diaconis

Wir begleiten Menschen

einblicke







Erinnerungen stiften Identität, Erinnerungen zu teilen bedeutet Nähe und Vertrautheit schaffen.

Vergessen ist eine Form von Freiheit.

Khalil Gibran, 1883–1931



Inhalt

Dossier Vergessen – Erinnern

Erinnern und Vergessen gehören zusammen Prof. Dr. Hansjörg Znoj

«Erinnerungen sind wichtig für unsere Identität» Interview mit Stefanie Becker

Zirkus für eine Stunde
Reportage mit Renate Berger

Erinnerungen – Hürde und Hilfe für die Zukunft Interview mit Pascal Dick

1 2 Erfahrungsbericht
Ein Leben im Dienst der Mitmenschen
Sr. Margrit Lauber

Rückblick
Wanderbrot

Rundschau

Organisation mit Gedächtnis

> Mensch und Arbeit

> Bewohnerfeste

Persönlich
Jürg Geissbühler, Leiter Hotellerie

SeitenblickJean-Daniel Gross, Denkmalpfleger

Ausblick
Diaconis-Kurse und -Veranstaltungen

Liebe Leserin, lieber Leser

Das Leitthema Vergessen und Erinnern ist ein Thema für uns alle. Denn wir alle vergessen und erinnern uns. Dies ist mir letzthin aufgefallen, als ich mich mit einer Berufskollegin über unsere erste Begegnung unterhalten habe. Sie erzählte ihre Version und ich meine. Zusammen ergaben die Erinnerungen ein für uns stimmiges Bild, obwohl unsere Erinnerungen andere waren.

In meinem Beruf als Psychiater fällt mir auch auf, dass bei manchen Menschen die schweren Erinnerungen sehr viel stärker haften bleiben und die schönen Erlebnisse vergessen werden oder nicht zugänglich sind. Dies ist leider Nährboden für die Entwicklung einer Depression. Andere Menschen wiederum haben sehr Schweres erlebt und können dies durch das bewusste Erleben von glücklichen Momenten tragen.

Schliesslich ist das Vergessen und Erinnern für viele Menschen mit Demenz und deren Angehörige ein alltägliches Thema, zu dem es nicht nur Schweres zu berichten gibt. Ich habe viele glückliche Menschen mit Demenz kennengelernt, die durch das Vergessen im Hier und Jetzt leben konnten, ohne dass sie Ängste vor der Zukunft hatten. Ich erinnere mich an Menschen mit Demenz, deren Gesichter richtiggehend aufblühten, wenn alte schöne Erinnerungen mit einem persönlichen Fotoalbum geweckt wurden. Manchmal hinterlassen solche Erinnerungen an Menschen mit Demenz bei mir die Frage, ob denn eine Demenz am Lebensende für die betroffene Person nicht auch positive Aspekte beinhaltet – denn ein Leben im Hier und Jetzt hilft im Übergang vom Diesseits zum Jenseits.

Ich wünsche beim Lesen des aktuellen Magazins «Einblicke» viel Vergnügen.

Prof. Dr. med. Urs P. Mosimann Vizepräsident des Stiftungsrats Diaconis



Dossier Vergessen – Erinnern

Erinnern und Vergessen gehören zusammen

Sie verschaffen uns Glück, aber auch Wehmut und Trauer. Sie versetzen uns in die Vergangenheit und bestimmen unser Ich im Jetzt. Erinnerungen sind die Basis unseres Menschseins. Hansjörg Znoj, Professor für Klinische Psychologie an der Universität Bern, über die Bedeutung der Erinnerungen und des Vergessens.

100 Milliarden Nervenzellen, die ständig chemische und elektrische Signale austauschen – unser Hirn würde unaufhörlich piepsen und blinken, wenn wir seine Aktivität auf diese Weise wahrnehmen könnten. Jede Bewegung, jeder Gedanke entsteht so. Und auch jede Erinnerung. Die meisten unserer Erinnerungen entstehen nicht als eine Folge unseres Willens. Sondern als Assoziation, als unbewusste Verknüpfung zwischen einem Bild oder Geruch und einem früheren Erlebnis. Erinnerungen sind ein Produkt von chemischen und elektrischen Prozessen in unserem Hirn, die ohne unser Zutun ablaufen.

Obwohl hochkomplex, wäre dies allein viel zu einfach. Wenn wir in einer Prüfung sitzen, rufen wir vorher Gespeichertes gezielt ab. Dank systematischem Lernen, Wiederholungen und dem Anlegen von Mustern können wir uns Dinge besser einprägen. Anders gesagt: Wir können uns wissentlich und gezielt erinnern. Selbst im Traum beschäftigen uns unsere Erinnerungen; wir festigen und konsolidieren sie und bringen so Ordnung in unser «Ablagesystem».

Erinnerungen sind so betrachtet eine Sache des Kopfs, bewusst oder unbewusst. Doch Hand aufs Herz: Was passiert, wenn plötzlich jenes Musikstück im Radio läuft, das wir uns zusammen mit unserer ersten grossen Liebe immer angehört hatten? Diese erste grosse Liebe nimmt wieder Gestalt an, und das Gefühl der Schmetterlinge im Bauch kehrt zurück. Emotionen sind besonders tief verankert. Leider gilt dies nicht nur für die positiven. Hinter Phobien, Traumata und Albträumen stehen negative Emotionen und Erfahrungen, die sich tief eingeprägt haben und immer wieder in unser Bewusstsein drängen.

Was bedeuten Erinnerungen für den Menschen? In einem Wort und etwas überspitzt gesagt: alles. Unsere Erinnerungen und unser Gedächtnis sind nicht nur wich-

tig, um Dinge, Ereignisse und Menschen in unserem Umfeld erfassen und einordnen zu können. Sie sind auch dafür verantwortlich, dass wir uns selbst «einordnen» können. Dass wir ein eigenes und kohärentes Ich entwickeln, uns als autonome Person wahrnehmen und als solche autonom handeln können.

Leider lässt sich diese Erkenntnis auch umgekehrt formulieren: Kein Ich ohne Erinnerung. Womit wir beim «bösartigen» Vergessen sind, bei der Demenz. Die eigenen Erinnerungen verblassen, und damit verblasst fast alles, was einen als Persönlichkeit ausgemacht hat. Und doch ist das Vergessen im Normalfall ein wichtiger Teil von uns. Ohne die Fähigkeit, zu vergessen, wären wir wohl von lauter verzweifelten Leuten umgeben. Bewusst und willentlich vergessen können wir zwar nicht, doch das Vergessen kippt all das raus, was für uns eine geringere Priorität hat. Es hilft uns, den Überblick zu wahren und das Wesentliche zu erkennen.

Erinnern und Vergessen sind zwei Gaben, die zusammengehören. Ein uns sehr lieber Mensch ist immer präsent, er ist Teil unseres erweiterten Ichs, er sendet uns immer wieder Signale und bestätigt so unsere gemeinsame Bindung. Was, wenn dieser geliebte Mensch plötzlich stirbt? Helfen uns die Erinnerungen, oder hilft uns das Vergessen? Sicher ist: Der Tod eines geliebten Menschen tut uns weh, im Herzen, aber auch körperlich. Vergessen werden wir diesen Menschen nicht. Doch nach und nach kann es uns gelingen, ihn nicht mehr als Teil des gegenwärtigen Ichs zu begreifen. Der geliebte Mensch wird stattdessen zu einem Teil unserer Erinnerung. Bei der Verarbeitung des Tods eines uns lieben Menschen geht es eher um einen Prozess des Lernens als des Vergessens.



