

**Hoffnung geben, Hoffnung leben**  
**Impulse für Pflege, Therapie und Alltag**



Prof. Dr. Andreas M. Krafft  
 10. Juni 2026

1

**Gibt es Hoffnung?**



Quelle: Christian Wern



Quelle: Universität Hohenheim



Quelle: WDR



Quelle: Calcutt



Quelle: MSF - Arno Lorenz

2

2

### Eine Geschichte der Hoffnung – Christian Wenk



3

3

### Christian Wenk - Querschnittlähmung



4

4

### Christian Wenk - Radfahrer



5

5

### Christian Wenk - Ehemann



6

6

### Christian Wenk - Pianist



7

7

### Christian Wenk - Konzertant



8

8

### Christian Wenk - Arzt



9

9

### Christian Wenk - Hilfswerk



10

10

## Zeiten der Hoffnung



11

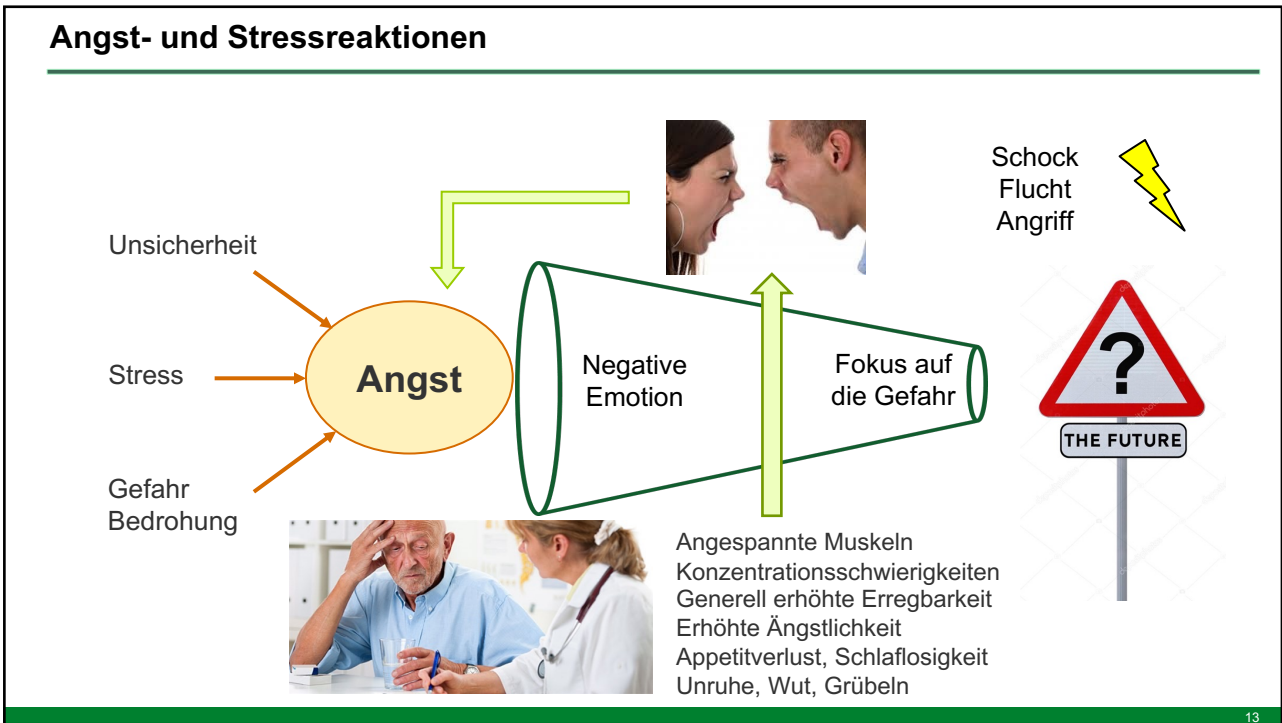
11

## Wahrgenommener Stress

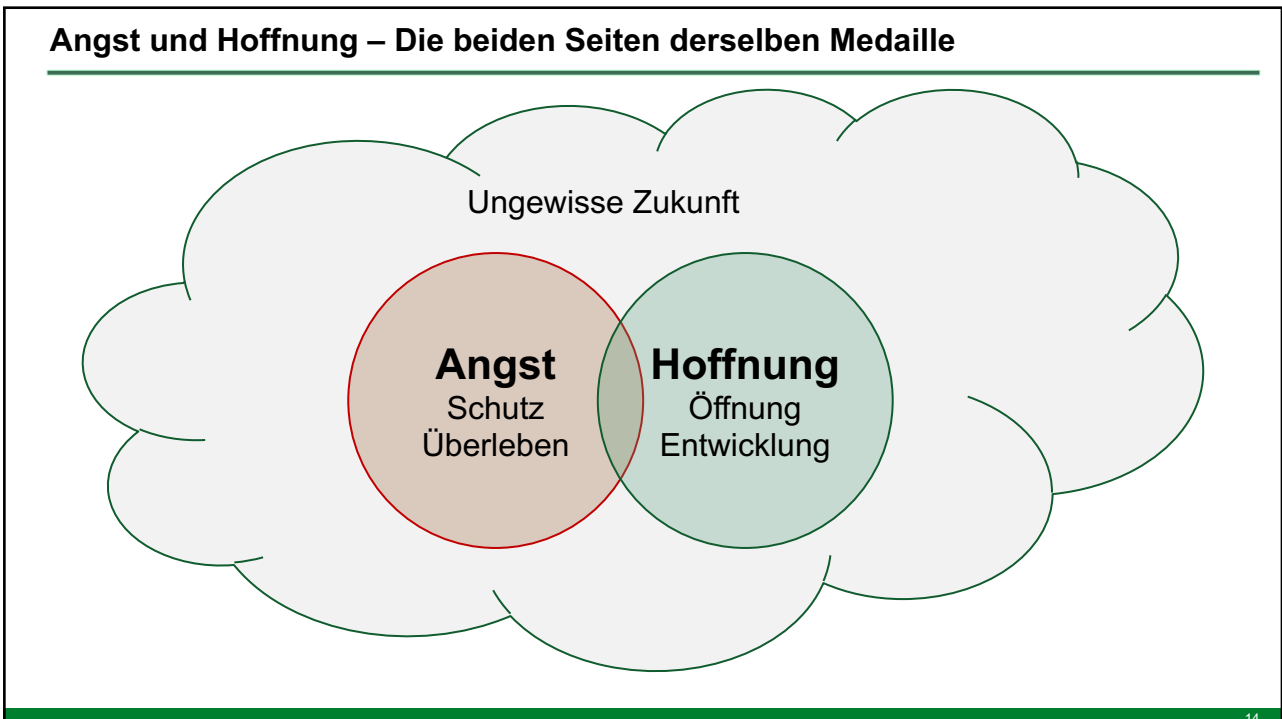


12

12

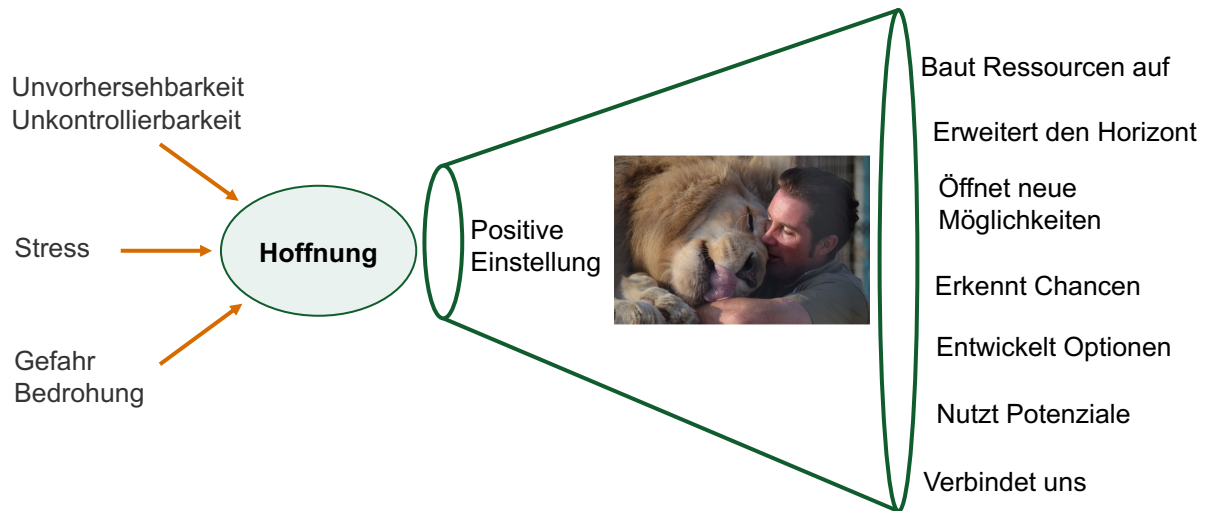


13



14

## Hoffnung öffnet den Horizont



15

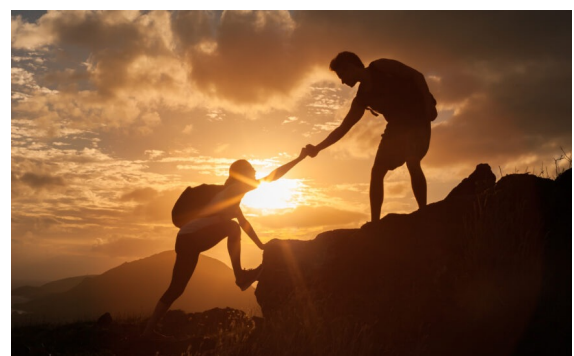
15

## Die beiden Seiten der Hoffnung

Hoffnung ist die Voraussetzung  
für Handeln ...

... und gleichzeitig ...

... die Anerkennung der  
eigenen Grenzen ...

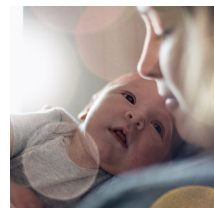
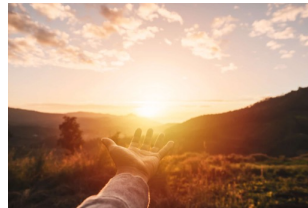


... was uns für Hilfsbereitschaft und Zusammenarbeit öffnet.

16

16

## Bilder der Hoffnung



17

17

## Arten von Hoffnung

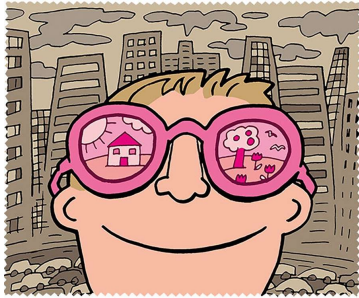
1. In Hoffnung leben – Dimension des **Seins**
2. Hoffen auf etwas – Dimension des **Tuns**
3. Hoffnung als ein Licht am Horizont – Dimension des **Werdens**
4. Hoffnung auf das Meistern des Sturms – Dimension der **Bewältigung**
5. Hoffnung in der Mensch-zu-Mensch-Beziehung – Dimension des **Verbindens**
6. Hoffnung und Hoffnungslosigkeit – **dialektische** Dimension

