens gehört zu dieser „Aneignung“ der Versuch, aus dem Unbegreiflichen Begreifliches herauszufiltern. Wie kam es dazu? Viele Menschen würden Trost darin finden, wenn es gelänge, die Person des Täters aus der Normalität hinauszudefinieren, ihn als verkleidetes Monster abzustempeln. Deshalb wird es als beunruhigend empfunden, wenn Nachbarn und Freunde (wie es häufig geschieht) den Täter als unauffällige Gestalt beschreiben, die ein wenig zurückgezogen war, aber begrüßt hat. Irgendwann mag der Täter eine „Abkoppelung“ vollzogen haben, die jedoch an Gestalt und Gehabe nicht sichtbar war.

Es mag tröstlich sein, dass man nichts übersehen hat; aber wenig tröstend, dass sich hinter jeder Nachbartür ein unauffälliger Massenmörder verbergen könnte. Hinter der Normalität steckt die Pathologie.

Fünftens wird das übliche Repertoire an Informationen, Kommentaren und Wortmeldungen durchgespielt. Psychologen, Theologen, Philosophen; Politiker unterschiedlicher Ebenen; Sachverständige aus verschiedenen Branchen; Einsatzkräfte und ihre Manager kommen zu Wort. Es sind Tröstungen, sofern bei den Einsatzor-

ganisationen alles gut gegangen ist. Man kann sich darauf verlassen, dass selbst solche „explosiven“ Ereignisse mit Routine und Kompetenz abgehandelt werden. Allerdings ist die Politik gefordert, etwas zu „tun“, da das postmoderne Machbarkeitsbewusstsein die Hilflosigkeit gegenüber einem solchen Ereignis nicht aushält: Man muss also Maßnahmen setzen, auch wenn absehbar ist, dass sie für „unfassbare“ pathologische Randbereiche kaum Wirkungen zeitigen werden.

Sechstens wird die aus dem Vorfall angeblich erwachsende Sinnesänderung als tröstlich apostrophiert: Es werde nie wieder so sein wie vorher, in dieser Stadt, in diesem Land, im Bewusstsein der Menschen. Auch wenn solches in aktueller Emotionalität geäußert wird, weiß in Wahrheit jeder, dass es nicht stimmt. Man wird in gewissen Abständen eine Feierstunde zur Erinnerung abhalten, aber das Vorkommnis ist für die Menschen in wenigen Wochen „verschwunden“. Die Verkündigungen, dass dieses Ereignis nunmehr gezeigt habe, worauf es im Leben ankomme, und dass diese Erkenntnis Bewusstsein und Zusammenleben nachhaltig verändern werde, haben schon immer auf Momentaufnahmen beruht, die des Wahrheitsgehalts entbehren. ❀

**Manfred Prisching**, Soziologe, Univ. Prof. em., Dr. lehrte am Institut für Soziologie, Karl Franzens Universität Graz

# „Trost ist ein absurdes Wort...“ (J. W. v. Goethe)

JOHANNA RAHNER

In der Regel hat es keinen guten Klang dieses Wort, ‚Trost‘. Die Religionskritik hat den ‚billigen Trost‘ bzw. die Vertröstung zu Recht in den Giftschränk der religiösen Floskeln verbannt. Aber in theologischer Perspektive ist Trost das genaue Gegenteil von Vertröstung. Sie ist die Rückseite der Medaille, auf deren Vorderseite ‚Hoffnung‘ steht, und die darf als solche nur dann ernst genommen werden, wenn sie auch überzeugende Gründe benennen kann (vgl. 1. Petr. 3,15).

## Biblische Konturen

In der Hebräischen Bibel ist das ganze Wortfeld – von ‚Beileid und Mitleid haben‘, über ‚helfen‘, ‚sich erbarmen‘, ‚Beistand geben bzw. sein‘, zu ‚über etwas Leid empfinden, bereuen‘ – durch eine grundlegende intersubjektive Dynamik gekennzeichnet: Es geht immer „um Begegnungen, in denen ein Gemeinschaftsverhältnis aufgebaut wird, ... Der tröstende Mensch oder Gott begibt sich in eine Begegnungsgeschichte, die ihn selbst verändert und zu entsprechenden konkreten Veränderungen der Situation herausfordert“<sup>1</sup>.

Echter Trost bedarf der Beziehung. Noch deutlicher wird das in der griechischen Übersetzung des Ersten Testaments und in der Wortwahl des Neuen Testaments. Beide greifen auf das Wort *parakalein* zurück: herbeirufen, einladen, (zur Hilfeleistung) auffordern, ermuntern, trösten, (mit guten Worten) zusprechen. Hier steckt schon im Wort selbst ein dynamisches Mit- und Zueinander: „Die Subjekte beider Handlungen brauchen sich, um die Kommunikation zu konstituieren“<sup>2</sup>.

Trost setzt gelingende Kommunikation voraus.

Die prophetische Tradition des ersten Testaments macht auf ein weiteres aufmerksam: Sie wäre nämlich weit unter Wert verkauft, würde man sie nur als ‚Vertröstung‘ deuten wollen. Viel zentraler ist ihr expliziter Realitätsanspruch, der in der Weise der mahnenden Drohungen wie der tröstenden Zukunftsverheißungen im Hier und Jetzt eine die Wirklichkeit verändernde Dynamik entwickelt: Die Texte „wollen etwas bewirken für die Leser\*innen der jeweiligen Gegenwart“<sup>3</sup>. So geht es dem Propheten Jesaja „nicht um eine andere himmlische Welt, in der sich Gottes Zukunft entfalten wird. Vielmehr wird angekündigt, dass diese Welt grundlegend zum Guten verwandelt wird, und zwar bald“<sup>4</sup> bzw. die zukünftige Welt ist „eigentlich schon Wirklichkeit geworden... [Es gibt] keine Trennung von hier und dort, jetzt und dann, realistisch und utopisch“<sup>5</sup>. Trost hat einen dialektischen Wirklichkeitsbezug; er hält „das Abwesende als Abwesendes anwesend“ hält.<sup>6</sup>

Ein drittes kommt hinzu: Trost bricht gerade aus der Erfahrung von Brüchen und Krisen auf. Aber er unterscheidet sich von einem museal-konservierenden Festhalten eines „... wie es früher war!“ Echter Trost steht auf den Trümmern einer vergangenen Zeit (Jan Assmann<sup>7</sup>) und birgt so trotz des Ideals der positiven Rückbesinnung die Erfahrung konkreter Gebrochenheit, ja der Möglichkeit des Scheiternkönnens bereits in sich; aber er vertraut trotzdem und wagt es, dieses Vertrauen auch auszusprechen. Trost lebt von einer fragilen

Kontrafaktizität – eine Differenz Erfahrung, die auszuhalten ist.

### **Ein Gott, der tröstet**

Der als Gotteswort formulierte Ruf des Propheten Jesaja – „Tröstet, tröstet mein Volk! (Jes 40,1) – hält durch seine Realitätsdrift die Idee einer an die konkrete Geschichte der Menschen gebundenen Heilsgeschichte Gottes fest, als ein weltlich und geschichtlich wirksames und spürbares Heil, als Heil der Welt und in der Welt. Zugleich trägt das Bekenntnis zu einem Gott, der tröstet, den Stachel der Theodizee in sich. Sie hält als Widerhaken einer allzu harmonischen Sicht der Weltgeschichte als Heilsgeschichte die Frage nach dem Leid und dem Bösen präsent und nimmt Gott und die Welt gleichermaßen in die Pflicht.

Freilich geschieht das nicht auf jene, religionskritisch zu Recht als anstößig empfundene Art, die über lange Zeit aus dem Christentum eine Vertröstungsreligion gemacht und der gegenüber dann die Religionskritik ein „Lasst euch nicht vertrösten!“ (Bertold Brecht) in Stellung gebracht hat. Nein, Gott „verändert die geschichtliche Situation der Menschen nicht durch supranatural(istisch)e oder gewalttätige Eingriffe (vgl. Joh 18,36), sondern dadurch, dass er sich selbst in die Lebens- und Passions-situation der Menschen hineinbegibt und darin leidet, mitleidet und mitgeht“<sup>8</sup>. Aber was für ein Trost ist das?

Ottmar Fuchs formuliert vorsichtig: „Zunächst ein sehr ehrlicher, der nicht die Leiden der Menschen von oben herab oder triumphalistisch überspielt, der aber doch gerade in dieser Ehrlichkeit die Rede von Gott deshalb nicht aufgeben kann, weil er als unendliche Liebe auch und gerade zu den Leidenden erfahren und gedacht wird. Es ist der gleiche Trost, der in jeder Erfahrung von Menschen

liegt, die nicht helfen können, aber dennoch nicht weggehen, sondern beistehen und mit mir aushalten helfen“<sup>9</sup>. Das erzeugt christologische Tiefenresonanzen, denn die „Basis des göttlichen Trostes ist die Menschwerdung Gottes: Ohne sie müsste auch die zukünftige Verheißung für den Menschen die Vertrauensfähigkeit verlieren“<sup>10</sup>. Daher formuliert der tschechische Schriftsteller und katholische Priester Tomáš Halík: „Einem Glauben, einer Kirche, einem Christus ohne Wunden kann ich keinen Glauben schenken. Alles, was uns auf dem religiösen Markt heute angeboten wird, sollten wir einer Echtheitsprobe unterziehen: Tragen die Angebote in irgendeiner Form Wunden an sich? Haben sie die Elemente des Tragischen, des Schmerzes, der Unsicherheit nicht ausgeschaltet? Sind sie nicht bloß ...glänzende Angebote eines schnellen Weges zu Glück, Erfolg, Zufriedenheit? Christus zeigt uns seine Wunden, damit auch wir Mut haben mögen, unsere Verwundungen und Narben einzugestehen und sie nicht zu verhüllen“<sup>11</sup>.

### **Warum wir trösten dürfen: alternative Ortsangaben von Glauben und Kirche**

Das erzeugt Resonanzen mit der Beobachtung Jan Löffelds, dass es irgendwie in Deutschland – bewusst oder unbewusst – immer noch Teil des „kulturellen Gedächtnisses“ ist, „dass das Christentum im weitesten Sinne für die positive, heilvolle und helle Seite des Lebens steht: dass hier Geschichten erzählt werden, die von Werten, vom Heilwerden, von Versöhnung und Hoffnung berichten“<sup>12</sup>. Das sind nun jene Situationen, in denen echter Trost zu verorten ist. Signifikant werden dabei jene Orte werden, „an denen jeweils messianische Heilung beschädigten Lebens erwartet wird.“<sup>13</sup> Die Welt ist zugleich voll von Zeichen der Hoffnung wie von Erfahrungen ihrer Gefährdung und Infragestellung; sie ist trostlos

und voll Trost zugleich. Das macht die innere Dynamik und Unabgeschlossenheit, aber auch ihren herausfordernden Charakter des ‚Trost-potentials‘ christlichen Glaubens deutlich.