Prof. Dr. Hansjörg Znoj, geb. 1957, studierte Klinische Psychologie in Bern. Seit 2006 ist er Professor für Klinische Psychologie und Mitdirektor des Instituts für Psychologie an der Universität Bern. Er beschäftigt sich mit der Verarbeitung schwerer Lebensereignisse, den Folgen chronischer Erkrankungen, der Psychotherapie-prozessforschung und der Verarbeitung von sozialen Verlusten. Von Hansjörg Znoj sind zahlreiche Fachpublikationen erschienen.



«Erinnerungen sind wichtig für unsere Identität»

«Schon wieder vergessen» – wer denkt das nicht mindestens einmal pro Tag. Oder wer lehnt sich nicht kurz zurück und lässt ein schönes Erlebnis Revue passieren. Welche Bedeutung Erinnerungen, aber auch das Vergessen für uns haben, erläutert Stefanie Becker im Interview. Sie ist Geschäftsleiterin der Schweizerischen Alzheimervereinigung.

Ein schlechtes Gedächtnis empfinden wir als Schwäche. Können wir hingegen Ereignisse, Namen oder Bilder abrufen, so halten wir dies für eine Stärke. Warum ist das so?

Erinnerungen geben uns Orientierung im Alltag, sie sagen uns zum Beispiel, was wann passiert ist oder wie wir unseren Weg nach Hause zurück finden. Hinzu kommen psychologische Gründe: Wir neigen zu Perfektionismus – wer sich nicht an die Namen von Personen erinnert, wirkt bald einmal unhöflich. Ein gutes Gedächtnis verschafft uns Vorteile.

«Die Erinnerung ist das einzige Paradies, woraus wir nicht vertrieben werden können.» So hat es Jean Paul gesagt. Geben uns Erinnerungen auch Kraft aus der Tiefe?

Erinnerungen bleiben am besten haften, wenn Emotionen im Spiel sind. Wir können schöne Erinnerungen an Menschen oder Situationen haben, die uns Kraft geben, um über schwere Zeiten hinwegzukommen. Doch Erinnerungen können auch Schatten werfen: Unser Gedächtnis speichert traurige Ereignisse mindestens ebenso gut. Dies geht zurück auf unsere «Neandertalerzeit», wo unser Gedächtnis eine wichtige Schutzfunktion hatte, um zu vermeiden, dass wir wiederholt in gefährliche Situationen geraten.

Erinnerungen und Vergessen entstehen über komplizierte Prozesse im Hirn. Die moderne Hirnforschung sagt uns, wir müssten lernen, absichtlich zu vergessen. Vergessen wir also zu wenig?

Vergessen bzw. Filtern ist keineswegs nur schlecht. Der Speicher unseres Kurzzeitgedächtnisses ist begrenzt. Er muss sich immer wieder leeren, damit wir Neues aufnehmen können. Was nicht innerhalb von einigen Minuten vom Kurzzeit- ins Langzeitgedächtnis wechselt, geht verloren. Absichtliches Vergessen ist jedoch unmöglich. Dafür gibt es ein berühmtes Beispiel: Fordert mich jemand auf, nicht an einen blauen Elefanten zu denken, so passiert genau das Gegenteil – ich denke an diesen blauen Elefanten.

Gerade ältere Menschen leiden oft unter dem Gefühl, immer mehr zu vergessen. Oder haben sie einfach mehr Mühe, Dinge im Tagesablauf einzuordnen und zu speichern?

Grundsätzlich vergisst unser Gehirn das, was den Weg ins Langzeitgedächtnis gefunden hat, nicht. Manches gerät nur etwas in den Hintergrund und kann bei entsprechendem Reiz wieder abgerufen werden. Je weniger wir aber den «Trampelpfad» zu einem bestimmten Ereignis in unserer Erinnerung gegangen sind, desto eher verschwindet diese Erinnerung. Dies ist normal. Im Alter verändert sich unser Gehirn. Gewohnte Erinnerungsprozesse funktionieren vielleicht weniger gut, aber dieser Nachteil wird bei gesunden älteren Menschen durch andere Strategien kompensiert.

Und was passiert im höheren Alter, wenn das Gefühl immer stärker wird, viele Dinge zu vergessen?

Es ist kein Zufall, dass Grossmütter und Grossväter so viel von früher zu erzählen haben. Sie schöpfen aus ihrem Langzeitgedächtnis. Doch oft fällt es ihnen immer



schwerer, neue Dinge aufzunehmen, seien dies Namen, Termine oder Dinge, die ihnen jemand am Telefon erzählt hat. Das empfinden sie selbst und die Umgebung dann als Vergesslichkeit. Dahinter steht aber im Normalfall vor allem abnehmende Aufmerksamkeit bzw. der Umstand, dass die Aufmerksamkeit stärker auf die Vergangenheit gerichtet ist.

Das Vergessen löst bei vielen Menschen Ängste aus. Mit einer Demenz wie Alzheimer, so die Befürchtung, ist im Alter der Verlust der Erinnerungen und der eigenen Identität verbunden.

Es handelt sich dabei um eine Erkrankung und nicht mehr um das natürliche Vergessen. Bei dieser Form des Vergessens gehen Nervenzellen im Hirn kaputt, und Nervenverbindungen lösen sich auf. Es ist wie bei einem Einkaufsnetz: Solange es eng geknüpft ist, trägt es die Last. Lösen sich die Fäden aber, so hält es nicht mehr. Die Erinnerungen beginnen aus dem Netz zu fallen. Betroffen ist zuerst das Kurzzeitgedächtnis. Deshalb ist eine beginnende Demenz zunächst auch schwer unterscheidbar von «normaler», altersbedingter Vergesslichkeit. Auch wenn Erinnerungen wichtig für unsere Identität sind, so bedeutet eine Demenzerkrankung nicht den kompletten Verlust der Persönlichkeit. Eine Demenz trennt uns jedoch nach und nach von dem, was uns mit anderen verbindet, nämlich den gemeinsamen Erinnerungen. Das ist für alle Beteiligten sehr schmerzhaft.

Stefanie Becker, Geschäftsleiterin Schweizerische Alzheimervereinigung



Wie erhält ein Mensch, der sich immer vergesslicher fühlt, Gewissheit, ob er nun unter Demenz leidet oder nicht?

Sollten solche Symptome längere Zeit, mehr als ein halbes Jahr, bestehen, ist es in jedem Fall ratsam, den Hausarzt oder einen Spezialisten zu konsultieren. Eine sorgfältige Analyse kann die Ursachen der Vergesslichkeit eruieren. Geht es tatsächlich um Demenz, so ist eine frühe Diagnose ein entscheidender Vorteil. Sie eröffnet die Möglichkeit, Behandlungen und die nötige Betreuung aufzubauen, den Verlauf der Krankheit zu verzögern und für eine längere Zeit besser mit der Krankheit zu leben

Etwas provokativ gefragt: Für wen ist die Aussicht auf die sich abzeichnende schwere Krankheit schlimmer, für die Angehörigen oder die Patienten?

Zu Beginn ist es oft für beide Seiten schwierig, die Krankheit zu akzeptieren. Doch bei früher Diagnose gelingt es meist, die Situation gemeinsam zu reflektieren und weiterhin ein kaum eingeschränktes Leben zu führen. Je weiter die Krankheit fortschreitet, desto stärker wird auch das Langzeitgedächtnis betroffen. Alzheimer-Patienten in fortgeschrittenem Stadium erkennen auch ihre nächsten Angehörigen nicht mehr. Das ist vor allem für die Angehörigen oft sehr schmerzhaft. Doch die Erkrankten behalten ihre emotionalen Fähigkeiten, wie das Empfinden von Freude oder von Verärgerung. Die Angehörigen oder die professionelle Betreuung erkennen diese Gemütslagen und können ihre Reaktionen und die Betreuung darauf ausrichten. Das erleichtert vieles.