18

18

**Hoffnung und Optimismus**

**Optimismus**



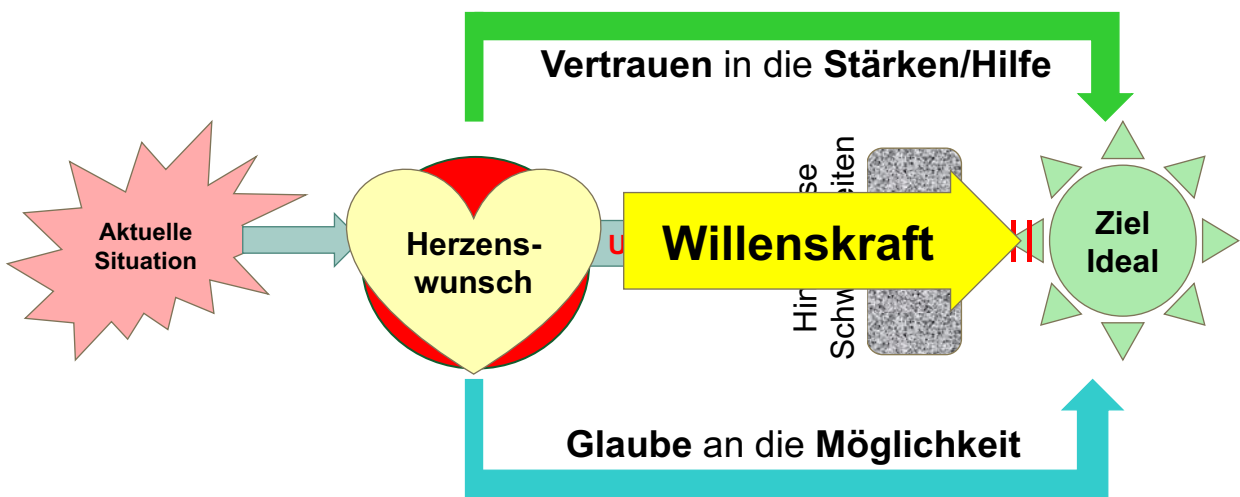
Alles wird gut!

**Hoffnung**



Wir können etwas verbessern

**Grundelemente der Hoffnung**



## Dimensionen von Hoffnung



Das Individuum



Soziale Beziehungen  
Gesellschaft



Gott  
Spiritualität

21

21

## Arten von Hoffnung

1. Hoffnung auf **Heilung** ist mit der Hoffnung auf ein Wunder als **Lebenskraft** verbunden.
2. Hoffnung auf ein so lange wie möglich **normales Leben** ist ein Ausdruck des **Lebenswillens** und der **Selbstbestimmung**.
3. Hoffnung auf gute und erfüllende **soziale Beziehungen** ermöglicht die **Selbstüberwindung**.
4. Hoffnung auf Versöhnung mit dem Leben und mit dem Tod ist durch einen **inneren Frieden** gekennzeichnet.

22

22

## Der Geist der Hoffnung in der Familie

1. **Realitätssinn:** So gut wie möglich wissen, was einen erwartet.
2. **Glaube und Vertrauen:** Immer den Gedanken aufrechterhalten, dass man es schaffen kann.
3. **Distanzierung von der Krankheit:** Die Erkrankung darf nicht alle Bereiche des Lebens einnehmen.
4. **Gegenwartsbezogenheit:** Jeden Tag so nehmen, wie er kommt.
5. **Präsenz:** Immer da sein.
6. **Hilfsbereitschaft:** Fürsorglich sein.
7. **Kraft auftanken:** Sich auch Zeit für sich selbst nehmen.
8. **Positives betonen:** Gute Augenblicke mit dem Kind erleben.

(Woodgate & Degner, 2003)

23

23

## Ärzte und Pflegepersonal als Quelle von Hoffnung

1. **Diagnose und Prognose** offen, ehrlich, aber einfühlsam vermitteln: Je nach persönlichen Bedürfnissen mit mehr oder weniger Details.
2. **Emotionale Unterstützung und Betreuung:** Den Patienten und Angehörigen versichern, dass sie während der ganzen Zeit gut betreut und unterstützt werden.
3. **Entwicklung sinnvoller Ziele:** Immer betonen, was noch gemacht werden kann auch dann, wenn spezifische Therapien nicht mehr möglich sind.
4. **Kontrolle physischer Symptome:** Möglichkeiten zur Verringerung von Nebenwirkungen und Schmerzen besprechen.
5. **Gestaltung des Lebensalltags:** Alle möglichen Gedanken und Ideen besprechen, die die Hoffnung im Alltag aufrechterhalten.



Clayton et al. (2005, 2008) und Shirado et al. (2013)

24

24



Vielen Dank!