*„Die Welt“ braucht keine Verdoppelung ihrer Hoffnungslosigkeit durch Religion; sie braucht und sucht (wenn überhaupt) das Gegengewicht, die Sprengkraft gelebter Hoffnung. Und was wir ihr schulden, ist dies: das Defizit an anschaulich gelebter Hoffnung auszugleichen. In diesem Sinn ist schließlich die Frage nach unserer Gegenwartsverantwortung und Gegenwartsbedeutung die gleiche wie jene nach unserer christlichen Identität: Sind wir, was wir im Zeugnis unserer Hoffnung bekennen?“ (Unsere Hoffnung 2/2) – so formuliert die Würzburger Synode. Machen wir ein kleines Gedankenexperiment und ersetzen in diesem Text einfach einmal Hoffnung durch Trost...*

Für echten Trost gilt das Gleiche wie für die Wahrheit: „Wer wahrhaftig ist zu sich und zu anderen, der weiß, dass er sich schwan-

kendem Boden anvertraut, wenn er von der Wahrheit redet. Aber er hat genug Mut und Vertrauen, es zu tun“<sup>14</sup>. Trost ist ein Tun-Wort. Dabei ist er zum einen notwendig immer erdverbunden und geschichtlich konkret (eben nicht einfach Ver-Tröstung). Zum anderen erwartet er das ‚überraschend Andere‘ – das, was kein Auge je gesehen und kein Ohr je gehört hat, was keinem Menschen je in den Sinn gekommen ist. Das begründet seine Sprengkraft: „Der Himmel, der kommt, grüßt schon die Erde, die ist“ (Kurt Marti). Man ahnt, welche Macht echter Trost hat. Der aber bleibt eine besondere Kunst: „Trösten bleibt als Lebenskunst eine Lebensverheißung, und deren Bewahrheitung besteht in der Kunst, nicht trösten können zu wollen“<sup>15</sup>. ❀

**Johanna Rahner, Univ.Prof. Dr.**, ist Inhaberin des Lehrstuhls für Dogmatik, Dogmengeschichte und Ökumenische Theologie an der Kath. Theologischen Fakultät der UNI Tübingen

## FUSSNOTEN

- <sup>1</sup> Ottmar Fuchs, Trösten/Trost, in: Peter Scheuchenpflug u.a. (Hg.), Tröstende Seelsorge: Chancen und Herausforderungen für christliches Handeln in der pluralen Welt, Würzburg 2005, 14-17; 14.
- <sup>2</sup> Ebd. 14f.
- <sup>3</sup> Uta Schmidt, Ein prophetischer Blick in die kommende Welt – Weltflucht oder Wegzehrung? BiKi 3 2024, 145-153; 145.
- <sup>4</sup> Ebd. 149.
- <sup>5</sup> Ebd. 151.
- <sup>6</sup> Reinhard Feiter, Trösten – oder: Die Kunst, nicht trösten können zu wollen, in: Monika Heidkamp u.a. (Hg.), Abweichen: von einer Praxis, die findet, was sie nicht gesucht hat. FS Reinhard Feiter, Münster 2022, 407-418; 414.
- <sup>7</sup> Vgl. Jan Assmann, Das kulturelle Gedächtnis. Schrift, Erinnerung und politische Identität in frühen Hochkulturen, München 2007, 83-86.
- <sup>8</sup> Fuchs, Trost, 14.
- <sup>9</sup> Ebd. 15.
- <sup>10</sup> Ebd.
- <sup>11</sup> Tomáš Halík, Wege einer neuen Evangelisierung?, in: Karlheinz Ruhstorfer (Hg.) Das Ewige im Fluss der Zeit. Den Gott den wir brauchen, Freiburg 2016, 17-223; 223.
- <sup>12</sup> Jan Löffeld, Wenn nichts fehlt, wo Gott fehlt. Das Christentum vor der religiösen Indifferenz, Freiburg 2024, 152.
- <sup>13</sup> Christoph Theobald, Zur Theologie der Zeichen der Zeit. Bedeutung und Kriterien heute, in: Peter Hünermann (Hg.), Das zweite Vatikanische Konzil und die Zeichen der Zeit heute, Freiburg 2006, 71-84, 82.
- <sup>14</sup> Matthias Dobrinski, SZ vom 18. April 2019 S. 4.
- <sup>15</sup> Feiter, Trösten, 418.

# Gestalttherapie: Heilung oder Begleitung und Trost?

Aus dem Schulalltag

URSULA FISCHER

*Kinder brauchen heute nicht nur Wissen, sondern auch Menschen, die sie sehen, begleiten und stärken. Als Lehrerin mit gestaltpädagogischem und gestalttherapeutischem Hintergrund erlebe ich immer wieder: schon kleine Begegnungen können Weichen fürs Leben stellen. Doch wo hört Begleitung auf – und wo beginnt Heilung?*

Eigentlich war der Arbeitstitel „Gestalttherapie: Heilung oder Begleitung und Trost?“ für einen Artikel in dieser Zeitschrift nicht primär mir zugeordnet und ich konnte mir nur schwer vorstellen, die richtige Person zu sein, hierzu etwas zu schreiben. Ich bin ausgebildete und tätige Gymnasiallehrerin – und ja, ich habe eine Zusatzausbildung in Gestalttherapie absolviert. Aber sie ist noch nicht abgeschlossen. Also darf ich per se therapeutisch gar nicht „heilend“ tätig sein. Wie könnte ich mir also anmaßen, etwas über Heilung zu schreiben?

Irgendwie ließ die Frage mich dennoch nicht los. Ich begann zu überlegen, wie sich Heilung und Begleitung in meinen Augen überhaupt zueinander verhalten – und wie ich das eine oder das andere (oder vielleicht sogar beides?) in meine Praxis als Lehrerin einfließen lassen kann oder vielleicht längst einfließen lasse.

Vielleicht ist die Frage **Heilung ODER Begleitung** auch gar nicht die entscheidende Frage – jedenfalls nicht für mich in meinem Arbeitsfeld. Vielleicht liegt in Beglei-



**Getragen und geführt**  
Theresia Plank Zebinger  
Foto: ©Reitbauer

tung schon ganz viel Heilung. Und vielleicht zeigt sich diese Begleitung manchmal ganz schlicht als **Trost**, als zugewandte Begleitung im menschlichen Leid oder bei den zunächst noch tastenden Schritten des Wachsens: da sein, zuhören, einem Kind in seiner Not das Gefühl geben, nicht allein zu sein und aktuell auch nicht „schon“ anders sein zu sollen. Gerade diese Momente, in denen keine Lösung da ist, aber ein Mensch, sind für mich die kostbarsten.

Aber wie viel solcher „echter Begleitung“ ist uns Lehrkräften im hektischen Schulalltag eigentlich möglich? Genau hier spüre ich eine Spannung – zwischen den äußeren (system-

bedingten) Anforderungen und Gegebenheiten und meinem inneren Anspruch und meiner inneren Haltung, die doch auf Begegnung und Beziehung zielt.

Das Herzstück von Gestaltarbeit – sei es nun gestalttherapeutisch oder gestaltpädagogisch – bildet für mich die **dialogische Haltung**: die Begegnung auf Augenhöhe. Martin Buber hat dies als „Ich-Du-Beziehung“ beschrieben. Sie entsteht nicht durch Technik oder Absicht, sondern dort, wo Menschen einander wirklich begegnen – präsent, offen, wertschätzend.<sup>1</sup>

Als Lehrerin erlebe ich aber: Im Alltag bewege ich mich viel häufiger in der „**Ich-Es-Qualität**“<sup>2</sup>: Ich bin Wissensvermittlerin, ich bewerte Leistungen, ich verfüge – meist – über einen Wissensvorsprung. Das gehört zu meiner Rolle. Und doch frage ich mich: **Wieviel verstecke ich mich hinter diesem Wissen? Wieviel echtes Menschsein lasse ich zu?**

In meinem Rollenverständnis möchte ich nicht nur Wissensvermittlerin sein. Ich möchte zuerst **Mensch sein**, und dann Lehrerin. Denn Schule ist für mich mehr als nur ein Ort der Wissensvermittlung. **Herzensbildung** ist mir ein zentrales Anliegen, „humanitas“ – und ich versuche, den mir anvertrauten jungen Menschen auf Augenhöhe zu begegnen.

Wie gut, dass ich darum weiß, dass es Kolleginnen und Kollegen gibt, die ähnlich un-

terwegs sind wie ich. Und dass ich, dass wir diese Momente erleben dürfen, die uns darin bestätigen: nämlich wenn Schule für ein Kind zu einem sicheren Ort wird. Einem Ort, an dem es spürt: „Ich werde gesehen, gehört, verstanden.“ Gerade dann, wenn es zuhause wenig Halt, wenig Trost und Ermutigung gibt. Vielleicht bedeutet das nicht „Heilung“ im engeren Sinn, aber es ist eine Form von Trost, die trägt – manchmal ein Leben lang, als kleiner Schritt der Erfahrung: so darf ich auch sein.

Ja, vielleicht liegt in Begleitung schon ganz viel Heilung – oder zumindest Heilungspotenzial. Dieser Gedanke macht mir selbst Mut und gibt mir Zuversicht, am richtigen Ort tätig zu sein.

Manchmal sind es nicht die großen Interventionen, die etwas verändern, sondern die kleinen Momente: ein Blick, ein Wort, eine Geste. Vielleicht steckt in solcher Begleitung mehr Heilung, als wir denken.

**Ursula Fischer**, Oberstudienrätin i.E. (kath. Religionslehre, Musik, Latein), Gestaltpädagogin, IGW, Gestalttherapeutin i.A.

## FUSSNOTEN

<sup>1</sup> Martin Buber schreibt: „Das Du begegnet mir von Gnaden – durch Suchen wird es nicht gefunden.“ Zitiert nach Hycner, Rich, Für eine dialogische Gestalttherapie. Erste Überlegungen, in: Doubrawa, Erhard, Staemmler, Frank-M. (Hg.), Heilende Beziehung: Dialogische Gestalttherapie“. Köln 2016, S. 68.

Zur dialogischen Haltung s. auch weitere Aufsätze in Doubrawas und Staemmlers o.g. Buch oder z.B. Buber, Martin, Das dialogische Prinzip. Gütersloh 1984.

<sup>2</sup> Ich-Es-Qualität: nach M. Buber eine Beziehung nicht primär auf Augenhöhe, sondern mit einem „Gefälle“ und zugleich notwendig zur Verrichtung der Alltagsanforderungen: Chef:in – Angestellte:r; Vermieter:in – Mieter:in; Lehrer:in – Schüler:in; etc.

# Ein Haus mit vielen Wohnungen

## Trost und Begleitung in der Krankenhauseelsorge

RENATE HOCHMEISTER-DEIBLER

**In der Krankenhauseelsorge sind wir häufig mit schweren Situationen konfrontiert:**

Wir kommen zu Patient\*innen, die gerade eine schlimme Diagnose bekommen haben und das erst einmal begreifen und verdauen müssen. Wir begleiten Menschen beim Prozess, mit Einschränkungen durch Krankheit oder Alter leben zu lernen: wenn jemand nicht mehr auf Urlaub fahren kann, wenn jemand nicht mehr das Haus verlassen kann, wenn jemand sein gewohntes Zuhause aufgeben und in ein Heim ziehen muss.