Täuscht der Eindruck, oder versucht unsere Gesellschaft, das «grosse Vergessen», als das man die Alzheimer-Erkrankung bezeichnen könnte, etwas zu vergessen bzw. zu verdrängen?

Da ist sicher etwas Wahres dran, auch wenn schon viel Sensibilisierungsarbeit geleistet wurde. Immerhin hat das Thema zwischenzeitlich auch Eingang in zentrale gesellschaftliche Bereiche wie Film und Literatur gefunden. Es wäre schön, wenn Alzheimer-Kranke und ihre Angehörigen möglichst lange ein integriertes Leben führen könnten. Dafür müssen wir alle offen sein für jene Menschen, die vieles vergessen haben, aber immer noch Freude empfinden können.

Jens Lundgsaard-Hansen

Stefanie Becker ist promovierte Psychologin und Gerontologin. Sie hat an der Universität Heidelberg studiert und beschäftigt sich seit mehr als 20 Jahren mit Altersthemen und Fragen zur Lebensqualität bei Demenz. Sie ist im Präsidium der Schweizerischen Gesellschaft für Gerontologie und hat die Zeitschrift «Angewandte Gerontologie» gegründet. Seit Januar 2016 ist sie als Geschäftsleiterin der Schweizerischen Alzheimervereinigung engagiert.



Zirkus für eine Stunde

Jeden Mittwochnachmittag trifft sich im Haus Altenberg eine Gruppe Frauen, um sich in ein Thema zu vertiefen. Mit Bildern, Musik und Requisiten werden Erinnerungen geweckt und sämtliche Sinne stimuliert. Heute tauchen die Bewohnerinnen gemeinsam ein in die Welt des Zirkus.

Renate Berger trägt eine rote Clown-Nase, einen Strohhut und eine überdimensionierte Brille. Um den Mund ist sie weiss geschminkt. Die Aktivierungsfachfrau stellt gut gelaunt einen schwarzen Zylinder und eine Blechtrommel auf einen runden Tisch. Da liegen bereits ein prall gefüllter Stoffsack und ringsum neun Kärtchen mit den Namen von neun Bewohnerinnen. Über dem Tisch hängen wie über einem Zirkuszelt dreieckige Plastikfähnchen in allen Farben. Renate Berger holt noch rasch einen CD-Player – und alles ist bereit für die Zirkusgäste.

Skeptischer Blick

Der erste Gast kommt im Rollstuhl angefahren. Elsa G. sitzt mit hängenden Schultern in ihrem Stuhl und mustert skeptisch die verkleidete Renate Berger. Als die Seniorin erkennt, wer sich hinter der grossen Brille versteckt, hellt sich ihr Gesicht auf und ihre Mundwinkel verziehen sich zu einem breiten Lächeln. Der Reihe nach begrüsst Renate Berger herzlich drei weitere Bewohnerinnen von Wohnen-Pflege Altenberg. Heute fehlen ein paar von ihnen wegen Arztterminen oder Besuchern. Jeden Mittwochnachmittag treffen sich die Frauen, um sich gemeinsam für eine Stunde in ein Thema zu vertiefen. Egal, worum es geht – Fasnacht, Maibummel, Nähen oder Mode -, in der Themengruppe werden stets Erinnerungen wachgerufen und Emotionen geweckt. Heute dreht sich alles ums Thema Zirkus.

Bilder von früher

Zum Einstieg gibt Renate Berger ein Foto mit einem Zirkuszelt in die Runde. Hilda L. im roten Pullover mit grüner Edelsteinkette und gepflegten halblangen Haaren murmelt: «Das ist der Zirkus Monti.» Die Aktivierungsfachfrau nickt und will von den Frauen wissen, welcher Zirkus früher bei ihnen Halt gemacht habe. Elsa G. strahlt in ihrem Rollstuhl und sagt, sie erinnere sich an ein grosses, weisses Zelt. Ruth S., die etwas abwesend wirkt, gibt das Bild kommentarlos weiter. Die vierte Teilnehmerin, Erika C., mit geradem Rücken und melancholischem Gesichtsausdruck, sagt mit weicher Stimme: «Ich habe die Trapezkünstler immer bewundert», und zieht dabei die Augenbrauen über ihre moderne Brille hoch. Erika C. nimmt ein Schwarz-Weiss-Foto von einem Clown in die Hand und ruft begeistert: «Das ist der Grock vom Knie!»

Magische Momente

Es sind diese Momente, für die Renate Berger ihre Arbeit liebt. Momente, in denen sie bei den Bewohnerinnen etwas auslösen kann: eine Erinnerung, eine Emotion, die Neugier. In der Alltagsgestaltung und Aktivierung versucht Renate Berger die Ressourcen der Bewohner zu aktivieren und zu erhalten; mit Spielen, Gesprächen, Bildern, Bewegung, Kochen und Singen. Dabei spricht sie gezielt alle Sinne an. Nicht nur die Augen kommen heute zum Zug, auch über die Ohren, den Tastsinn und die Zunge wird Renate Berger schlummernde Erinnerungen wecken.

Raubtiere und Elefanten

«Was gibt es neben Clowns und Trapezkünstlern in einem Zirkus sonst noch?», will die Aktivierungsfachfrau wissen. «Raubtiere und Elefanten!», ruft Erika C. entzückt. Renate Berger sucht ein Bild eines Tigers, der dem Dompteur Pfötchen gibt, und fragt, was der Mann mache. Hilda L. antwortet trocken: «Er sagt dem Tiger



«grüessech».» Renate Berger schmunzelt und reicht ein Bild mit Elefanten rum. «Wisst ihr noch, als der Knie früher die Elefanten durch die Strassen Berns führte? Was war das für ein Gefühl, neben diesen Ungetümen zu stehen?» Hilda L. schaut das Bild mit den Elefanten lange andächtig an und sagt: «Schön.»

Neugier wecken

Nun nimmt Renate Berger den Zylinder vom Tisch und fragt geheimnisvoll: «Wer möchte wissen, was sich im Hut befindet?» Elsa G. lässt sich nicht zweimal bitten, steckt die Hand in den Zylinder und zieht ein rotes Seidentuch heraus, das am Ende mit einem gelben Seidentuch verknotet ist, an dem ein blaues Tuch hängt. Elsa G. zieht erstaunt weiter an dem immer länger werdenden Tücherstrang, bis schliesslich ein Stofftierhase aus dem Hut purzelt. Elsa G. nimmt das Tier auf ihren Schoss, streichelt es zärtlich und lächelt: «Weich ist er.» Nun kommt der prall gefüllte Stoffsack zum Zug. Jede Bewohnerin fischt sich aus dem Sack einen Jonglierball. Die Frauen befühlen die Bälle, werfen sie zaghaft in die Luft und fangen sie mehr oder weniger erfolgreich wieder auf. Elsa G. schielt schon länger auf die Blechtrommel auf dem Tisch und möchte nun wissen, was sich in dieser Dose verbirgt. Mit etwas Kraftaufwand schafft sie es, die Trommel zu öffnen. Zum Vorschein kommen zur allgemeinen Freude: gedörrte Apfelschnitze. Ob dieser Überraschung taut auch die zurückhaltende Ruth S. auf. Gekonnt fischt sie drei Apfelschnitze aus der Blechtrommel und strahlt bis über beide Ohren – und für einen kurzen Moment wird aus der alten Frau ein kleines Mädchen.

