

## Vorwort

Die Dunkelheit der Nacht ist für viele Bewohner/innen mit Angst und Unruhe verbunden. Erinnerungen und Gefühle aus der Vergangenheit werden lebendig und führen dazu, dass das Einschlafen schwer, manchmal sogar ganz unmöglich ist. Dies löst bei den betroffenen Menschen, aber auch beim Pflegepersonal erhöhten Druck aus, vielleicht sogar eine Medikamentengabe.

Kleine Rituale können helfen, den Übergang in die Nacht zu erleichtern.

Die Entwicklung eines Abendrituals wird an einem Beispiel aus Kaarst vorgestellt:

Es begann mit der Frage nach Abendritualen, die den Menschen von früher vertraut sind und ihnen beim Einschlafen geholfen haben. Gefragt wurde nach Abendliedern und -gebeten aus Kindertagen und Elternzeit.

Es wurde ersichtlich, dass nicht nur das Gebet, sondern auch der Segen eine große Bedeutung hatte. „*Es segne dich der allmächtige Gott, der Vater und der Sohn und der Heilige Geist*“ ist ein vertrautes Segenswort.

Dieses Wort in Verbindung mit der Geste des Kreuzzeichens weckt Erinnerungen an zu Hause und vermittelt daher Geborgenheit und Trost.

Die Beobachtung, dass das Abendgebet mit positiven Gefühlen verbunden ist, war der Anlass, das Abendritual einzuführen.

Die ersten Erfahrungen waren positiv: Manche Bewohner verbrachten eine ruhigere Nacht. Bei anderen war es schwierig, ein passendes Ritual zu finden.

Dabei sind Sensibilität und Aufmerksamkeit gefragt.

Damit eine Umsetzung gelingt, ist Folgendes zu beachten:

- 👤 Biografie der Bewohner/innen berücksichtigen
- 👤 Lieblingstexte und -gebete von den Bewohnern/innen erfragen
- 👤 Gebetstexte, laminiert, auf die Zimmer legen
- 👤 alle pflegenden Mitarbeitenden in die Durchführung einbeziehen

Mit dieser Sammlung von Ideen und Erfahrungen darf sehr kreativ umgegangen werden – vor allem personen- und situationsangepasst.

Gerne begleiten und unterstützen die Beauftragten in der Altenheimseelsorge Sie bei der Umsetzung vor Ort.

## Anregungen für die Gestaltung eines Abendrituals

## Segen

*„Es segne und behüte dich der gütige Gott, der Vater und der Sohn und der Heilige Geist.“  
Amen.*

Dieses Wort, langsam gesprochen, wird verbunden mit der Geste des Kreuzzeichens.

## Aaronitischer Segen

*Der Herr segne und behüte dich.  
Der Herr lasse sein Angesicht leuchten über dir  
und sei dir gnädig.  
Der Herr erhebe sein Angesicht über dich  
und gebe dir Frieden.*

## Kindergebet

*Müde bin ich, geh' zur Ruh',  
schließe beide Äuglein zu.  
Vater, lass die Augen dein  
über meinem Bette sein.*

*Hab ich Unrecht heut getan,  
sieh' es, lieber Gott, nicht an!  
Deine Gnad' und Jesu Blut  
machen allen Schaden gut.*

*Alle, die mir sind verwandt,  
Gott, lass ruhn in deiner Hand.  
Alle Menschen, groß und klein,  
sollen dir befohlen sein.*

*Kranken Herzen sende Ruh,  
nasse Augen schließe zu,  
lass den Mond am Himmel steh'n  
und die stille Welt beseh'n.*

Mit dieser Sammlung von Ideen und Erfahrungen darf sehr kreativ umgegangen werden – vor allem personen- und situationsangepasst.

Gerne begleiten und unterstützen die Beauftragten in der Altenheimseelsorge Sie bei der Umsetzung vor Ort.

Anregungen für die Gestaltung eines Abendrituals

Psalm 23

*Kehrs*

Der Herr ist mein Hirte;  
er führt mich an Wasser des Lebens.

Der Herr ist mein Hirte,  
nichts wird mir fehlen.

Er lässt mich lagern auf grünen Auen  
und führt mich zum Ruheplatz am Wasser.

Er stillt mein Verlangen.

Er leitet mich auf rechten Pfaden,  
treu seinem Namen.

Muss ich auch wandern in finsterner Schlucht,  
ich fürchte kein Unheil,

denn du bist bei mir,

dein Stock und dein Stab geben mir Zuversicht.

Du deckst mir reichlich den Tisch  
vor den Augen meiner Feinde.

Du salbst mir mein Haupt mit Öl,  
du füllst mir reichlich den Becher.

Lauter Güte und Huld werden mir folgen  
mein Leben lang,  
und im Hause des Herrn darf ich wohnen  
für lange Zeit.

Ehre sei dem Vater und dem Sohn  
und dem Heiligen Geist,  
wie im Anfang, so auch jetzt und alle Zeit  
und in Ewigkeit.

Amen.

*Kehrs*

Der Herr ist mein Hirte;  
er führt mich an Wasser des Lebens.

ALTENHEIMSEELSORGE  
www.altenheimseelsorge-koeln.de

Idee von Frau Krückels,  
Begleiterin in der Seelsorge im  
Vinzenz-Haus in Kaarst;  
bearbeitet von Dorothea Polaczek



Vorwort

Horizontal lines for writing the preface.

ALTENHEIMSEELSORGE  
www.altenheimseelsorge-koeln.de

Idee von Frau Krückels,  
Begleiterin in der Seelsorge im  
Vinzenz-Haus in Kaarst;  
bearbeitet von Dorothea Polaczek