Wir begegnen Menschen in schwierigen Lebenssituationen und mit schweren Lebensgeschichten: zerbrochene Beziehungen, Enttäuschungen, Gewalterfahrungen...

Wir werden gerufen, wenn jemand im Sterben liegt, wenn Angehörige sich hilflos und überfordert fühlen, wenn ganze Familien aufgelöst im Gang stehen und gerade erfahren haben, dass ihr Angehöriger verstorben ist. Wir begleiten bei großen und kleinen Abschieden im Leben und beim Sterben.

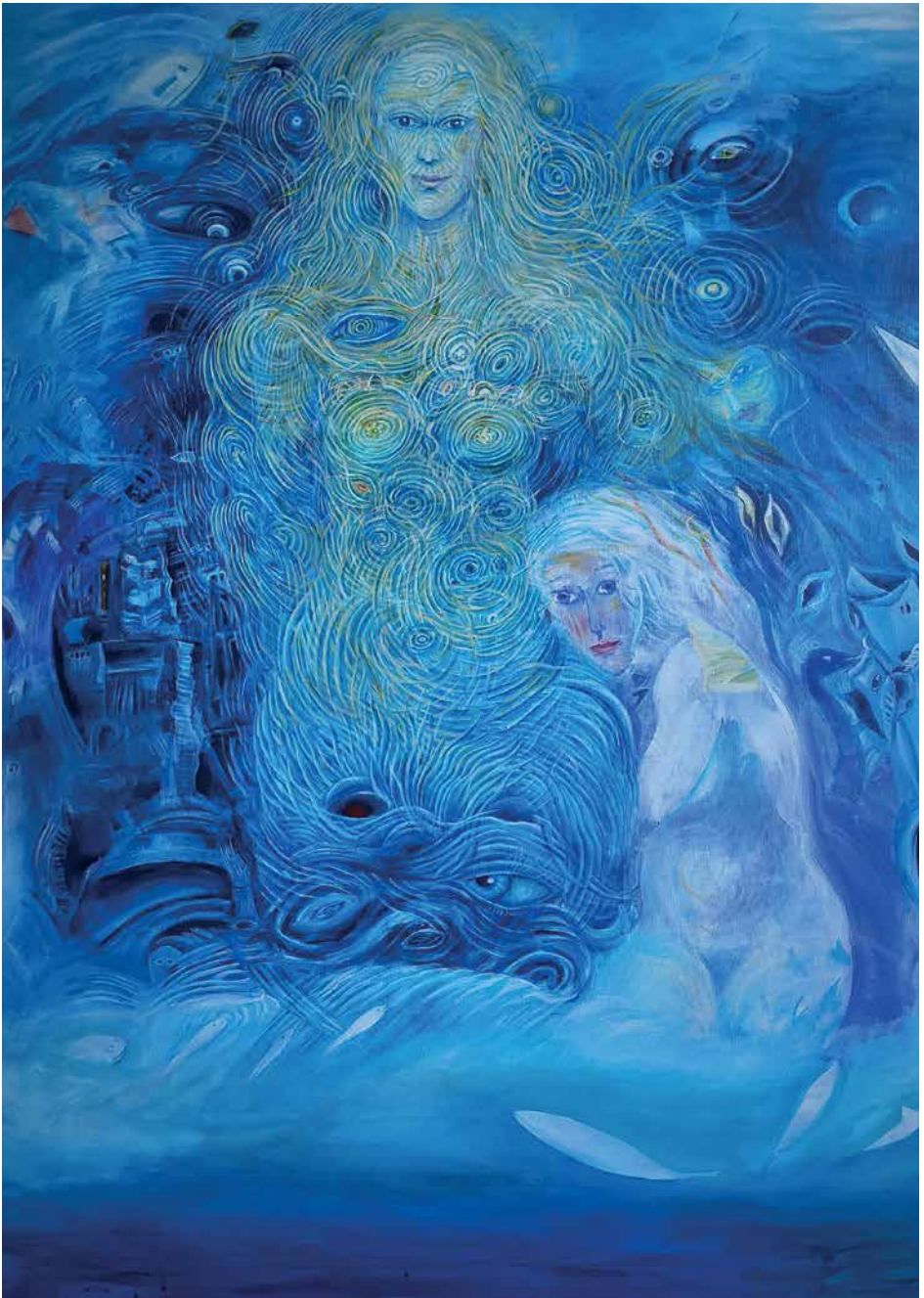
Oft werde ich gefragt (privat, aber auch von Patient\*innen): Wie halten Sie das aus? Und wir werden gefragt: Welchen Trost können Sie da anbieten? Oder: Was soll Seelsorge da helfen?

**Was kann tröstend sein?**

Zuerst ist es leichter zu sagen, was NICHT tröstend ist: jede vorschnelle Antwort, jedes „vertrösten“ wie „es wird schon wieder“, „du musst nach vor schauen“, „wir schaffen das schon“. Das beruhigt v.a. die Person, die das sagt und die verständlicherweise selber aus der beklemmenden Situation möglichst schnell herauskommen will. Aber es lässt die Patient\*in ziemlich allein mit ihren Gefühlen und setzt sie unter Druck.

Deshalb ist der erste Grundsatz der Seelsorge: erstmal schauen, welche Gefühle denn gerade da sind, ohne zu bewerten. Einen Raum bieten für alles, was hochkommt, auch gerade für die weniger geliebten Gefühle wie Traurigkeit, Hilflosigkeit oder Ärger und Wut, Verzweiflung, Angst oder Leere. Die Taschentuchbox am Tisch signalisiert: hier darf geweint werden, auch geklagt, gestottert oder geschwiegen werden. Die Gefühle sind nicht verkehrt, sondern angemessen. Sie dürfen ausgedrückt werden. Wenn das schwerfällt, kann ich manchmal mit einem Wort, einem Bild, einem Symbol beim Ausdrücken helfen.

Das erste also ist, zu würdigen, was hier Schweres getragen wird, mit allem Respekt vor dieser großen seelischen Leistung! Tröstend kann dann erfahren werden, dass jemand das sieht und anerkennt. Die Würdigung von außen hilft bisweilen auch dem/r Betroffenen, für sich selbst dieses Verständnis und Respekt aufzubringen.



**Anrufung** – Theresia Plank Zebinger  
Foto: ©Reitbauer

Tröstlich mag auch sein, dass die Person erfährt, dass jemand mitgeht und nicht ausweicht. Auch wenn niemand einem das Leid abnehmen kann, aber es lässt sich vielleicht besser aushalten, wenn einem jemand dabei beisteht.

Fühlt sich jemand genügend gesehen, gehört und verstanden, konnte die Person ausdrücken, was sie fühlt, findet sie oft von selbst etwas, das tröstlich ist und weiterhilft: ein Gedanke, ein Bild, eine praktische Idee für einen nächsten Schritt.

Ein paar dieser tröstlichen Gedanken und Bilder, die ich von Patient\*innen gelernt habe oder aus eigener Erfahrung schöpfe, möchte ich hier teilen, als Anregung für eigene Kreativität, nicht als Allheilmittel gedacht.

- Ich bin oft sehr gerührt und berührt, wenn ich Menschen bei der Verabschiedung ihres Verstorbenen begleite. Ich werde Zeugin von Drama und Tränen, aber auch von so viel Liebe! Es sind oft sehr intensive, dichte Momente, wo Dankbarkeit und Liebe greifbar werden, wo Familienmitglieder einander wortlos umarmen und stützen, wo Menschen für einander Verantwortung tragen. Der Schmerz über den Verlust eines Menschen ist die eine Seite der Medaille, die andere Seite ist die Liebe. Wenn der Schmerz sehr groß ist, war auch die Liebe sehr groß. Das nimmt die Traurigkeit nicht weg, aber legt einen Schatz dazu.

- „Licht, das nicht erlischt, Liebe, die bleibt“<sup>1</sup>

Liebe bleibt. Sie kann Grenzen übersteigen, zeitliche und räumliche. Ich kann jemanden lieben, der nicht da ist, der aus meinem Haus und aus meinem Blickfeld

gegangen ist, selbst wenn er nach Australien ausgewandert ist. Die Kommunikation wird sich verändern, aber die Liebe bleibt. Das geht auch über die Grenze des Todes. Die Kommunikation mit dem geliebten Menschen wird anders werden, aber die Beziehung bleibt. Die muss nicht losgelassen werden.

„Licht, das nicht erlischt“: religiöse Vorstellungen von einem Danach, wie auch immer die aussehen, können auch tröstlich sein: der Gedanke, dass das Licht eines Menschen nicht verloren geht, dass nichts verloren ist, sondern vollendet wird in einer größeren Liebe.

- Für manche Menschen ist es auch tröstlich, sich bewusst zu machen, dass der Tod für die Hinterbliebenen einen schmerzlichen Verlust darstellt, für den Verstorbenen aber eine Erlösung aus einer längeren Leidensgeschichte sein kann. So können Trauer und Erleichterung gleichzeitig und nebeneinander stehen und gefühlt werden.
- Die Ambivalenz der Gefühle stellt oft eine Herausforderung dar. Manchmal versuche ich als Begleiterin, mitzuhelfen beim Sortieren und Benennen der auftauchenden Gefühle. Ein Bild, das ich dabei hilfreich finde, ist das von einem Haus mit vielen Zimmern. Für jedes Gefühl gibt es einen Raum, große und kleine, hellere und dunklere. Aber jedes Gefühl bekommt seinen Platz. Das Ich darf im eigenen Seelenhaus herumgehen und mal in jenes, mal in dieses Zimmer reinschauen, reingehen, verweilen, solange es gut tut, wieder rausgehen und die Tür schließen, wenn es genug ist. Auch Ohnmacht, Wut und Trauer haben ihren Platz,

aber sie nehmen auch nicht das ganze Haus der Seele ein. Ich darf mich zwischendurch im Zimmer der Freude erholen oder den Raum der Dankbarkeit aufmachen.

- Ich finde das in der Bibelstelle in Joh 14, 1-2: *„Euer Herz lasse sich nicht verwirren. Glaubte an Gott und glaubte an mich! Im Haus meines Vaters gibt es viele Wohnungen. Wenn es nicht so wäre, hätte ich euch dann gesagt: Ich gehe, um einen Platz für euch vorzubereiten?“*

Das Bild vom Haus mit den vielen Wohnungen ist nicht nur in Abschiedssituationen tröstend, sondern kann Raum bieten in verschiedensten Lebenskrisen, wann immer das Herz verwirrt ist und sich nach einem guten Platz sehnt.

Als Seelsorgerin suche ich gemeinsam mit den Patient\*innen oder Angehörigen nach einem passenden Bild, einem Symbol, einer Geschichte, und bei Bedarf entwickeln wir gemeinsam ein Ritual, um auszudrücken, was ansteht und um Stärkung, Ermutigung oder Segen spüren zu können. Da darf man kreativ sein, muss aber auch genau hinhören, was für den anderen stimmig ist. Schon dieser Prozess, wo sich jemand gesehen und ernstgenommen und angenommen fühlt, hat etwas Heilsames und Tröstendes.