Musik, die berührt

Nach diesem Gaumenschmaus gibt es etwas für die Ohren. Renate Berger legt eine CD in den Player, und Lys Assia singt «Oh mein Papa». Die vier Frauen hören ganz aufmerksam zu. Hilda L. Blick schweift in die Ferne.

Im Refrain bewegen sich ihre Lippen leicht mit. Auch Erika C. ist von der Musik sichtlich bewegt: «Das Lied macht mich gerade ein wenig traurig. Vor drei Jahren ist mein Mann gestorben, weil er zu viel geraucht hat. Er hatte Krebs.» Die Aktivierungsfachfrau geht nur kurz auf den Todesfall ein. Später, wenn sie allein mit Erika C. arbeitet, wird sie den Verlust der Bewohnerin weiter thematisieren.

Pausenglace

Plötzlich klopft es an der Tür. Eine Freiwillig Engagierte steckt ihre rote Clown-Nase ins Zimmer, ruft «Pause!» und bringt eine Schachtel Stängelglace für die Zirkusgäste. Erika C. winkt ab: «Ich nehme keine Glace, ich muss abnehmen.» Alle anderen lutschen nun genüsslich ihr Pauseneis. «Die ist aber fein», sagt die sonst so wortkarge Ruth S.. Renate Berger will von den Frauen wissen, welchen Geschmack das Eis habe. Erika C. tippt auf Erdbeere. Renate Berger fragt: «Hatten Sie auch Erdbeeren im Garten?» Erika C.: «Ja, und Käfer dran!»

Zurück in den Alltag

Zum Schluss der Themenstunde verteilt Renate Berger Tickets für den Zirkus, der nächste Woche anlässlich des Sommerfests der Stiftung Diaconis vorbeikommt. Die Frauen verabschieden sich voneinander, und die Aktivierungsfachfrau schiebt noch einmal eine CD in den Player. Zum Lied «Grüezi wohl Frau Stirnimaa» gehen oder rollen die Bewohnerinnen zurück in ihre Zimmer – zurück in den Alltag.

Res Mettler



Erinnerungen – Hürde und Hilfe für die Zukunft

Menschen in schwierigen beruflichen Situationen finden Unterstützung bei der AMM Coaching des Bereichs Mensch und Arbeit. Leiter Pascal Dick erklärt, wie Erinnerungen an negativ erlebte Ereignisse dabei helfen können, die berufliche Zukunft positiv zu gestalten.

Was verbindet Menschen in schwierigen beruflichen Situationen mit dem Thema dieser Ausgabe von «Einblicke», dem Erinnern und Vergessen?

Sie haben sich die Antwort schon fast selbst gegeben. Neuorientierung bedeutet ja immer, dass man Vergangenes hinter sich lässt und sich Neuem zuwendet. Dabei sind natürlich auch Erinnerungen im Spiel. Ob die Neuorientierung im privaten oder im beruflichen Bereich stattfindet, spielt keine Rolle. Gerade in schwierigen Lebenssituationen ist es nicht immer einfach, die richtige Balance zwischen Erinnern und Vergessen zu finden. Bei der AMM Coaching treffen wir oft auf Menschen, die einen holprigen beruflichen Weg hinter sich haben.

Was tun Sie in der AMM Coaching, um diesen Menschen zu helfen?

Die Abkürzung AMM bedeutet «arbeitsmarktliche Massnahmen». Darunter verstehen wir ganz allgemein die Unterstützung der Stellensuchenden bei der Wiederein-

Pascal DickLeiter AMM Coaching



gliederung in den ersten Arbeitsmarkt. Das beginnt bei der Verarbeitung des Geschehenen und der Erstellung des Bewerbungsdossiers, geht über die Entwicklung einer gemeinsamen Strategie und das Erarbeiten der verschiedenen Kompetenzen, Stärken und Schwächen für die Stellensuche bis zum Üben von Bewerbungsgesprächen. Ausserdem führen wir ausführliche Gespräche über den Umgang mit Erfolg und Misserfolg, über Selbstbild und Fremdbild.

Wie gelangen die Stellensuchenden zu Ihnen?

Ausschliesslich über die RAV-Beraterinnen und -Berater des Kantons Bern. Diese prüfen zusammen mit dem Teilnehmer, welche arbeitsmarktliche Massnahme die richtige ist. Es ist natürlich von Vorteil, wenn der oder die Stellensuchende unserem Angebot positiv gegenübersteht.

Wie läuft ein solches Coaching ab?

Am Anfang ist das Wichtigste, dass die Leute von sich und ihrem Werdegang erzählen und die Coachs zu den Leuten einen Kontakt mit viel Empathie und Wertschätzung herstellen. Der erste Teil des Coachings ist vor allem der Vergangenheit und Verarbeitung des Geschehenen gewidmet: Vor uns sitzen häufig Menschen, die aus den unterschiedlichsten Gründen schlechte Erfahrungen in der Arbeitswelt gemacht haben. Bei uns können sie ihre Erinnerungen an Kündigungen oder Schwierigkeiten mit Vorgesetzten oder Arbeitskollegen «abladen». Nichts von dem, was gesagt wird, verlässt den Raum.

Welche Rolle spielen schlechte Erinnerungen an frühere Arbeitsverhältnisse für die berufliche Zukunft?

Unter Umständen eine recht grosse. Wer solche Erinnerungen verdrängt und das Geschehene nicht reflektiert, läuft Gefahr, später ähnliche Situationen nicht rechtzei-



tig zu erkennen. Oder in das gleiche Verhaltensmuster zu verfallen, wenn eine andere Haltung die problematische Situation eventuell entschärfen könnte.

Wie unterstützen Sie die Arbeitssuchenden bei der Bewältigung ihrer beruflichen Vergangenheit?

Nachdem sie ihre Geschichte erzählt haben, erhalten sie von mir eine Rückmeldung. Das heisst, ich spiegle ihnen, wie sie bei mir als Person mit ihrem Werdegang und dem Erzählten ankommen. Wenn ein Konflikt mit dem früheren Arbeitgeber bestanden hat, zeige ich die andere Seite auf. Ich übernehme also quasi die Rolle des Arbeitgebers und versuche, seine Sicht zu erklären.

Welchen Problemen am Arbeitsplatz begegnen Sie am häufigsten?

Der Wechsel des Vorgesetzten ist ein «Klassiker». Da erlebt fast jeder Probleme während seines Berufslebens, sei es als Angestellter oder als Vorgesetzter. Ein Beispiel: ein Team von acht Leuten. Mit sechs Leuten versteht sich der neue Vorgesetzte gut, mit zwei stimmt die Chemie nicht. Das ist menschlich, da kann niemand etwas dafür. Der Vorgesetzte behandelt die zwei Angestellten – vielleicht unbewusst – nicht gleichberechtigt mit den anderen im Team. Wenn sich Chef und Angestellter nicht verstehen, werden eher Fehler gesucht, die dann irgendwann in eine Kündigung münden.

Was raten Sie Arbeitssuchenden, die mit einer solchen Erfahrung zu Ihnen kommen?

