



Wer Hilfe braucht, bekommt sie auch – anonym und rund um die Uhr bei der Telefonseelsorge. Seit 60 Jahren besteht die Einrichtung für Gießen/Wetzlar.

Es ist immer jemand zu sprechen

LEBENSHILFE Ob Einsamkeit, Angst, Armut oder Konflikte in der Partnerschaft: Bei der Telefonseelsorge findet jeder ein offenes Ohr

GIESSEN/WETZLAR (red).13335 Mal läutete das Telefon allein im vergangenen Jahr. Mehr als 35 Mal am Tag. Auch mitten in der Nacht. Und jedes Mal war jemand zu sprechen. Immer wieder ging es um Ehe- und Partnerschaftskonflikte, seelische Krankheiten oder Angst vor Armut. Vor allem aber um Einsamkeit. Für Menschen in Not gibt es die Telefonseelsorge Gießen und Wetzlar.

Pfarrer kennen sich in Krisensituationen aus. Auch der Propst für Oberhessen, Matthias Schmidt, weiß als erfahrener Seelsorger, wie er Menschen stützt. Für seinen Einsatz bei der Telefonseelsorge Gießen-Wetzlar braucht er aber eine gezielte Einweisung. Als Mitglied der Kirchenleitung der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau will er dieses seelsorgerliche Angebot unmittelbar kennenlernen. „Leitung an der Leitung“ heißt die Aktion anlässlich des 60-jährigen Bestehens der Telefonseelsorge im November. Bundesweit folgen Bischöfe und andere Mitglieder der Kirchenleitungen der Einladung.

Ratschläge sind tabu

Pfarrerinnen Martina Schmidt und Pastoralreferent Gerhard Schlett, beide ausgebildete Telefonseelsorger, nennen dem Propst die Grundsätze. Gespräche am Telefon bleiben immer anonym. Nur für die Dauer des Telefonats besteht der Kontakt. Auch Empfehlungen sind tabu, selbst wenn Anrufer oft Ratschläge erbitten, ergänzt Pfarrerin Schmidt. Anrufende sollen aber hören und spüren können, dass ihnen aufmerksam zugehört wird. Je nach Anliegen dauern die Gespräche unterschiedlich lang. Wenn sie sich im Kreis zu drehen beginnen, dürfen sie mit Verweis darauf zu Ende gebracht werden.

Nach einer technischen Einweisung in das computergestützte Telefonsystem wartet Propst Matthias Schmidt nun auf Anrufe. Selbstverständlich ist er dabei allein. Das Seelsorgegeheimnis wird gewahrt, keiner hört zu. Wie alle Mitarbeitenden der Telefonseelsorge unterliegt er der Schweigepflicht. Nach seinem mehrstündigen Dienst sitzt er mit einer Gruppe er-

fahrener Ehrenamtlicher zusammen. „Ganz großen Respekt“ hat er vor ihrer Tätigkeit. Ihn habe sein zweistündiger Dienst emotional stärker beansprucht, als er es sich vorher vorgestellt habe. „Was machst du da in deinem Leben? Das geht nicht!“ So hätte er am liebsten auf die ihm geschilderten Lebenserfahrungen reagiert. Doch seine Aufgabe sei es ja gewesen, aufmerksam zuzuhören und Ratschläge zu vermeiden.

Die ehrenamtlichen Beraterinnen und Berater, sie gehören zum Kreis der über 50, zumeist weiblichen Freiwilligen in der Region, schildern dem Propst ihre langjährigen Erfahrungen. Menschen in Not blickten auf unendlich verschlungene Problemknäuel. Sie übersähen die Fäden, an denen sie ziehen können, um das Gewirr selbst aufzulösen. „Im Aussprechen klärt sich schon etwas. Reden kann helfen.“

In den Telefonaten spiegeln sich aber auch zwei gesellschaftliche Probleme deutlich wider. Einsamkeit sowie Mangel im Gesundheitssystem. Viele Anrufer lebten alleine und hätten keinerlei soziale Kontakte mehr, sagt eine jüngere Beraterin. Zugenommen habe in den letzten



Probst Matthias Schmidt.

Jahren die Anzahl seelisch Erkrankter, denen keine angemessene Hilfe zu teil werde. Martina Schmidt und Gerhard Schlett wissen, dass viele Menschen sehr lange auf einen ambulanten Therapieplatz warten müssen. Fragwürdig finden sie, dass auf manchen psychiatrischen Stationen nachts oder am Wochenende statt ärztlicher Hilfe die Telefonnummer der Telefonseelsorge ausgegeben werde.