Trost in der Begleitung ist für mich nicht eine Antwort, die die Seelsorge bietet wie ein schnelles Pflaster, das die Wunde zudeckt. Der größere Trost liegt meines Erachtens in der Begegnung, dem Vertrauen und Anvertrauen, dem Raum geben für das, was ist und sich zeigen will. ❀

**Renate Hochmeister-Deibler** ist Krankenhausseelsorgerin in Wien

## FUSSNOTEN

- <sup>1</sup> Diese Zeile stammt aus einem Gebet von dem niederländischen Dichter Huub Oosterhuis: Oosterhuis, H. (2007): Augen, die mich suchen. Gebete und Meditationen zum Abschied. Freiburg i. Br. : Herder

# Das aktuelle Interview mit Waltraud Klasnic

**Sehr geehrte Frau Waltraud Klasnic, danke für die Bereitschaft zu einem Interview. Würden Sie sich bitte ein wenig vorstellen?**

Ich bin im Jahr 1945 geboren, d.h. ich gehe auf ein Jubiläum zu. Im Rückblick kann ich über mein Leben sagen, dass ich sehr viel Glück hatte in meinem Leben, dass ich meist im rechten Augenblick den richtigen Menschen begegnet bin. Was der Mensch braucht, ist Vertrauen und Mut. Und das Vertrauen haben viele in mich gesetzt und den Mut habe ich zum Großteil auch selber mitgebracht.

Ich habe mit vierzehn zu arbeiten begonnen, war eine sehr gute Verkäuferin und das Verkaufen ist mir dann auch in meinem Leben zugute gekommen, als ich in Absprache mit meinem Mann in die Politik gegangen bin: 1970 als Gemeinderätin, Bundesrat, Landtag, Landtagspräsidium, Landeshauptmann geworden. In den 10 Jahren habe ich mit vielen einiges bewirken können, war insgesamt 18 Jahre Mitglied der Steirischen Landesregierung und vieles von dieser Saat ist aufgegangen.

**Das Thema des aktuellen Heftes unserer Zeitschrift lautet: Wenn es schwierig wird: Trost und Begleitung. Was sind dazu Ihre ersten Assoziationen?**

Beim Begriff „Trost und Begleitung“ habe ich lange Zeit geglaubt: Wenn jemand stirbt, geht man nicht in dieses Haus. Dann habe ich gelernt, dass es für die Hinterbliebenen besonders wichtig ist, dass man kommt, dass man sich meldet, dass man so etwas wie Trost, aber auch Beistand schenkt. Dass man das Gefühl vermitteln kann: Du bist eine Wand, an der man

sich anlehnen kann; und du bist mit dem Herzen mit dabei. Erst vorigen Freitag habe ich eine Grabrede gehalten (was ich normalerweise nicht mehr mache). Bin von dem Haus weggefahren und hab' gespürt: Der Mensch ist zwar nicht mehr da, aber alles andere ist noch da: Der ganze Besitz, der Hof, die Rinder und sehr viel Wertvolles ... – auch dieser Gedanke mag ein wenig trösten. Doch: viele Menschen haben niemand. Das Wichtigste ist vor allem, dass jemand auch in der Stunde bis zum Tod da ist. Das ist auch der Grund, dass ich im Hospiz Verantwortung übernommen habe.

**Inwiefern waren Sie zu diesem Thema auch in der Politik gefordert?**

Was mich besonders freut: Es ist mir gelungen, ein Gesetz zu erreichen für die anonyme Geburt. Da ist die Mutter versorgt und das Kind. (Im Gegensatz zu Babyklappe, wo das Baby abgegeben wird). Es ist mir gelungen etwas gesetzlich zu verankern, vom Nicht-Geboren-Sein bis zum Tod. Also das ganze Leben umfassend ...

**Im Hospiz-Bereich sind die Anforderungen besonders hoch. – Wie erleben Sie in Ihrer Funktion „Trost und Begleitung“?**

Ich wehre mich gegen das Wort „Funktion“. Für mich ist es ein Herzensanliegen, da zu sein, vielleicht auch mit jemandem zu schweigen. Es ist auch tröstlich, im richtigen Moment mitzuhelfen, dass es erträglicher wird. Heute habe ich mit jemandem Kontakt gehabt, hatte angeboten, eine Stunde da zu sein, damit der pflegende Angehörige mal eine Stunde weggehen kann. Viele Menschen brauchen auch Trost und



## Waltraud Klasnic

war vom 23. Jänner 1996 bis zum 24. Oktober 2005 Landeshauptmann der Steiermark. Seit 2006 war sie ehrenamtlich in wichtigen Aufgaben engagiert: u.a. als Vorsitzende des Dachverbandes Hospiz Österreich, als Vorsitzende im ÖVP-Ethikrat, als Leiterin der Unabhängigen Opferschutzanwaltschaft, die allen Opfern von Missbrauch und Gewalt in Religionsgemeinschaften und Gesellschaft in Österreich zur Verfügung steht und rasch und wirksam helfen will; Vorsitzende des Aufsichtsrates der Elisabethinen, Graz.

Begleitung, vielleicht gerade zu Weihnachten. Das Wichtigste ist, dass man da nicht allein gelassen wird.

**In Ihrer Antrittspressekonferenz bezeichnen Sie „eine flächendeckende, leistbare und menschenwürdige Pflege-, Hospiz- und Palliativbetreuung als eine der größten Herausforderungen unserer Zeit“. Inwiefern gelingt dies bzw. wo mangelt es?**

An dem Tag, an dem der Ukrainekrieg begonnen hat, ist das Gesetz beschlossen worden. Wir sind im Parlament gesessen. – Leute haben mir gesagt, wie gut es ist, dass es das gibt. Es kommt darauf an, die Würde des Menschen zu stärken. Dem anderen das Gefühl geben: Wo immer du stehst, du bist mir wichtig. Man muss es zulassen, dass die Würde des Menschen erhalten bleibt. Dass die Finanzierung für Hospiz nun auch von der öffentlichen Hand übernommen wird, dass dies nun Gesetz ist, ist Leistung von „Hospiz Österreich“ unter meiner Leitung. Es ist flächendeckend, es ist leistbar. Der Mensch muss nicht allein sein.

**Die meisten LeserInnen unserer Zeitschrift sind in pädagogischen, beratenden, seelsorglichen und therapeutischen Feldern tätig. – Welche Tipps können Sie aus Ihrer Erfahrung geben?**

Das Einfachste, das ich mir wünsche, ist: Wenn ich einem Menschen gegenüber sitze, dass ich mich in ihn hineindenke. Dann fällt mir auch die richtige Antwort ein. Ich muss mitfühlen, und trotzdem, wenn es geht, mich abgrenzen. Ein bekannter Psychiater sagte mir: „Wann immer sie mich brauchen, bin ich für Sie da.“ Ich habe ihn nicht gebraucht. Aber allein das Gefühl, dass jemand da ist, um mich aufzubauen. Das Wissen, dass es diesen Menschen gibt, hat mir unendlich geholfen.

Man muss den Mut haben, um Rat zu fragen. – Dann bekommt man auch die Hilfe. Denn derjenige, der um Rat gefragt wird, fühlt sich auch mitverantwortlich. – Ich habe immer eine Antwort bekommen, und auch eine Hilfe.

Ein Satz des evangelischen Superintendenten hat mich begleitet: „Jeder war wert, von Gott geboren zu werden.“ Es ist ein Auftrag, für den Menschen Mensch zu sein. – Es soll niemanden geben, dem ich nicht die Hand geben kann. Das muss man für sich selber klären. Ich muss nicht alle jeden Tag treffen, aber es gibt niemanden, den ich nicht grüßen kann.

BESTEN DANK FÜR DAS INTERVIEW SAGT  
FRANZ FEINER

# Trost und Begleitung von der Mutter



Joachim Meyerhoff

**Man kann auch in die Höhe fallen.**  
Alle Toten fliegen hoch Teil 6.

Köln: Kiepenheuer und Witsch 2024  
368 Seiten

INGEBORG SCHRETTLE

Es geht in diesem Buch nicht um Trost einer Mutter für ein Kind. Nein, der zu Tröstende ist der über 50jährige Sohn, der nach einem Schlaganfall und anderen missliebigen Ereignissen für einige Wochen zur 86jährigen Mutter zieht, die auf einem großen Landsitz in Meeresnähe lebt.

Seinen mentalen Zustand davor beschreibt er so: „Ein sich jäh ausbreitendes und wucherndes Desinteresse an geistigen Dingen hatte mich ergriffen. ... Es ekelte mich an, mit welcher Geschicklichkeit ich mein Handy bedienen konnte, wie viel Lebenszeit ich mit diesem obszön glatten Gerät verbrachte.“(14)

Er nimmt an ihrem Alltag teil, hilft ihr vor allem den riesigen Garten zu pflegen. Dabei wechseln Beschreibungen dieser Alltagstätigkeiten mit eingestreuten Geschichten aus seinem früheren Leben, die der Autor mit gewohntem Esprit erzählt. Zum Beispiel die Story vom verschwundenen Koffer (109 – 127), mit überraschendem Schluss. Von seiner Sprachmächtigkeit zeugen auch die Kapitelüberschriften, v.a. auf die Mutter bezogen: Anfangs schlicht: „Mutter isst“, „Mutter taucht“, „Mutter heilt“, später dann „Mutter macht Mut“ und weitere Alliterationen und Anspielungen, die

auch übertrieben erscheinen können, wie „Schuld und Bühne“ (147). Aber in diesem Wimmelbild von Geschichten, die oft auch nur Füllmasse sind, wird doch sehr deutlich, welch eine ungewöhnliche und starke Frau diese Mutter ist. Sie kann gut zuhören, aber sie bemitleidet ihn weniger, als dass sie ihn aufbaut, und sie überrascht ihn immer wieder mit ihren Aktionen, zum Beispiel wenn sie ihn in der Nacht aufs Stalldach lockt, um die Gestirne zu beobachten, und dann, bevor beide wieder heruntersteigen, noch schnell mitten in der Nacht die Dachrinne von der Verstopfung durch Laub befreit. In diesem Kapitel, „Mutter klettert zu den Sternen“ (178 – 184), erklärt sie ihm auch, wie sie ihr Leben in zwei unterschiedlichen Geschichten betrachten kann. In der ersten werden Leid, Unglück, traurige Ereignisse, bis hin zum Unfalltod eines der drei Söhne und dem Krebstod des Mannes berichtet. Aber die andere Version erzählt von der Welt der Bücher und den Geschichten darin, und von den Menschen und Ereignissen, die sie gerettet haben. Am Ende die Erkenntnis, dass beide Geschichten zählen: „...und ich habe lange gebraucht, bis sie zusammengefunden haben und zu einer Geschichte geworden sind.“ (184)

# Auf Wiedersehen, Kinder

frz. Originaltitel:  
Au revoir les enfants



Louis Malle  
**AU REVOIR  
LES ENFANTS**  
F 1987  
101 Minuten

Theresia Heimerl

Es wird schwierig für Jean und immer schwieriger. Immerhin ist er ein 12-jähriger Jude im Jahr 1944 in Frankreich, das Nazi-Regime regiert und schickt Juden gen Osten in die Todeslager. In so einer Situation sehnt sich wohl jeder nach einem Begleiter, der ihm Halt und Trost gibt. Gleichzeitig weiß Jean sehr genau: Sobald er jemandem seine existenziellen Sorgen anvertraut, kann er verraten werden.