Wenn man merkt, dass man in diesem «Strudel» steckt, ist es sinnvoll, Hilfe zu suchen, zum Beispiel im Rahmen eines Coachings. Manchmal ist es auch möglich, in Gesprächen mit dem Vorgesetzten eine Lösung zu finden. Aber wenn die Chemie sowieso nicht stimmt, ist das sehr schwierig. Dann hilft meistens nur, sich frühzeitig nach einer neuen Stelle umzusehen. Gerade, wenn man nicht zum ersten Mal in eine solche Situation gerät,

können die Erinnerungen dabei helfen, rechtzeitig zu reagieren, bevor die Lage eskaliert.

Welche Rolle spielen diese Erlebnisse in der Bewerbungsphase?

Eine sehr wichtige! Unser Ziel ist es, nicht zu vergessen, dass und wie man eine Stelle verloren hat. Man soll sich aber auch nicht ständig daran erinnern und sich dabei an die schlechten Erfahrungen klammern. Hier beginnt bei uns der Übergang von der Verarbeitung zur Zukunft.

Wie sieht dieser Übergang konkret aus?

Wir leiten das Gespräch von der Vergangenheit in die Zukunft. Das heisst, wir klären ab, welche Aufgaben bzw. Stellenbereiche in Frage kommen und welche Kenntnisse der Arbeitssuchende besitzt. Wir konzentrieren uns auf das Positive und die Ressourcen, die jemand hat. Wenn nötig, erarbeiten wir gemeinsam das Bewerbungsdossier. Die schriftlichen Änderungen sind der einfachste Teil im Bewerbungsprozess.

Und was ist schwieriger?

Das Auftreten des Arbeitssuchenden zu verändern, sein Verhalten gegenüber einem potenziellen Arbeitgeber. Wer seinen Frust in ein Bewerbungsgespräch mitnimmt oder schlecht über einen früheren Arbeitgeber spricht, hat von vornherein verloren. Positives Auftreten ist das Allerwichtigste.

Wie kann man das lernen?

Durch Übung, Übung, Übung (lacht). Genau das machen wir im Coaching. Wir üben Bewerbungsgespräche. Entweder gebe ich gleich während des Gesprächs ein Feedback, wenn ich etwas nicht gut finde. Das Beste ist, das Gespräch auf Video aufzunehmen und es anschliessend zusammen anzuschauen. Letzteres ist eine sehr gute Methode. Hier erkennt auch der ungeübteste Bewerber sofort, was er falsch gemacht hat.

Was ist das Ziel des Coachings?

Bei uns erhalten die Menschen ein massgeschneidertes «Päckli», damit sie besser vorbereitet sind auf die Arbeitswelt. Was der Einzelne daraus macht, erfahren wir in der Regel leider nicht. Aber da ich ein positiv denkender Mensch bin und die Arbeitslosigkeit in der Schweiz vergleichsweise tief ist, bin ich davon überzeugt, dass jeder früher oder später wieder eine Arbeit findet.

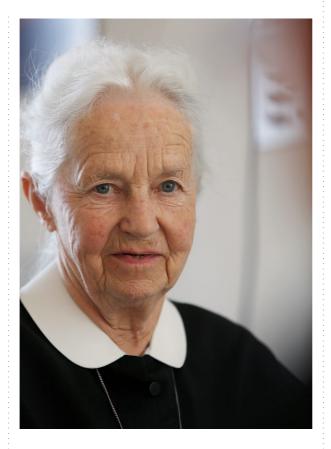
Verena Felber

Mensch und Arbeit von Diaconis bietet im Auftrag des Kantons Bern (beco Berner Wirtschaft) Bewerbungscoachings und Coachings im Rahmen einer arbeitsmarktlichen Massnahme (AMM) für Stellenlose an. Dazu gehören in den Regionen Bern-Mittelland und Biel/Bienne-Seeland-Jura die Programme AMM Berner Stellennetz, AMM Coaching und AMM Lehrstellencoaching.

Erfahrungsbericht

Ein Leben im Dienst der Mitmenschen

Schwester Margrit Lauber hat ihr Leben Gott und dem Dienst an ihren Mitmenschen gewidmet. Seit über sechzig Jahren ist sie Mitglied der Schwesterngemeinschaft der Stiftung Diaconis. Die heute 84-Jährige erzählt, weshalb sie sich am Anfang gegen ihre Berufung sträubte und wie sie ihren Alltag als Diakonisse (er)lebt.



«Nur das nicht!», dachte ich, als ich als Kind in Frutigen zum ersten Mal Diakonissen begegnete. Ich sah sie jeweils am Sonntag, wenn sie am Gottesdienst teilnahmen. Sie trugen schwarze, lange Röcke und weisse Hauben, und ich erinnere mich, wie ich das faszinierend, aber auch äusserst seltsam fand. Dass sie in der Pflege im Spital in Frutigen arbeiteten, war das Einzige, was ich über die Diakonissen wusste. Diesen Berufswunsch hatte ich ebenfalls: Säuglingsschwester wollte ich werden. Während meiner Arbeit als Schwesternhilfe musste ich später aber feststellen, dass ich es nicht ertragen konn-

te, Kinder leiden zu sehen. Ihre Schicksale berührten mich zutiefst. Darauf entschied ich mich für eine Ausbildung zur Pflegefachfrau.

Es war mir ein Anliegen, mein Leben sinnvoll zu gestalten und in den Dienst Gottes zu stellen. Obwohl der Gedanke an ein Leben in der Diakonie da war, sträubte ich mich dagegen. Ich war 20 Jahre alt und wollte mich nicht binden. Ich wusste, mit dem Gelübde würde ich mich für eine Lebensaufgabe verpflichten. So begann ich die Ausbildung zur Pflegefachfrau als freie Schwester. Gott erinnerte mich aber immer wieder an meine Berufung. Als ich schliesslich Ja sagte zu seinem Ruf und in die Gemeinschaft der Diakonissen eintrat, fand ich inneren Frieden. Die Berufung ist für mich ein Geheimnis und schwer in Worte zu fassen. Sie ist am ehesten als eine tiefe innere Überzeugung zu beschreiben.

Bereut habe ich meinen Schritt nie, aber es gab natürlich Hochs und Tiefs. Wie in jeder langjährigen Beziehung. Meine grösste Krise musste ich überwinden, als ich nach verschiedenen Vorkommnissen in der Leitung für mich keinen Weg mehr in der Diakonie sah. Tief in meinem Inneren wusste ich jedoch stets: «Hier gehöre ich hin.» Diese Überzeugung, Gebete und viele Gespräche halfen mir schliesslich, meinen Platz in der Gemeinschaft wiederzufinden.

Meine Aufgabe als Pflegefachfrau hat mir immer grosse Freude bereitet. Besonders gerne habe ich mit den Patienten gescherzt und gelacht. Als ich zum Beispiel einmal Nachtdienst hatte, stieg mir beim Betreten eines Krankenzimmers ein ganz besonderer Geruch in die Nase. Ich stellte mich unwissend und fragte die Männer: «Weshalb riecht es hier so?» Sie antworteten: «Wir haben eine Birne gegessen!» Sachlich sagte ich: «Aha. Eine flüssige Birne.» Nun brachen wir alle in schallendes Gelächter aus. Die Patienten gaben zu, dass sie ihren Tee mit «Bätzi» süffiger gemacht hatten. Dafür hatte ich volles Verständnis, weil dem Tee tatsächlich meistens das Aroma fehlte.

Mittlerweile bin ich pensioniert und setze mich meinen Kräften entsprechend in unserer Schwesterngemeinschaft ein. Gerne begleite ich meine Mitschwestern, besuche sie, mache mit ihnen einen Spaziergang, lese ihnen vor oder bringe ihnen Blumen, die ich gepflückt habe. Im Rückblick auf meine vielen schönen und auch anspruchsvollen Dienstjahre danke ich Gott für seine gnädige Hilfe und Bewahrung.

