



Pfarrdienst leben

Der Pfarrdienst lebt im Spannungsfeld zwischen dem Auftrag der Kirche und vielfältigen Erwartungen, zwischen öffentlichem Amt und gelebter Frömmigkeit, zwischen Verheißung und real erlebten Mühen – so benannt im Projekt: „Kirche, Gemeinde und Pfarrdienst neu denken“

Was heißt in diesem Kontext Salutogenese ...?



Aus: Bildungsportal - Salutogenese

Salutogenese - Gesund im Pfarramt

Was bedeutet das für den Pfarrdienst? Nun Salutogenese möchte Berufszufriedenheit und Gesundheit im Pfarrdienst als Thema in der Landeskirchen in Württemberg wahrnehmen im Sinne von

- Was läuft nicht rund?
- Wo sind meine Ressourcen?
- Was kann ich ändern?
- Was muss ich ansprechen?
- ...

„Wie gelingt es, gesund zu bleiben – im Alltag, dann, wenn Termine sich non-stop jagen: – vor Ostern, - vor den Sommerferien, - im Herbst – oder im Advent. Was hilft dazu, dass Pfarrer und Pfarrfrauen in ihrem Beruf gesund und zufrieden sind und „glücklich“ arbeiten können.



und zufrieden sind und „glücklich“ arbeiten können.

Gesundheitsmanagement – Gesundheit in Organisationen – Salutogenese – wie bleibe ich fit?

Bildquelle: original_clipdealer.de (Bildungsportal Salutogenese)

Es sind Worte in aller Munde und große Aufträge: Und gleichzeitig wissen wir alle: Gesundheit kann man nicht machen: Junge Menschen

werden krank, obwohl sie viel für Ihre Gesundheit getan haben. Andere genießen alles, was ungesund ist und werden steinalt.

Leben und Gesundheit bleiben ein Geschenk und sind letztendlich zu einem gewissen Anteil unverfügbar.

Zum Wohlergehen gehören die individuelle Gesundheit, das persönliche Umfeld und die eigene Motivation.

Aber ebenso wichtig sind: Arbeit, Strukturen, das Pfarrhaus und die Arbeitsbedingungen; ebenso sind die Menschen, die uns vor Ort begegnen, entscheidend. Der Umgang mit Führungspersonen, Umweltbedingungen, Wertschätzung und Anerkennung sie tragen zur Gesundheit bei.



Welches nun sind die **Ressourcen**, die helfen, widerstandsfähig zu sein und zu bleiben – selbst wenn viele Stressoren den Alltag schwer machen. Der israelisch-amerikanische Medizinsoziologe und Stressforscher Aaron Antonovsky (1923-1994) hat dazu den Begriff **Salutogenese** in die Diskussion eingebracht. Für ihn war der Focus seiner Forschung nicht: „Was macht krank?“ (Pathogenese) – sondern umgekehrt war es sein Interesse, in Erfahrung zu bringen: „Was lässt Menschen gesund sein und bleiben. Was gibt Ressourcen?“

So ist **Salutogenese** ein Begriff, der vieles, das auch für die Aufgabe im Pfarrdienst wichtig ist, umfasst: Zum Beispiel

– so Antonovsky -

steigt die Wahrscheinlichkeit, gesund zu bleiben und Widerstandskraft zu besitzen, je stärker unser Kohärenzgefühl (sense of coherence) ist. Da geht es um die Fähigkeit, die Welt als zusammenhängend und sinnvoll zu erleben und die vorhandenen Ressourcen so zu nutzen, dass sie zu der eigenen Gesundheit und zum alltäglichen Wohlfühl beitragen.

Salutogenese versucht, unnötige - oder gar unmögliche - Belastungen durch den Beruf zu thematisieren, zu minimieren und Pfarrer und Pfarrern zu stärken.

Dabei ist es wichtig ***vorhandene Ressourcen wahrzunehmen und zu festigen.***

Dazu gehören strukturelle Veränderungen und Rahmenbedingungen, aber auch persönliche Veränderungen.

Vieles ist auf dem Weg Gerne können wir mitdenken und beraten



Und ... wichtig:

Bald sind wir so weit - in Arbeit ist ein Angebot, bei dem ein kleines Team von Coaches und SupervisorInnen die Möglichkeit eines **anonymen Beratungs- und Coachingangebotes (aBC)** anbieten kann.

Bald dann mehr ...

Frau Dr. Anna Christ-Friedrich kann Lotse und Ansprechpartnerin für diese Themen sein.

Kontakt



Pfarrerin Dr. Anna Christ-Friedrich (MA)
Beauftragte für Salutogenese
Schellengasse 7–9, 74072 Heilbronn,
Tel. 07131 9644899
E-Mail: anna.christ-friedrich@diakonie-heilbronn.de