Deshalb dauert es auch eine ganze Weile, bis in dem preisgekrönten Film des Regisseurs Louis Malle ein anderer Junge, Julien, sein Geheimnis erfährt. Zunächst ist Julien der neue Mitschüler suspekt. Als er das Gerücht hört, Jean sei, wie die anderen neu hinzugekommenen Schüler, Jude, weiß Julien nicht so genau, was das ist. Doch Jean fasziniert ihn und er wird mehr und mehr zu dessen Begleiter im Schulalltag, sie tauschen Abenteuerromane aus und stehen einander bei. Als Julien seiner Neugier nicht mehr widerstehen kann und Jean fragt, gibt sich dieser als Jude zu erkennen und erzählt Julien von der ständigen Angst, in der er und seine Familie leben.

Der Film hat, wie die historischen Ereignisse und persönlichen Erlebnisse des Regisseurs, auf denen er basiert, kein Happy

End. Die jüdischen Schüler werden verraten und von deutschen Soldaten abgeholt, der Leiter des Internats, Pater Jean, begleitet sie. Im Nachklang erzählt uns ein gealterter Julien aus dem Off, das Jean im KZ ermordet wurde, ebenso wie Pater Jean.

Der Film ist Pflicht für alle, die zu jung sind, ihn zu kennen und für jene, die ihn bereits aus seiner Erscheinungszeit kennen, lohnt sich ein Wiedersehen unter der Perspektive „Trost und Begleitung“. Die beiden jugendlichen Hauptcharaktere repräsentieren sehr authentisch die schwierige Suche nach Freundschaft und Vertrauen an der Schwelle der Kindheit, die für einen der beiden längst geendet hat und für den anderen mit dem Hereinbruch der Welt außerhalb des Internats und ihrer Gräuelpfeiler ein jähes Ende findet. Beschützt und begleitet werden die beiden Jungen von Pater Jean, dessen dezente Präsenz erst in den letzten Szenen so richtig erkennbar wird: Er begleitet die jüdischen Kinder auf ihrem letzten Weg und bleibt in den Herzen der Zurückbleibenden als Trost lebendig.

# Ärzte ohne Grenzen

Die Organisation „Ärzte ohne Grenzen“ wirkt überall, „wo es schwierig“ ist, sie sind weltweit in den Krisengebieten tätig und besonders gefordert, sowohl fachlich zu helfen als auch Trost zu spenden.

Einsatzteams wirken in über 70 Ländern: Derzeitige Hotspots sind Gaza, die Ukraine, der Südsudan ...

„Ärzte ohne Grenzen“ versteht sich als weltweite Bewegung. *Ärzte ohne Grenzen Österreich* ist Teil des weltumspannenden Netzes von „Médecins Sans Frontières (MSF) International“ aus derzeit 25 nationalen und regionalen Mitgliedsverbänden. Es verfügt über bedeutende finanzielle, personelle und logistische Ressourcen: „Wir helfen, dort, wo wir am dringendsten gebraucht werden ... Wir sind für Menschen da, deren Leben durch Epidemien, Konflikte oder Naturkatastrophen gefährdet ist. Unsere Hilfe kommt zum Einsatz, wenn nationale Gesundheitssysteme an ihre Grenzen stoßen.“

Im Jahre 1971 in Paris von zwölf französischen Ärzten und Journalisten gegründet, umfasst die weltweite Bewegung rund 67.000 Mitarbeiter:innen. Unabhängig, unparteiisch und neutral machen sie auf Not aufmerksam und berichten darüber, was sie sehen, um letztlich zur Verbesserung der Situation beizutragen: „Wir sind nicht sicher, dass Reden Leben rettet. Wir wissen aber, dass Schweigen töten kann“ – *Aus der Dankesrede anlässlich der Verleihung des Friedensnobelpreises 1999.*

„Ärzte ohne Grenzen hilft Menschen in Not, Betroffenen von natürlich verursachten oder von Menschen geschaffenen Katastrophen sowie von bewaffneten Konflikten, ohne

Diskriminierung und ungeachtet ihrer ethnischen Herkunft, religiösen oder politischen Überzeugung.

„Eine Pause von der Angst“ will die Traumatherapeutin Katrin Glatz Brubakk den arg verletzten und schwer traumatisierten Kindern verschaffen. „Sie alle sind schwer traumatisiert, haben extreme Angst und Panikattacken“ (einsatz 2025, 2). Ein zwölfjähriger Bub mit großflächigen Verbrennungen hat riesige Angst; fast seine gesamte Familie wurde getötet. Durch Berührung des Vaters kann der Bub sich beruhigen und die Behandlung mit Spritze erfolgen. Einige Wochen später bedankt sich der Vater: „Im Krieg haben sein Sohn und er die Hoffnung verloren. Doch Menschlichkeit zu erfahren, hat ihnen ein winziges Stück Zuversicht geschenkt – und die Kraft, am Leben festzuhalten“ (ebd. 2). Die Therapeutin leistet „psychologische erste Hilfe – damit die Kinder im Hier und Jetzt durchhalten können“ (ebd. 2) „Hunderttausende Kinder brauchen psychologische Hilfe“ (ebd. 5). Einem Mädchen gibt sie Seifenblasen. Damit „vertieft sich ihre Atmung. Sie konzentriert sich auf etwas Schönes, Unbekümmertes. Dadurch entspannt sich das Nervensystem. In diesem Moment lächelt das Mädchen – zum ersten Mal sei vier Monaten“ (ebd. 4).

Katrin Glatz Brubakk hat ein Buch über ihren Einsatz geschrieben: „Tagebuch aus Gaza. Der Bericht einer Kinderpsychologin über Verlust, Traumata und Hoffnung“ – es erscheint am 29.9.2025 im Westend-Verlag

**Quellen:** <https://www.aerzte-ohne-grenzen.at/einsatz>. Das Magazin, das zeigt, was möglich ist, 03/2025

# Religiöse Trostkultur praktisch

ENGELBERT PÖCKSTEINER

Wenn es schwierig wird, wenn Erwartungen unerfüllt bleiben, wenn Träume platzen, bei Verlusterfahrungen oder wenn nahestehende Personen sterben, kann es auch für die Menschen im Umfeld schwierig werden. Was sagen, was tun? In der Gestaltarbeit lernen die TeilnehmerInnen mit solchen Situationen umzugehen. Trösten und Vertrösten kommen dabei einander sehr nahe und können verwechselt werden.

*„Wenn du denkst, es geht nicht mehr, kommt irgendwo ein Lichtlein her.“* Mag sein, dass dieser Vers von R. Rudzinski für manche oberflächlich und nichts sagend klingt. „Wenn dieser aber eingerahmt in einer Wohnung an der Wand hängt, ist es nicht mehr nur der Vers eines Gedichtes“ (Zitat B. Hüasers), sondern wird zu einem Glaubensbekenntnis, dass es kein ewiges Aus gibt und die Dunkelheit nicht das Ende bedeuten. Um das glauben und ins Leben integrieren zu können, bedarf es einer intensiven Klärung der eigenen Gefühle, besonders jener, die oft verborgen werden, wie der Ausdruck von Schmerz, Trauer, Enttäuschung, Wut, Zorn, Kränkung. Man will ja die anderen damit nicht belasten. Wer mit eigenen schwierigen Lebenssituationen gut umgehen kann, wird das Klagen, Weinen und vielleicht auch Schreien anderer in ähnlichen Situationen ertragen können. Schweigend anwesend sein, wahrnehmend gegenwärtig sein – und so dem anderen spüren lassen: „Hineni“ – Ich bin da! – Göttliche Präsenz.

Solch „heilige“ Momente mögen die Schleusen für die innersten Gefühle öffnen, damit sein kann und darf, was ist: endlich wei-

nen können, ohne dass einem jemand vor-schnell ein Taschentuch reicht, ohne gleich umarmt zu werden wie ein kleines hilfloses Kind. Es tut so gut, wenn der Druck im Brustkorb und das Würgegefühl im Hals nachlassen, nachdem alles heraus-gesagt oder heraus-geschrien wurde, was sonst immer geschluckt wurde. Da zeigt sich das wirkliche Leben. Mit dieser neu gewonnen Lebendigkeit wird der Atem tiefer und entspannter. So kann das „Schwierige“ neu gesehen werden und sogar an Schwere verlieren.



Sollte jemand dafür offen sein, könnten nach dieser emotionalen Entlastung Elemente aus der Gestaltarbeit eingesetzt werden: Gedichte, Gebete, Bibelverse, Lieder, Bilder bis hin zu einem Abschlussritual mit Salböl und/oder Weihwasser und Segensgebet. Aus dieser Perspektive ist Trostkultur immer Lebenskultur. Dass dabei der spirituelle Hintergrund für den Gang durch schwierige Phasen eine große Hilfe sein kann, sagte ein Freund, der seinen Sohn auf tragische Weise verloren hat. ❀

**Engelbert Pöcksteiner** ist Krankenhaus-seelsorger i.R., Trauerbegleiter, Gestalt-pädagoge, -berater, -supervisor, Bildhauer

# Rituale – eine Brücke, die Halt gibt

MARTHA WEISBÖCK

Über die Bedeutung von Ritualen, gerade in schweren Zeiten, wurde bereits in vielfältiger und tiefgehender Weise geschrieben. Als Ritualgestalterin möchte ich nun aus der Praxis berichten.

Eine ältere Frau, bat mich um Begleitung beim Abschied ihres Sohnes. Er lebte seit über zwanzig Jahren mit seiner Familie im Ausland und kam dort tragisch ums Leben. Die Begräbnisfeier fand vor Ort statt – viele Angehörige und Freunde aus Österreich konnten nicht teilnehmen. Deshalb organisierte die Mutter eine Erinnerungsfeier in ihrem Heimatort – ohne kirchlichen Rahmen, dafür im Gemeindesaal, wo 80 Menschen im Kreis Platz fanden. Im Zentrum lag eine große Lebensspirale mit 46 Kerzen – für jedes Lebensjahr eine – sowie einer 47. Kerze als Symbol für das ewige Licht. Dahinter leuchtete ein Goldtuch mit vielen kleinen Lichtern. Die Mutter legte entlang der Spirale 46 dunkelrote Rosen auf.

Die Gäste wurden eingeladen, Bilder mitzubringen. Zu Beginn erhielt jede:r zwei bunte Bänder. Gemeinsam gedachten wir seines Lebens – Kerze um Kerze wurde entzündet, Jahr für Jahr durchschritten. Wer wollte, konnte in der passenden Lebensphase ein Bild dazulegen oder eine Erinnerung mit allen teilen. Zum Abschluss wurden zwei Holzreifen herungereicht. Ein Band wurde an den Reifen, das andere ans eigene Handgelenk geknüpft – ein Zeichen der bleibenden Verbindung. Die bunten Rei-

fen wurden später zum Grab des Verstorbenen als Zeichen der Verbundenheit mit seiner Heimat gebracht. Obwohl bei dieser Feier jeder kirchliche Kontext fehlte, war sie voller tröstlicher Symbole die Halt gaben, von Hoffnung sprachen und die Verbundenheit stärkte.