Sr. Margrit Lauber



Rundschau

Organisation mit Gedächtnis

Nicht nur Menschen haben Erinnerung, sondern auch Organisationen. Bei Diaconis ist der bewusste und kritische Umgang mit diesen ein wichtiger Teil der Zukunftsgestaltung.

Das Diakonissenhaus Bern ist eine gut etablierte, ehrwürdige Einrichtung. Somit hat sie schon einige typische Phasen der Organisationsentwicklung durchlaufen: Die von Improvisation geprägte Pionierphase, die Differenzierungsphase, in der sich Strukturen festigen und die Integrationsphase, in der Pionierkraft und Rationalisierung zusammenkommen. In den Anfängen des Diakonissenhauses dürfte viel Enthusiasmus mit im Spiel gewesen sein, Überzeugung für die Sache und eine gewisse Unsicherheit in der Umsetzung. Die Not machte erfinderisch. Mit der Zeit wurde man trittsicher und konnte sich etablieren. Dabei baute sich auch ein Organisationsgedächtnis auf. Die bereits zurückgelegte Wegstrecke wurde zur Referenzgrösse für nächste Schritte. Ein Diakonie-Werk, welches seinen Auftrag aus biblischen und urchristlichen Vorstellungswelten herleitet und zudem noch von einer charismatischen Persönlichkeit wie Sophie von Wurstemberger gegründet wurde, dürfte sich bereits in ungewöhnlich jungem Alter erinnernd entwickelt haben, galt es doch immer wieder, aus den Wurzeln Inspiration und Mut für die Zukunftsgestal-

MIT ZUVERSICHT UND WEITSICHT

GEMEINSAM AUF ZU NEUEN UFERN

tung zu schöpfen. So ist die Erinnerung zum einen Herleitung des Daseins und seiner Berechtigung, zum andern aber auch Aufforderung und Legitimierung neuer Wagnisse.

Die Zeit bleibt nicht stehen und genauso wenig die Dinge, die sich in ihr bewegen. Nur wer sich dem konstanten Wandel anpasst, setzt sich durch. Unsere Stiftung ist davon nicht ausgenommen. Natürlich gilt es zu fragen, was vom Alten im Neuen drin ist, und was die Substanz ist, die sich durch die Zeit hindurch bewahren kann, oder ob nicht Wesentliches vergessen und damit verloren geht. Aber ebenso wichtig ist vermutlich eine Haltung der Gelassenheit gegenüber all dieser Flüchtigkeit. Dadurch dürfte sich die Bahn für eine positive Entwicklungsfähigkeit ebnen.

Im Rahmen unserer regelmässigen Arbeit mit Kadern und Mitarbeitenden setzen wir uns unter anderem auch mit Fragen zur Zukunftsorientierung ohne Vergessen von Herkunft und Werteorientierung der Stiftung auseinander. So haben wir uns in diesem Frühjahr basisdemokratisch für ein metaphorisches Jahresmotto entschieden. Dessen Kraft wollen wir uns nun immer wieder dienlich machen für die Reflexion unseres Unterwegs-Seins.

Einfach ausgedrückt: Ein anmutiges Bild in der Tasche ist uns Ankerpunkt für unser Unterwegs-Sein zwischen Nicht-Mehr und Noch-Nicht.

«Mit Zuversicht und Weitsicht gemeinsam auf zu neuen Ufern» – so lautet unser Motto. Maritim ist der Kontext unseres Bildes, geprägt von guter Laune, und nüchtern und ergebnisoffen bezüglich der Zukunft. Wer unterwegs ist, muss bisweilen die Unbestimmtheit aushalten – ein Sein auf unfassbar grossen und weiten Flächen irgendwo zwischen Erinnern und Vergessen.

Peter Friedli Stiftungsdirektor

Qualitätssicherung im Bereich Mensch und Arbeit

Besonders wenn man mit Menschen arbeitet und unterwegs ist über eine längere Zeit, ist es wichtig, dass die Qualität der Arbeit reflektiert wird. Als Stiftung Diaconis sind wir gesamthaft nach ISO zertifiziert, der Bereich Mensch und Arbeit (MAR) ist dies zusätzlich mit dem Produkt «arbeitsmarktliche Massnahme Berner Stellennetz SVOAM». Dabei geht es vor allem um die Managementprozesse, Abläufe, Evaluationen u.a.m. 2015 fand eine Rezertifizierung statt, bei der uns zum Beispiel zu-

rückgemeldet wurde, dass wir das Diaconis-Leitbild nicht in unseren Alltag einbeziehen würden. Darum führten wir Ende Mai einen MAR-internen Weiterbildungstag mit dem Thema «Übersetzung des Leitbildes in den Arbeitsalltag» durch. Als Team setzten wir uns mit dem Leitbild sowie mit unserem Jahresmotto auseinander und stellten erfreut fest, dass wir sehr leitbildnah unterwegs sind.

Darüber hinaus werden wir im Bereich arbeitsmarktliche Massnahmen (Berner Stellennetz, Coaching, Lehrstellencoaching) auch vom beco auf unsere Qualität hin geprüft. Anfang Juni waren zwei Personen des beco je einen Tag in Biel und Bern zu Besuch und beobachteten Kurssequenzen ebenso wie Erstgespräche und Coachingsitzungen. Die Rückmeldungen fielen erfreulich aus: Uns wurden hohe Professionalität, Ziel- und Teilnehmerorientierung sowie sehr gute Arbeitsmarktorientierung attestiert. Die Feedbacks von Seiten des beco waren sehr konstruktiv und helfen uns, permanent besser zu werden. Zusätzlich haben alle Mitarbeitenden des Bereichs MAR als eines von mehreren Jahreszielen festgelegt, sich gegenseitig zu «besuchen» und einander ebenfalls kollegiale Rückmeldungen zu geben. Denn: «Qualität ist kein Zufall, sie ist das Ergebnis von angestrengtem Denken und Handeln.» (John Ruskin, engl. Kunstkritiker)

Inés Roethlisberger Leiterin Bereich Mensch und Arbeit (MAR)

Zirkuszauber bei Diaconis

Bunte Luftballone, Drehorgelmusik, eine Clownin und süsse Versuchungen in Form von Cakepops und Caramels liessen keine Zweifel aufkommen: Der Zirkus ist zu Gast. Am 28. Mai und am 4. Juni hiess es im Rahmen der traditionellen Bewohnerfeste im Bistro des Haus Altenberg bzw. der Kapelle des Haus Oranienburg «Manege frei» für den Zirkus Valentino. Während einer Stunde





bot der Kleinzirkus, bestehend aus drei Artisten, den Gästen eine unterhaltsame und abwechslungsreiche Show. Hula-Hoop Reifen wurden dabei ebenso durch die Luft gewirbelt wie Gläser, mit denen die Artistinnen gekonnt, ohne auch nur eine Scherbe zu produzieren, jonglierten. Höhepunkt der Show war der Auftritt der Raubtiere: vier kleine Hunde und die «Raubkatze» Diego – ein gigantischer Kater mit erstaunlichen Fähigkeiten. Während die Hunde auf Befehl rollten, sprangen, sich duckten und mit den Artistinnen Balanceübungen zeigten, sorgte der Kater mit seinem Gehabe beim Publikum für grosse Furore. Auf Kommando klatschte er zum «High five» ab und zeigte sich trotz seiner beachtlichen Masse als Balance- und Kletterkünstler.

