



## Verena Gräfin v. Plettenberg

... ist unter [www.krisenpaedagogik.net](http://www.krisenpaedagogik.net) zu finden. Sie bietet ab dem 16. Januar 2023 wieder online einen Krisenbegleiter-Kurs an. Anmeldung mit direktem Link: [www.kabdvmuennen.de/Veranstaltung/8804/](http://www.kabdvmuennen.de/Veranstaltung/8804/) oder [www.kabdvmuennen.de](http://www.kabdvmuennen.de), per E-Mail: [info@kab-dvm.de](mailto:info@kab-dvm.de) oder telefonisch 089/5525160

Krisenpädagogin  
Verena Gräfin  
v. Plettenberg:  
„Das Gespräch  
mit einer neutralen  
Person kann  
viel bewegen“

# Die gelbe Tapete

Wir alle kennen Krisen – als Gesellschaft, als Individuen. Und immer wichtiger wird es, sich ihnen kraftvoll zu stellen. **Martina von Brüning** traf die Krisenpädagogin **Verena Gräfin v. Plettenberg** in München

**D**as winzige Auto rast durch den dichten Münchner Verkehr. Am Steuer sitzt Verena Gräfin Plettenberg, Krisenpädagogin. Wir saßen gerade zwei Stunden in ihrem Nymphenburger Büro zusammen – zwanzig Minuten nach unserem Abschied kommt sie aus dem Haus und findet mich immer noch dort vor – das Taxi kommt nicht, mein Zug fährt gleich. Die Frau, die mir mit sanftem Blick und ungeheurer Ruhe Einblick in ihr Leben und ihren

Beruf gegeben hat, rennt mit mir zu ihrem Auto und braust los. Man glaubt sofort, dass sie Essen auf Rädern ausgefahren hat und später Hilfskonvois nach Bosnien begleitet hat.

## Aktives „Da-Sein“

Verena Gräfin v. Plettenberg wächst als Tochter von Dr. Wolfgang Luithlen und Maria Reichsgräfin v. Thun und Hohenstein im Rheinland auf, heiratet früh, geht mit ihrem Mann nach Lagos,

Nigeria. Nach zwei Jahren kehren sie zurück, es kommen vier Kinder. Da erkrankt eine gute Freundin. Verena Plettenberg begleitet die Sterbende und auch die Familie im Gespräch, mit Anwesenheit und praktischer Hilfe. Diese Form von aktivem „Da-Sein“ angesichts des Todes erkennt sie später in der Hospizbegleitung wieder und lässt sich ausbilden, wird dann selbst zur Ausbilderin. In ihrer ambulanten Zeit kümmert sie sich um eine junge Frau, die bereits aufgegeben hat und aufgegeben wurde – sie kann sich nur noch durch den Wimperschlag verständigen. „Das war eine Prüfung in Demut für mich, ich bin kein geduldiger Mensch – aber ich habe gelernt, dass das letzte Wort eines Satzes oft die Bedeutung des ganzen Satzes ausmacht. Wir meinen ja oft schon längst zu wissen, was der Andere sagen will!“

Abgesehen davon, dass sie der Patientin praktisch so helfen kann, dass sie Lebensqualität zurückgewinnt und noch Jahre lebt, nimmt sie diese Erkenntnis über die große Rolle des Zuhörens in der Kommunikation mit. Aus dem Freundeskreis kommen immer häufiger Fragen zum Umgang mit den alten Eltern – „Wie geht sterben?“ Eine Frage, die die Sterbenden und die Lebenden umtreibt. Den Sterbenden zur Seite zu stehen, den Lebenden eine vorweggenommene Trauerarbeit zu ermöglichen und auch praktisch zu helfen – das ist eines ihrer Themen.

Die Ausbildung zur Krisenpädagogin schließt sich auf natürliche Weise an, öffnet ihre Arbeit in den Alltag hinein: „Da, wo Menschen zusammenkommen, gibt es Krisen!“ sagt sie – in ihrem Besprechungszimmer sitzen Anlageberater, Physiotherapeuten, Menschen in sozialen Berufen, aber auch der Architekt, der sein Baustellenteam besser in den Griff kriegen möchte. Für manchen geht es um die monatliche Seelenshygiene zur Bewältigung des Alltags, andere überrascht Krankheit, Trennung, der Abschied von Beruf oder Kindern und reißt das Leben auf. Einsamkeit und Isolation sind mit Corona gekommen Vor allem die Lage in Krankenhäusern und Pflegeheimen war, wie Plettenberg noch heute aufgebracht sagt – „schlicht unmenschlich“. Seitdem schult sie vermehrt Pflegepersonal in Krankenhäusern und Pflegeheimen. Ihre lange Erfahrung haben sie zur Ansprech-

partnerin von vielen Institutionen gemacht, sie bildet für die Caritas und die Katholische Arbeiterbewegung aus, und hat den Förderverein der Palliativstation an der Harlachinger Klinik mitgegründet, der dieses Jahr sein 25 jähriges Bestehen feiert.

Nach dreißigjähriger Berufserfahrung sagt Verena v. Plettenberg heute: „Das Wichtigste ist, zu sehen – wen habe ich vor mir sitzen? Was ist für ihn oder sie möglich?“ Die eigenen Gefühle außen vor zu lassen, nichts einzureden, sondern zu erkennen, was wirklich helfen könnte – das sei die Aufgabe. „Den anderen loslassen, heißt ihm sein Los lassen“.

Sie legt Wert darauf, dass sie keine Psychologin ist, die Krisentherapie könne aber in vielen Fällen hilfreich sein. Das Gespräch mit einer neutralen Person, manchmal nur für wenige Stunden, kann viel bewegen. Die Situation ist oft nicht zu ändern, aber die Sichtweise der Betroffenen.

Oft geht es für ihre Patienten darum, wieder in die Selbst-Wahrnehmung und damit auch in die Selbstliebe zu kommen, für sich zu sorgen. Es täte ihr in der Seele weh, wenn Menschen am Ende ihres Lebens sagten: „Das war nicht mein Leben!“

## Was braucht ein Mensch, der immer gibt?

Die Natur ist ihre Kraftquelle, der Glaube ihre Seelenquelle, die Familie und immer wieder – der Beruf. Sie empfinde tiefe Dankbarkeit – für das, was ist. Und gelernt habe sie vor allem eins aus ihrer Arbeit: nichts auf die lange Bank schieben. Wie die Frau, die ihr Wohnzimmer nach ihrer Pensionierung immer gelb streichen wollte, dann aber krank wurde und starb. Verena von Plettenberg hält es so: „Wenn ich jemandem etwas Liebes sagen will, tue ich das jetzt.“ ■

Martina von Brüning, Jahrgang 1962, studierte Germanistik, Musik und Theaterwissenschaften. Seit 1997 lebt sie in Berlin und betreut die Pressearbeit vieler Musiker. Sie ist verheiratet und hat zwei Töchter