## Abschied von zwei Pferden

Ich lebe in einem Wohnprojekt mit 43 Erwachsenen und 25 Kindern in der Nähe von Graz. Die Pferde Dixi und Leo waren sechs Jahre als Reitpferde und Begleiter Teil unseres Lebens. Als Dixi verstarb und Leo an





einen neuen Ort kam, entstand der Wunsch nach einem gemeinsamen Abschied. Für das Ritual versammelten sich alle um 11 Uhr auf der Koppel. Mitgebrachtes, altes Brot wurde als Geste des Abschieds in eine Holzschüssel auf einen kleinen Altar gelegt. Wer wollte, konnte Dixi berühren oder ihr etwas zuflüstern. Anschließend wurden bunte Papierblätter verteilt, aus denen Sterne gerissen und persönliche- „Sternstunden“ mit den Pferden draufgeschrieben wurden. Die Sterne wurden an einer Himmelsschnur befestigt, die als Zeichen der Verbindung zur Erde, bis an den Boden reichte. Danach ging die Holzschale mit dem Brot durch den Kreis, begleitet von Worten – oder stillem Gedenken. Im nächsten Schritt entstanden Papierkreise mit Wünschen für Leo, der nun einen neuen Platz gefunden hat. Zum Abschluss gingen alle noch einmal in den Hufspuren der Pferde über die Koppel – ein stiller, verbindender Moment des Loslassens.



**Rituale sind Brücken, die Halt geben.**

**Martha Weisböck** ist Krankenhaus-  
seelsorgerin und Ritualgestalterin  
[www.lebensträume-segensräume.at](http://www.lebensträume-segensräume.at)

## KAUM GEHÖRT UND UNBEKANNT

ANDREA KLIMT

# wenn es richtig schwierig wird

wer ist da  
wenn niemand da ist

wer ist da  
wenn es dunkel wird  
der Weg uneben oder steil  
wenn es bergab geht  
die Kraft nachlässt  
wer hält mich  
begleitet mich

wer ist da  
wenn niemand da ist

Du bist bei mir  
Dein Stecken  
und Stab  
trösten mich

wer tröstet mich  
wenn keiner tröstet

woher kommt Trost  
wenn nichts tröstet  
aller Trost ins Leere geht  
sich falsch anfühlt

wer tröstet mich  
wer begleitet mich

Du bist bei mir  
dein Stecken  
und Stab  
trösten mich

wer ist da  
Du bist da

wer tröstet mich  
Du tröstest mich

schwer zu glauben  
und trotzdem wahr:  
Du bist da!

wenn es richtig schwierig wird

Nach Psalm 23,4

# Trost oder Therapie – eine falsche Alternative

HANS NEUHOLD

Zunächst: Menschen suchen Psychotherapie auf, weil sie seelisch verwundet sind und sich Heilung durch Veränderung ihrer Situation, ihrer „krankheitswertigen Störung“ (Voraussetzung, damit die Kasse zahlt) erwarten; sie kommen nicht um Trost in ihrer Trauer oder ihrem Leiden zu erfahren. Der gemeinsame Nenner von Psychotherapie, Trauer und Verlust ist das Leiden. Wenn das Leiden bewusst wird, wenn wir damit in Kontakt kommen, tritt Schmerz und Trauer auf und wird Trost gesucht; bleibt es unbewusst, wirkt es körperlich belastend, ermüdend und erstarrend. Tränen bringen den Schmerz zum Fließen, lösen die Erstarrung und bringen Erleichterung.

Psychotherapie versteht sich als Krankenbehandlung, Trost gehört zunächst anscheinend in den Bereich der Seelsorge. Und doch sind Verlust, Brüche im Leben, Abschied, Schmerz, Tod, Trennung, Trauer und die Suche nach Trost und Begleitung in der Not Alltag in der therapeutischen Praxis, damit in Fluss kommt, was zu erstarren droht.

Ein paar Beispiele dazu: Ein junger Mann meldet sich, um für seine Probleme bessere Lösungen zu finden. Ein wenig später wird bei seiner Partnerin ein tödlicher Krebs diagnostiziert. Die Krankheit schreitet unheimlich schnell voran. In der therapeutischen Begleitung des Mannes versuche ich zu unterstützen und zugleich auf den möglichen Tod seiner Partnerin vorzubereiten. Irgendwann wird klar, der Tod steht unmittelbar bevor. Vor

dem endgültigen Abschied im Krankenhaus, kommt er völlig in Tränen aufgelöst zu mir, sein Körper agiert heftig unter dem Schluchzen und zittert, ich halte ihn in den Armen wie ein Kind und nach einer gewissen Zeit des langsamen Beruhigens überlegen wir gemeinsam, was er zum Abschied für seine Frau noch tun könnte, was sie vielleicht gerne hätte. Bald darauf stirbt sie in seinen Armen. „Ihre Liebe hat sich erfüllt“, kommt mir in den Sinn.

Ein älterer Mann kommt, weil er über den Tod seiner Frau nicht hinwegkommt. Es wurde ihm therapeutische Hilfe empfohlen. Es braucht Zeit, Geduld, Trost, manchmal kleine Hinweise, wie er sich wieder dem Leben zuwenden könnte. Immer wieder sprechen wir darüber, was seine Frau ihm bedeutet, welche wichtigen Erlebnisse sie miteinander geteilt haben, wofür er besonders dankbar ist und auch zu würdigen, wie gut er für sie gesorgt hat, wie sehr die Liebe tragen kann und bleiben darf über den Tod hinaus. Existenzielle Fragen über Lebenssinn, Glaube, Gerechtigkeit uvm. geben den Gesprächen Tiefe. Langsam lernt er, sich angstfrei mit dem Abschied anzufreunden und sich dem Leben zuzuwenden. „*Die Erinnerung ist jetzt Teil des Alltags und neuer Projekte, und es gibt Versuche, in die Zukunft zu blicken.*“ (Bandín, 301).

Andere kommen nach einer Todgeburt, nach Trennung und Scheidung, beruflichen Niedergang. Immer geht es um Brüche, Schmerz, Trauer, auch Wut und Aggression. Es braucht Trost. Im Reflektieren über solche hoch

emotionalen und existenziellen Erfahrungen kommt mir die Beschreibung aus gestalttherapeutischer Sicht fast banal vor: „*Der Tod eines geliebten Menschen ist ein Ungleichgewicht in der Selbstregulation des Organismus-Umwelt-Feldes, der Prozess der Trauer stellt dies Gleichgewicht wieder her.*“ (Bandín, 295). Die Psychotherapie besteht darin, das Gleichgewicht der Selbstregulation Sitzung für Sitzung wieder herzustellen. „*Die grundlegende therapeutische Aufgabe ist die Unterstützung.*“ (Bandín, 299). Diese Unterstützung ist häufig auch eine körperliche, weil es in der Trauer zu einer ohnmächtigen Regression kommen kann, weil alles zusammenbricht, sogar das Zeitkontinuum. Deshalb braucht es jemand, der da ist, Halt und Sicherheit gibt – ähnlich wie bei traumatischen Erlebnissen (vgl. Levine 2011). Levine beschreibt darin ein traumatisches Unfallerlebnis und seine körperlichen Reaktionen, die er zulassen kann, da ihn jemand beruhigend unterstützt und er so einer posttraumatischen Belastungsstörung entgeht: „...*ich habe gelernt, das primitive Zittern, Beben und die spontanen Körperbewegungen anzunehmen und willkommen zu heißen, statt zu fürchten und zu unterdrücken.*“ (Levine, 38) Die manchmal heftigen auch körperlichen Ausbrüche und Reaktion brauchen Halt und Sicherheit durch Kontakt und Beziehung.

In der Gestalliteratur findet sich wenig zum Thema Trauer und Trost, nur Hilarion

Petzold bezieht das Themenfeld in seinen Forschungen als zentral mit ein, wie etwa in einem Interview in der „Zeitschrift für Integrative Gestaltpädagogik und Seelsorge“ Nr.56 – März 2010: „*Trauer blickt auf Verlorenes und Vergangenes, Trost öffnet für die Zukunft.*“ (ebda., 21). So fragt Petzold in meinen Augen zurecht, wenn auch vielleicht etwas polemisch: „*Verstehen die Therapieschulen mit ihren psychotherapeutischen Ideologien überhaupt genug von dem, was für Menschen wirklich wichtig ist?*“ (ebda.) Psychotherapeutische und psychiatrische Praxen ohne schmerzliche Tränen und bestehenden Trost sind kaum vorstellbar und nicht real. Immer rühren Schmerz, Trauer und die Erfahrungen des Trostes an die Tiefen der menschlichen Existenz und seine Sehnsucht nach Sinn und Antwort. „*Um die Dunkelheit des Raumes und das Schweigen der Zeit, die hinter dem Menschen liegt, und die Dunkelheit des Raumes und das Schweigen der Zeit, die vor ihm liegt, irgendwie auszuhalten, dazu schafft der Mensch Kultur, Kunst, Religion, Philosophien, Weltanschauungen.*“ (Petzold 2015, 304). 🌸

**Hans Neuhold**, Religionspädagoge und Psychotherapeut; Prof. für Religionspädagogik und Didaktik war Leiter des Instituts für Religionspädagogik & Interreligiösen Dialog an der Kirchlichen Päd. Hochschule in Graz (jetzt: PPH Augustinum)

## LITERATUR

- Levine, P.A. (2011): Sprache ohne Worte. Wie unser Körper Trauma verarbeitet und uns in die innere Balance zurückführt. München: Kösel Verlag.
- Petzold, H.G. (2010): Trauer, Complicated Grief, Trost, Trostarbeit – Integrative Perspektiven. In: Zeitschrift für Integrative Gestaltpädagogik und Seelsorge, 56 – März 2010, Graz: IIGS. S.20 – 27.
- Petzold, H.G. (2015): „DAZWISCHENGEHEN“ – Psychotherapie: wertorientierte, praktische Hilfeleistung und politisch reflektierte Kulturarbeit. In: Petzold, H.G./Orth, I./Sieper, J. (Hrsg.): Gewissensarbeit, Weisheitstherapie, Geistiges Leben. Werte und Themen moderner Psychotherapie. Bielefeld: Aisthesis Verlag. S. 279 – 366.
- Vázquez Bandín, C. (2016): Verlust und Trauer. Manchmal lässt die Abwesenheit eines einzigen Menschen die ganze Welt leer erscheinen. In: Francesetti, G./Gecele, M./Roubal, J. (Hrsg.): Gestalt-Therapie in der klinischen Praxis. Von der Psychopathologie zur Ästhetik des Kontakts. Gevelsberg: EHP – Verlag Andreas Kohlhaage. S. 289 – 307.