Mit einem tosenden Applaus verabschiedeten die zahlreich erschienenen Gäste die Artisten, um anschliessend bei Speis und Trank das Fest ausklingen zu lassen.

Barbara Turina Leiterin Führungsunterstützung und Kommunikation

Persönlich

Abwechslungsreiche Menüs, freundlicher Service, perfekt gereinigte Zimmer, saubere Berufskleider – als Leiter Hotellerie bei Diaconis sorgt Jürg Geissbühler mit seinem Team für ein vielfältiges Dienstleistungsangebot. Wichtig ist ihm bei seiner Arbeit sein Credo: «Ein Lächeln verbindet».



Früh schon war mir klar, dass ich Koch werden wollte. Grund dafür war nicht nur meine Freude an kulinarischen Köstlichkeiten, sondern auch mein Wunsch. kreativ arbeiten zu können. Was ich während meiner Arbeit als Koch dann aber vermisste, war der Kontakt zu den Gästen. Daher entschloss ich mich, zusätzlich die Hotelfachschule zu absolvieren, um anschliessend an der Front arbeiten zu können. In meiner Hotelkarriere hatte ich mit vielen Berühmtheiten zu tun. Adlige, Staatschefs und auch Rockstars gehörten zu meinen Gästen. Einige von ihnen sorgten mit ihren Extrawünschen immer wieder für unterhaltsame Episoden. Eines Tages war zum Beispiel ein Prinz im «Bellevue» in Bern zu Gast, der Brot über alles liebte. Als zu Beginn des Essens Brot aus dem Korb dargeboten wurde, nahm sich der Prinz nicht nur eine Scheibe auf sein Tellerchen, sondern gleich den ganzen Laib. Mit der Bemerkung «I like Swiss bread» strahlte er mich an, als hätte er das ganze Leben auf diesen Moment gewartet.

Nach einigen Jahren im Hotel wechselte ich in die Hotellerie im Bereich Gesundheitswesen, wo ich nun seit 23 Jahren arbeite. Unter anderem war ich Leiter der sieben Restaurationsbetriebe des Inselspitals Bern mit damals 1'500 Sitzplätzen (dies bedeutet, dass man während ca. vier Jahren jeden Tag auf einem anderen Stuhl sitzen könnte). Von meiner Art her bin ich auch im Gesundheitswesen ganz Hotelier geblieben. Täglich mit Menschen zusammen zu arbeiten und ihnen gute Dienstleistungen bieten zu können, macht mir Freude.

Bei Diaconis beschäftige ich mich auch intensiv mit den Bedürfnissen und Anliegen unserer älteren Bewohner. Dabei hilft es mir sehr, dass ich bereits in jungen Jahren in Kontakt mit dem Thema Alter gekommen bin. Als Nachzügler mit 17 Jahren Abstand zu meinen beiden Schwestern kam ich 1963 im Berner Frauenspital zur Welt. Meine Mama zählte bereits 45 Jahre und mein Papa 51 – für diese Zeit nicht gerade junge Eltern. Bewusst wurde mir diese Tatsache erst im Kindergarten, als ich darauf angesprochen wurde, ob mich mein «Grosi» begleite und wo denn meine Mama sei. Stolz erwiderte ich: «Das isch dänk mi Mama». Aber ich machte mir natürlich Gedanken, wieso diese Frage kam und verglich meine Mama mit den anderen Frauen, die ihre Kinder begleiteten. Ich bemerkte zwar, dass meine Mama und mein Papa älter aussahen als die andern, gestört hat mich dies aber nie, denn ich konnte von der grossen Lebenserfahrung der Eltern profitieren.

Meine Freizeit verbringe ich gerne mit meiner Familie. Meine Frau arbeitet als Pflegefachfrau bei der Spitex im Abklärungsteam, unser Sohn lernt FAGE, und unsere Tochter geht noch zur Schule. Am Wochenende steht der Familientisch im Zentrum. Wir unterhalten uns über die vergangene und kommende Woche. Meinen Kopf leere ich beim Joggen und Fischen. Insbesondere beim Fischen kann ich total abschalten: Eins sein mit der Natur und fokussiert auf den Angelrutenspitz oder den Zapfen hat für mich meditativen Charakter. Joggen hilft zudem, dass mein Körpergewicht nicht ins Unendliche steigt, da Essen und ein gutes Glas Wein Steckenpferde von mir sind.

Prägend für mich ist das Zitat von Charles Darwin: «Es ist nicht die stärkste Spezies, die überlebt, auch nicht die intelligenteste, sondern eher diejenige, die am ehesten bereit ist, sich zu verändern.» Dies gibt aus meiner Sicht die Zeit wieder, in der wir leben. Morgen wird, etwas überspitzt gesagt, alles ganz anders sein als heute. Als sichere Komponente bleibt die Beständigkeit des Wandels.

Jürg Geissbühler Leiter Hotellerie

Seitenblick

Der Knopf im Taschentuch

Jean-Daniel Gross ist Denkmalpfleger der Stadt Bern. Wie wichtige bauliche Zeitzeugen und verantwortungsbewusste Bauherrschaften für unsere Zukunft sind, erklärt er im «Seitenblick».



Erinnerung geschieht im Kopf, daran besteht kein Zweifel. Daher kann das Wissen um Vergangenes verblassen oder verloren gehen. Unterstützung für unser Erinnerungsvermögen finden wir in der materiellen Welt, in jenen Dingen, die uns – als Personen oder als Gesellschaft – an unsere persönlichen Geschichten und an unsere gemeinsame Geschichte erinnern. Doch unterliegt unser Erinnerungsvermögen nicht nur dem Vergessen, es ist auch einem steten Wandel unterworfen. Die Hirnforschung weist nach, dass Erinnerung nicht wie eine Fotografie oder ein Film funktioniert, den wir im Kopf abspeichern. Wünsche, Ängste oder zwischenzeitliche Erfahrungen verändern die Erinnerung und damit unser Verständnis der Welt.

Dass uns die Erinnerung nicht nur verlassen, sondern auch täuschen kann, ist eine beunruhigende Erkenntnis, weil die kollektive Erinnerung nichts weniger als unsere Zukunft bestimmt! Wir treffen unsere Entscheidungen auf der Basis individueller und gemeinsamer Erfahrungen und diese Erfahrungen sind Erinnerung – und diese kann uns täuschen oder ganz verloren gehen. Nicht zu vergessen reicht daher nicht, wir müssen uns auch «richtig» erinnern. Und wir müssen uns als Gesellschaft immer wieder einigen, wie und an was wir uns erinnern und was das für uns bedeutet. Dazu brauchen wir Hilfe. «Ich mach mir einen Knopf ins Taschentuch» sagen wir, wenn wir etwas nicht vergessen wollen.

Die Denkmalpflege ist so ein Knopf im Gewebe der Geschichte. Indem die wichtigen baulichen Zeugen bestimmt und in Inventaren aufgeführt werden und indem

diese Bauten sorgfältig in die Zukunft getragen werden, bleibt unsere Lebenswelt – Städte, Dörfer oder Einzelbauwerke – erkennbar und erlebbar. Die Berner Altstadt erinnert uns zum Beispiel an die grosse Zeit der Respublica Bernenis, als Bern der grösste Stadtstaat nördlich der Alpen war und ein Gebiet vom Aargau bis an den Genfersee beherrschte.

Die Stiftung Diaconis besitzt in Bern gleich eine ganze Reihe hervorragender Baudenkmäler. Sie alle zeugen von einem ganz spezifischen Teil unserer Geschichte. Mit der Villa Sarepta wird die Geschichte des Grossbürgertums erzählt, das gegen Ende des 19. Jahrhunderts mit prächtigen Wohnbauten ausserhalb der Aarehalbinsel markante architektonische Zeichen setzte. In der Villa Ulmenberg, die in den Jahren 1923/24 errichtet wurde, ist Geschichte gleich mehrfach fassbar. Neben seinem architektonischen Wert zeugt das Haus von der sozialen Verantwortung für ältere Menschen, der sich auch die Stiftung Diaconis verschrieben hat. Heute verbringen hier pensionierte Diakonissen ihren wohlverdienten Ruhestand. Ein weiteres Baudenkmal gab die Stiftung 1949/50 selber in Auftrag. Es handelt sich um die Kirche am Aarehang unterhalb der Schänzlistrasse, die im Bauinventar als «qualitätsvoller, feingliedriger Bau der Nachkriegszeit in selten anzutreffender Stiltreue und formaler Einheitlichkeit» beschrieben wird.

Die auf Langfristigkeit angelegte, oft unspektakuläre Arbeit der Denkmalpflege stellt sicher, dass diese Bauten heute und in Zukunft als Zeit- und Kulturzeugnisse erlebt und genutzt werden können. Ohne verantwortungsbewusste und engagierte Bauherrschaften würde dies jedoch nicht gelingen.

Die Stiftung Diaconis ist eine solche Bauherrschaft. Mit ihren Bauten pflegt sie nicht nur die Erinnerung an ihre eigene Geschichte, sondern trägt genauso zum Verständnis der sozialen, der städtebaulichen und der architektonischen Entwicklung der Bundesstadt bei. Dass uns dieses Wissen in Form von Bauwerken zur Verfügung steht, stellt eine Ressource dar. Aus ihr schöpfen wir, wenn wir unsere heutigen Entscheidungen treffen und die Zukunft gestalten.

Jean-Daniel Gross Denkmalpfleger der Stadt Bern



Diaconis-Kurse und -Veranstaltungen bis Frühling 2017

Einmal pro Monat, Montag- oder Freitagabend 19.30–20.45 Uhr **Meditationsabend** (Flyer liegt im Mutterhaus auf)

Als Fortsetzung für Personen, die an den Exerzitien im Alltag teilgenommen haben und weiter in einer Gruppe dabei sein möchten.

Leitung: Sr. Lydia Schranz oder Vreni Amweg, StadtCommunität Don Camillo Bern.

Auf Anfrage

Persönliche geistliche Begleitung

Wenden Sie sich direkt an Sr. Lydia Schranz, Diakonisse, Ausbildung in Exerzitienleitung und geistlicher Begleitung. T 079 247 77 51, lydia.schranz@diaconis.ch

Samstag, 5. November 2016 09.00–15.00 Uhr Begegnungstag der Stiftung Diaconis Wohnen-Pflege Oranienburg, Schänzlistrasse 15:

Cafeteria, Referate, Lesung, Showküche/Degustationen, Informationen über die Schwesterngemeinschaft und die Stiftung Diaconis.

Mutterhaus, Schänzlistrasse 43: Traditionelles Mittagessen und Verkaufsstand der Schwesterngemeinschaft.

Zudem finden geführte Rundgänge auf dem Areal statt.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Freitag/Samstag, 5./6. Mai 2017 2 Tages-Pilgerwanderung Nyon-Coppet-Genf

Wir erreichen – unterwegs auf dem Jakobsweg – unser Ziel: Genf Wir gehen mit leichtem Gepäck, machen Zwischenhalte und erhalten Impulse. Übernachtung im Hotel.

Leitung: Walter Wilhelm, Pilgerbegleiter EJW, Basel und Sr. Lydia Schranz.

Gottesdienste, Tagzeitengebete

Nähere Angaben finden Sie unter www.diaconis.ch. Die Angaben können auch über T 031 337 77 00 angefordert werden.

Weitere Informationen finden Sie auf www.diaconis.ch

Spenden

Mit einem Beitrag Ihrer Wahl unterstützen Sie Diaconis bei besonderen Anschaffungen oder speziellen Projekten wie zum Beispiel baulichen Massnahmen zum Wohle unserer Bewohnerinnen und Bewohner (Spendenkonto: PK 30-17770-0 / IBAN CH69 0900 0000 3000 1777 0).

Feedback, Anregungen

Wir freuen uns über Ihr Feedback. Ihre Hinweise und Anregungen helfen uns, das Magazin Einblicke noch besser auf Ihre Bedürfnisse abzustimmen und zu optimieren. Auch für Themenvorschläge sind wir offen. Vielen Dank für Ihre wertvolle Rückmeldung an Stiftung Diaconis, Kommunikation, Schänzlistrasse 43, 3013 Bern T 031 337 77 33, kommunikation@diaconis.ch

Impressum

Herausgeberin Stiftung Diaconis, Schänzlistrasse 43, 3013 Bern kommunikation@diaconis.ch www.diaconis.ch

Redaktionsteam

Anja Zani (Leitung bis 16.6.2016), Barbara Turina (Leitung ab 17.6.2016), Brigitte Becker Linder, Zoebeli Communications

Fotos

C. Eigenmann (Seite 6)
Pia Neuenschwander (Seiten 2 oben, 10, 12, 16)
Diaconis-Archiv (Seite 13)
iStock.com/PeopleImages (Seiten 1, 2 unten)
iStock.com/amagata (Seite 8)
Zur Verfügung gestellt (Seiten 3, 5, 7, 10, 15, 17)

Layout und Druck

Druckerei Jakob AG, Grosshöchstetten

Auflage

5'100 Exemplare

«Einblicke» erscheint zweimal jährlich

Männliche Bezeichnungen gelten auch für Frauen Weibliche Bezeichnungen gelten auch für Männer



Dieses Produkt wird auf umweltschonendem Papier gedruckt



diaconis

Nir healeiten Menschen

Sie betreuen Ihren Partner/Ihre Partnerin und möchten sich eine Auszeit nehmen? Sie möchten Ihre Mutter/Ihren Vater Ferienluft schnuppern lassen? Zur vorübergehenden Entlastung bieten wir für Ihre betreuungs- und pflegebedürftigen Angehörigen einen

Ferienaufenthalt bei Diaconis

Diaconis Wohnen-Pflege umfasst die vier Häuser Altenberg, Belvoir, Oranienburg und Villa Sarepta. Wir bieten unseren Bewohnerinnen und Bewohnern:

- > einmalige Lage inmitten der Stadt Bern und mit Sicht auf die Aare
- > gepflegte wohnliche Atmosphäre
- > Betreuungspersonal mit grosser fachlicher Kompetenz
- > Pflege auf individuelle Bedürfnisse angepasst

Sind Sie interessiert an unserem Angebot? Wenden Sie sich für ein unverbindliches Informationsgespräch an uns, wir beraten Sie gerne.

Stiftung Diaconis Wohnen-Pflege Schänzlistrasse 15, 3013 Bern, T 031 337 72 06, F 031 337 72 54 bewohneraufnahme@diaconis.ch, www.diaconis.ch



Wir begleiten Menschen

Stiftung Diaconis

Schänzlistrasse 43, 3013 Bern T 031 337 77 00, F 031 337 77 63 info@diaconis.ch, www.diaconis.ch PC 30-17770-0 / IBAN CH69 0900 0000 3000 1777 00