Georg Schützler  
**Segen: bitte täglich**  
 Würzburg: Echter Verlag GmbH 2024  
 157 Seiten  
 ISBN 978-3-429-06707-6  
 € 15,40

Der Autor ist ein pensionierter evangelischer Pfarrer aus Württemberg mit Studium an einem freikirchlichen Seminar und ist auch Miterfinder/Initiator der „Nachteulengottesdienste“ und mehrfacher Buchautor. Er hat hier eine interessante Mischung aus einleitenden Texten und seinen eigenen Segenstexten zusammengestellt. In dieser Kombination wird jeweils ein Thema des menschlichen Lebens behandelt. Die einleitenden Texte stammen aus Gedichten, Kurzgeschichten und Lyrik berühmter Personen oder aber aus Weisheiten der verschiedenen Völker. Diese Sammlung wäre für sich genommen schon ein interessantes Buch. Die eigenen Segenstexte klingen in der vorliegenden Form sehr berührend und schön, aber auch ein wenig pathetisch. Sie vermitteln speziell am Anfang des Buches eine sehr, der Führung seines Gottes, ergebene Haltung. Erst später im Buch nehmen die Segenstexte auch mehr auf die Eigenverantwortung und Selbstbestimmtheit des Einzelnen Bezug und gewinnen dadurch deutlich an Stärke und Tiefe. Daher kann man den Titel des Buches „Segen bitte täglich“ gerne wörtlich nehmen. In dieser Dosis ist dieses Buch eine schöne Anregung und man kann darin auch passende Segenstexte für diverse Anlässe finden.

ROLAND SCHÖNMAYER



Thomas Schübel /  
 Telse Iwers (Hrsg.)  
**Die Gestalt der Erziehung.**  
 Erziehungswissenschaft und Gestaltpädagogik im Dialog  
 Beltz Juventa 2025  
 286 Seiten  
 ISBN 978-3-7799-7877-6  
 € 38,00

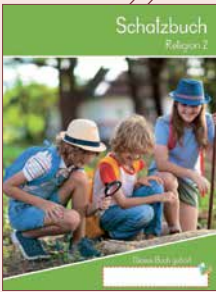
Die in diesem Band versammelten Beiträge zeigen in einem fruchtbaren Dialog, „wie Erziehungswissenschaft konkreter und Gestaltpädagogik fundierter werden kann“ (11). In diesem Theorie-Praxis-Dialog gewinnt einerseits die pädagogische Praxis durch theoretische und empirische Reflexion, andererseits bezieht sich die Theorie praxisnah auf konkretes pädagogisches Handeln.

Das Buch ist in zwei Teile gegliedert, wobei der erste theoretische und empirische Zugänge darstellt, der zweite handlungsfeldbezogene Zugänge diskutiert.

Mit den zentralen Begriffen Kontakt, Beziehung, Achtsamkeit und den Konzepten „sorgende Präsenz“ und „resonante Prägnanz“ wird ein theoretisch fundiertes Praxisverständnis der Gestaltpädagogik entworfen. Themen wie ADHS, Verhaltensstörungen und Mobbing werden tiefgehend erläutert; ein Praxis-Beispiel einer „musikalischen Reise“ will ganzheitliche Bildungserfahrungen mit musikpädagogischen Mitteln ermöglichen. Für Religions- und GestaltpädagogInnen besonders wichtig ist Hans Neuholds Artikel über ganzheitliche Bildung, der Religion als Form der Weltbegegnung auffasst und „Kontakt, Beziehung, Begegnung, Leib sein“ (200ff) als Schlüsselbegriffe einer ganzheitlichen, an Freiheit und Subjektorientierung orientierten integrativen (Religions-)Pädagogik entfaltet.

Indem dieser Sammelband mit seinen vielseitigen Artikeln einen wertvollen Beitrag zur Professionalisierung pädagogischen Denkens und Handelns leistet, sei er sowohl GestaltpädagogInnen als auch den ErziehungswissenschaftlerInnen wärmstens empfohlen.

FRANZ FEINER



Auto\*innengruppe Graz:  
Roswitha Pendl-Todorovic, Anna Almer,  
Heinz Finster, Kerstin Seneca Jensen,  
Hans Neuhold, Carmen Stürzenbecher,  
Magdalena Wünscher

### **Schatzbuch Religion 2**

128 Seiten  
ISBN 978-3-903330-89-4  
€ 8,90

Das „Schatzbuch Religion 2“ ist Anfang des Jahres 2025 erschienen.

Das Schul- bzw. Arbeitsbuch ist für den Einsatz in der 2. Klasse der Primarstufe vorgesehen und an den österreichischen Lehrplan für katholische Religion angepasst. Die 128 Seiten laden nicht nur zum Lesen und zur Bildbetrachtung ein, sie geben auch vielfältige methodische Impulse, sich kindgerecht mit Lebens- und Glaubenthemen auseinanderzusetzen. Am Seitenende sind jeweils Ideen vorgestellt, die zum Spielen, Weiterdenken, Kreativwerden, Theologisieren und Philosophieren und zum Aktivwerden einladen. Passende Liedvorschläge sind abgedruckt oder über praktische QR-Codes direkt abrufbar. Das Glossar („Lexikon“) im Anhang trägt zum sprachsensiblen Unterricht bei.

Hervorzuheben ist, dass dank der gelungenen Bildauswahl die Diversität von Schüler\*innen sichtbar wird. Damit leistet das Schulbuch einen wichtigen Beitrag zu einer inklusiven Schulkultur. Die Abbildungen eröffnen Schüler\*innen die Möglichkeit, sich und ihre Lebenswelt wiederzufinden. Durch

die Auswahl von Motiven aus Kunst und Medien werden sie zudem angeregt, ihre religiöse Sprachkompetenz zu entwickeln. Zahlreiche „Schatz“-Kästchen machen das Buch interaktiv nutzbar.

Auch in dieser neuesten Publikation ist die Tradition der Grazer Autor\*innengruppe erkennbar: Bibeltexte bleiben in grüner Farbe und der Rabe Felix führt in bekannter Weise durchs Buch. Für Lehrpersonen bietet dieses Medium bereits vielfältige Möglichkeiten, den Religionsunterricht zu gestalten.

**Fazit:** Die dynamische Anordnung der Elemente macht das Layout lebendig und bietet viele Vorteile, kann auf das Auge aber stellenweise etwas unruhig wirken. Das Buch ist hochaktuell, sowohl in Bildauswahl als auch in den Inhalten, und ist daher ein ideales Lehrmittel, um religiöse Kompetenzen zeitgemäß, fachkundig und kindgerecht zu fördern – ob in der Schule oder anderenorts.

JUDITH FEIEL

Das "Schatzbuch Religion 2 HANDBUCH" ist als wertvolle Unterstützung für alle Religionslehrer\*innen der Primarstufe im Finster Verlag erschienen. Es wird darin eine wahre Schatzkiste aufgemacht und angeboten. Es bietet eine Fülle von methodisch-didaktischen, theologischen und religionspädagogischen Informationen und ist somit ein wertvoller Begleiter bei der Arbeit mit dem Schatzbuch Religion 2.

Im Internet kann man die Bücher auf [www.schatzbuchreligion.at](http://www.schatzbuchreligion.at) bzw. auf der Verlags-Website [www.finsterverlag.at](http://www.finsterverlag.at) durchblättern. Dazu gibt es Informationen, Jahresplanungen, u.v.m.

Praktische Unterrichtsideen und aktuelle Informationen rund um das Projekt Schatzbuch Religion sind auf Instagram und auf Facebook zu finden.



Instagram: [schatzbuchreligion](https://www.instagram.com/schatzbuchreligion)  
Facebook: [Schatzbuch Religion](https://www.facebook.com/SchatzbuchReligion)

## *Alle waren sooo froh, als es vorbei war*

So had uns no koane mid da Noosn umigführt! Wo da grad eh ois bleblem is, ob drinn oder draußt in da Republik. Da ham dia zwoa do noch gföhlt: Mag. Constanze Moritz mit ihrer Roten Nase und Mag. Bettina Bergmair with her Authentic Movement, eingespield, empathisch, zugewandt. Neun teilnehmende Gestalt-Frauen und fünf -Männer der IIGS-Sommerwoche 2025 waren eh heiß „auf leichte Füße – eine Woche mit Tanz und Clownerie“. Direkt ging's ab: wusch, dingdong (ich komme schon), sboing, zepp, PARTY – Schlag auf Schlag, da kannst Du nur scheitern. Und das ist gut so. Wie sonst wolltest Du Clown sein! Wenn Du Dir dann vor der Tür die Nase

verpasst, erlebst Du beim Reinkommen die absolut ungeteilte Aufmerksamkeit von 15 Augenpaaren und fünfzehnmal einen exorbitant fesselnden, unverrückbaren Blickkontakt, wie Du ihn noch nie erlebt hast! Den beschert Dir die Nase dann im Freien obendrein zu Flora, Fauna und Infrastruktur. Wieder drinnen wirst Du für den Menschen Deiner Wahl Zeuge dessen authentischer Bewegungen und mit Deiner Rückmeldung wertvoll für die Erweiterung der Wahrnehmung seiner nicht nur clownesken Existenz. In ultimatives Clownen höchster künstlerischer Professionalität bindet uns das Video „Die Schneiderin“ mit Gardi Hutter ein. Und alle sind sooo froh, dass sie dabei waren. 🌸

JOHANNES TEUFEL

*Praxisnahe Krisenintervention mit Florian Zeiner*

## *Krisen verstehen und Meistern*

Der og Workshop war ein guter Mix aus Theorie und Praxis. Eine Krise ist definiert als zeitlich begrenzte psychische Ausnahmesituation, kann individuell oder kollektiv sein und birgt auch immer eine Chance, die Not zu wenden. In der Krisenintervention gibt es einige Hilfsmittel wie z.B. das Prinzip BELLA: Beziehung aufbauen; Erfassen der Situation; Lindern der Symptome; Leute einbeziehen, die unterstützen können; Ansatz zur Problembewältigung anbieten.

Breiten Raum nahm auch das Thema Suizid/Suizidgefährdung und der Umgang damit ein. Hier geht es darum den verengten Handlungshorizont der Klienten wieder zu erweitern und Alternativen aufzuzeigen. Wenn ein suizidgefährdeter Klient(in) plötzlich gelöst

und „fröhlich“ erscheint ist das immer ein Alarmzeichen da er/sie dann eine Entscheidung getroffen hat und man ihn/sie unbedingt darauf ansprechen sollte. Auch assistierter Suizid war ein wichtiges Thema in unserem Workshop.

Von den Übungen ist noch der Test unsere Fähigkeit im „Glaskugellesen“ zu erwähnen, indem wir unseren unbekanntesten Übungspartner Eigenschaften und eine Biographie zugeschrieben haben, die erstaunlicherweise, in groben Zügen übereingestimmt hat. Eine weitere wichtige Erfahrung war das sich Einlassen auf die hypnotisch-metaphorische Löwengeschichte von Bernhard Trenkle. 🌸

MARIA UND ROLAND SCHÖNMAYER



**Stürme der Zeit**  
Theresia Plank Zebinger  
Foto: ©Reitbauer



**Samenkorn Hoffnung**  
Theresia Plank Zebinger  
Foto: ©Reitbauer

## ZUR KÜNSTLERIN



Foto: © Franz Zebinger

## Theresia Plank-Zebinger

Jahrgang 1952

geboren in Schaftal bei Graz

Ich zeichne und male seit meinen Jugendjahren. In der Kunstgewerbeschule in Graz, war das tägliche Üben Bestandteil der künstlerischen Ausbildung.

Meine wichtigsten Professoren damals waren Rudolf Spohn, Franz Felfer und Franz Rogler. Anschließend besuchte ich die Meisterklasse für Malerei an der Hochschule für Angewandte Kunst in Wien. Bei Wolfgang Hutter, einem der wesentlichen Vertreter der Wiener Schule des "Phantastischen Realismus", fand ich Zeit und Muße, meine eigenen, sehr emotionalen Geschichten, bildnerisch zu erzählen.

Wenn ich mich heute mehr von der Außenwelt inspirieren lasse – ich beschäftige mich seit ungefähr 10 Jahren mit den europäischen Kulturhauptstädten – so fließen doch immer wieder innere Bilder mit ein.

### Zahlreiche Einzelausstellungen und Beteiligungen (Auswahl):

Graz, Joanneum Ecksaal, Bildungshaus Mariatrost, Kunstuni Graz, Diözesanmuseum Graz Österreichisches Konsulat Krakau; Zahlreiche Malaktionen zu Kompositionen von Franz Zebinger usw.


## Kontakt entsteht an der Grenze

Erst der Blick auf die Grenze, dann auf den Kontakt. So gliederte Supervisorin und Prozessbegleiterin Anna Salinger (Graz) ihr Seminar. Zu Beginn bat sie um echte Fragen, denn diese würden uns weiterbringen. Zum Beispiel: „Wie sehe, spüre ich eine Grenze?“ Im Kopf erzeugten Fragen oft Stress, „sie wohnen auch im Bauch“.

Nach einer Imaginationübung am ersten Nachmittag wählte sich jede/r eine Bildkarte, legte sie in die Mitte und gab ihr eine persönliche Überschrift. Bis zum Ende kamen weitere Begriffe auch durch Assoziationen der Gruppe dazu, zum Beispiel Kontakt als Geschenk.

Begleitet wurden Austausch und Eigenarbeit durch Körperübungen am Morgen und durch feste Zweier-Teams. Jede Person

schenkte der anderen fünf Minuten, in der sie ohne Unterbrechung oder Rückfragen sprechen durfte bzw. die andere wohlwollend zuhörte. Auch ging es darum, sich seinen eigenen Raum zu legen und innerlich alles hineinzuholen, „was mich ausmacht“. Seine Grenze darf nicht überschritten werden. Frage: Wer darf mir wie nahekommen? Und was spüre ich im Kontakt?

„Guter Kontakt ist nährend und heilend. Ich werde gesehen, so wie ich bin.“ Spielerisch waren die Übungen Ja-Nein-Sagen. Welche Emotionen spüre ich dabei und wie bringen sie uns ins Handeln? 

HOLGER GOHLA

Ein neuer Lehrgang  
**„Integrative Gestaltpädagogik und  
existenzielle Persönlichkeitsbildung“**  
startet im Jänner in der Steiermark.

Anmeldung und Info bei [irmgard.pucher@casanostra.org](mailto:irmgard.pucher@casanostra.org)  
oder bei [jonny.reitbauer@iigs.at](mailto:jonny.reitbauer@iigs.at)

TERMINE	ORT	THEMA / REFERENTIN	VERANSTALTER / ANMELDUNG
IIGS – Landesgruppe Steiermark			
20.01.2026 18.00 – 20.30	Virtueller Raum	<b>Das kann ja heiter werden.</b> Humor in der pädagogischen Arbeit mit Constanze Moritz	<a href="mailto:irmgard.pucher@casanostra.org">irmgard.pucher@casanostra.org</a>
IIGS – Landesgruppe Oberösterreich			
19.09.2025 18.00	Linz Klosterhof	<b>Themenwanderung</b> mit Josef Kastenhofer	<a href="mailto:maria.schoenmayr@gmail.com">maria.schoenmayr@gmail.com</a> <a href="mailto:iigs.ooe@gmail.com">iigs.ooe@gmail.com</a>

TERMINE	ORT	THEMA / REFERETIN	VERANSTALTER / ANMELDUNG
<b>IIGS – Landesgruppe Kärnten</b>			
25.10.2025	Aula Verde Herzoghofweg 28A Klagenfurt	<b>„Mach deine Stimme wieder stimmig“</b> Gestaltpädagogischer Stimmworkshop für SängerInnen und Nicht-SängerInnen <i>mit Sängerin, Dipl. Sozial- und Berufspädagogin Doris Riegler alias Lisa Valentin</i>	office@verenakalcher.at
<b>IGB – Integrative Gestaltpädagogik in Schule, Seelsorge und Beratung – Bayern</b>			
28.09.- 03.10.2025	Werdenfels	<b>Mose. und das ganz andere Feuer</b> Stille Kunst und kreative Tage <i>mit Hans-Peter Eggerl</i>	Haus Werdenfels anmeldung@haus-werdenfels.de <b>www.haus-werdenfels.de</b>
13.-17.10.2025	Werdenfels	<b>Bibliodrama – Geh einher vor meinem Antlitz! Sei ganz! Gen 17,1</b> nach Bubers Übersetzung <i>mit Christine Seufert</i>	
06.11.2025	Werdenfels	<b>Online Erlebnistag zur Systemischen Gestaltarbeit</b> <i>mit Christine Seufert</i>	
<b>IGNW – Institut für Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge in Nord-West-Deutschland</b>			
13.-17.10.2025	Haus Maria Immaculata Paderborn	<b>Block 3 des Grundkurses</b> <b>Einstieg in Block 3 noch möglich!</b>	IGNW anmeldung@IGNW.de
24.-26.10.2025	Haus Maria Immaculata Paderborn	<b>Meine Lebensveränderungen</b> am Beispiel der Mose Geschichte <i>mit Stanko Gerjolj</i>	
<b>igps – Institut für Gestaltpädagogik, Persönlichkeitsentwicklung und Spiritualität – Rheinland-Pfalz/Saarland e.V.</b>			
14.-16.11.2025	Herz-Jesu Kloster	<b>„Dem Leben begegnen“</b> Umgang mit Herausforderungen und Ängsten (Märchenseminar auch als Schnuppereinheit für Grundkurs) <i>mit Maria Walter, Gestalttrainerin Gestalttherapeutin DVG und Gisela Schlarp, Gestalttherapeutin, Symbolon-Institut Nürnberg</i>	Maria Walter maria.walter@igps.de
<b>GPN – Verein für Gestaltpädagogik in Schule und Bildung, Seelsorge und Beratung Niedersachsen e.V.</b>			
08.11.2025	Hannover	<b>Jubiläumsfeier zum 20-jährigen Bestehen des Vereins</b>	Dorothea Lohbeck dorothea.lohbeck@web.de

## Impressum

**Eigentümer, Herausgeber u. Verleger:** Institut für Integrative Gestaltpädagogik und Seelsorge, Eichholzerweg 12, 8042 Graz

**Redaktionsteam:** Hans Neuhold (hans\_neuhold@aon.at), Hans Reitbauer (jonny.reitbauer@iigs.at) – Chefredakteure; Franz Feiner (franzfeiner1@gmail.com), Andrea Klimt (andrea@klimt.co.at); Brigitte Semmler (brigitte.semmler@iigs.at) – Versand; Nadja Schönwetter (nadja.schoenwetter@gmail.com) – Layout

**Erweitertes Redaktionsteam – v.a. für inhaltliche Gestaltung:** Stanko Gerjolj aus Laibach (stanko.gerjolj@guest.arnes.si), Heinrich Grausgruber aus Grieskirchen/OÖ (GRH@Ph-linz.at), Alois Müller aus Ellwangen (a.mueller.ellwangen@t-online.de), Holger Gohla aus Karlsruhe (holger.gohla@t-online.de)

**Redaktionsrat – F.d.I.v.:** Kornelia Vonier-Hoffcamp (Vorsitzende ARGE-IIGS), Julia Grzesiak (GNP), Stanko Gerjolj (DKGP), Sr. Cecile Leimgruber (IGCH), Ursula Sindermann (IGNW), Stefan Berzel (IGPS), Viliam Arbet (IIGDF), Yvonne Achilles (IGB), Martin Kläsner (IGH), Brigitte Semmler-Bruckner (IIGS)

**ZVR: 356542037**

**Druck:** Reha-Druck, Viktor-Franz-Straße 9, 8051 Graz

**Preis:** € 6,90 Einzelpreis. € 20,60 Jahresabo.

## ARGE IGS – MITGLIEDER



Institut für Gestaltpädagogik  
in Erziehung, Seelsorge und  
Beratung

**Baden-Württemberg**

[www.igbw-ev.de](http://www.igbw-ev.de)



Institut für Gestaltpädagogik,  
Persönlichkeitsentwicklung  
und Spiritualität

**Rheinland-Pfalz/Saarland**

[www.igps.de](http://www.igps.de)



Integrative Gestaltpädagogik  
in Schule, Seelsorge und  
Beratung

**Bayern**

[www.igb-bayern.de](http://www.igb-bayern.de)



Institut für Integrative  
Gestaltpädagogik & Seelsorge

**Österreich**

[www.iigs.at](http://www.iigs.at)



Inštitut za integrativno geštaltpedagogiko

**Slowenien**

[gestaltpedagogika.rkc.si](http://gestaltpedagogika.rkc.si)



Institut für Integrative  
Gestaltpädagogik und  
heilende Seelsorge

**Nord-West-Deutschland e.V.**

[www.ignw.de](http://www.ignw.de)



Gestaltpädagogik für Schule  
und Bildung, Seelsorge und  
Beratung Niedersachsen e.V.

**Niedersachsen**

[www.gestaltpaedagogik-niedersachsen.de](http://www.gestaltpaedagogik-niedersachsen.de)



Inštitút Integrativnej  
Geštaltpedagogiky a  
Duchovnej Formácie

**Slowakei**



Institut für integrative  
Gestaltpädagogik in Schule,  
Seelsorge und Beratung

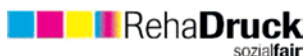
**Schweiz**

[www.igch.ch](http://www.igch.ch)



Društvo Integrativne  
Geštaltpedagogije

**Kroatien**



### DIE NÄCHSTEN AUSGABEN

- Nr. 119: Verletzlich bleiben und stark sein
- Nr. 120: Persönlichkeit entwickeln – sich selbst optimieren?
- Nr. 121: Achtsam mit der Schöpfung – das ökologische Potential der Gestalt

Österreichische Post AG

PZ 22Z043441 P

Institut für Integrative Gestaltpädagogik und Seelsorge, Eichholzerweg 12, 8042 Graz

Retouren an A-8047 Berlinerring 54