Keine Polizei

Droht ein Anrufer mit dem Selbstmord, wird es für die Beratenden besonders schwierig und belastend. Glücklicherweise kommt es selten vor. Doch sind im Ernstfall Fingerspitzengefühl und Gelassenheit gefragt. Jeder Anrufer muss sich auf absolute Verschwiegenheit verlassen können. Keinesfalls dürfe ein Dritter, also etwa Polizei oder Feuerwehr benachrichtigt werden. Ohnehin wird die Telefonnummer nicht angezeigt und kann nicht zurückverfolgt werden. Die Berater sind auf sich gestellt. Sie sollen einen Raum öffnen, um über die Tötungsabsicht zu sprechen. Wenn am Ende des Gesprächs der Suizid aufgeschoben wird, ist das ein gutes Ergebnis. Denn in zwei oder drei Tagen kann viel passieren. Letztlich aber gilt, „die Entscheidung treffen nicht wir hier in der Telefonseelsorge“, so Pfarrerin Schmidt.

Ehrenamtliche sind die Säulen der Telefonseelsorge. Manche von ihnen sprechen seit über 15 Jahren mit ihnen unbekanntem Menschen am Telefon. Kaum eine Schilderung menschlicher Krisen oder Abgründe ist ihnen noch fremd. Eine Mitarbeiterin berichtet, dass ihr nach vielen Jahren Erfahrung als Mitarbeiterin am Telefon eigentlich nichts mehr Angst macht. Wütend kann sie aber werden, wenn sie spürt oder hört, dass Anrufer sie zum Objekt ihrer sexuellen Fantasien

machen. Dann fühlt sie sich ausgenutzt und beendet das Gespräch schnell.

Intensiv sind die Freiwilligen mehr als ein Jahr auf ihre Aufgabe vorbereitet worden. In Einzelgesprächen und Seminaren werden über ihre Motive und ihre Eignung gesprochen und ihnen die Techniken des Seelsorgegesprächs vermittelt. Es geht um persönliche Stärken und Schwächen, sowie um die Grenzen der Belastbarkeit. Außerdem stehen psychologische Grundlagen und praxisorientiertes Training auf dem Stundenplan. Die Kosten der umfassenden Ausbildung, für die noch Plätze frei sind, werden von den kirchlichen Trägern bezahlt. Im Gegenzug verpflichten sich die Freiwilligen, wenigstens zwei Jahre monatlich drei Dienste mit einem Nachtdienst zu übernehmen.

Vor ganz neue Herausforderungen stellt die massenhafte Verbreitung von Mobiltelefonen die Telefonseelsorge. Handyanrufe sind anstrengender, weil sie akustisch schwerer zu verstehen sind. Spaßanrufe von Jugendlichen haben zugenommen. Martina Schmidt sieht das mit zwiespältigen Gefühlen, denn „selbst Lügengeschichten enthalten eine Spur von Wahrheit“. Hört sie den Schwindel heraus, erzählt sie den jungen Anrufern, wofür die Telefonseelsorge da ist. „Dann haben die gelernt, dass im Notfall auch für sie jemand da ist.“

Ganz Ohr zu sein für Sorgen und Ängste und doch immer Abstand zu wahren, ist Kern der Arbeit. „Ich muss mich abgrenzen, um nicht in den Ge-

fühlsstrudel hineingezogen zu werden“, weiß eine ältere Mitarbeiterin. Ob sie hilfreiche Rituale haben, fragt Propst Schmidt in die Runde der Ehrenamtlichen. Einigen hilft das Aufschreiben eigener Gedanken, sich auf die geschilderten Probleme zu konzentrieren und sie anschließend „wegzulegen“.

Hilfreich sei für sie das monatliche Beratungsgespräch, die sogenannte Supervision, erzählt jemand. Manchmal aber helfe nur ein kurzfristiger Anruf bei einem der hauptamtlichen Seelsorger. Ein anderer fährt mit dem Fahrrad nach Hause und fühlt sich durch die körperliche Anstrengung anschließend entlastet.

Eine Frau bekennt freimütig, sie könne im Gebet ihre „persönliche Belastung an Gott abgeben“.

Grundsätzlich ist das Angebot der kirchlichen Telefonseelsorge offen für alle, unabhängig von Religion, Konfession oder Nationalität. Getragen wird sie jedoch von der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau, den Evangelischen Kirchenkreisen Braunsfeld und Wetzlar gemeinsam mit den katholischen Diözesen Mainz und Limburg. Von ihnen kommt das Geld zur Finanzierung der Arbeit, vor allem zur Ausbildung und Betreuung der Ehrenamtlichen. „Kostbar“ nennt der Propst am Ende seines heutigen Besuchs der Telefonseelsorge diesen Dienst und verspricht zum Abschied, sich dafür künftig stark machen zu wollen. Damit immer jemand ans Telefon geht, wenn ein Mensch in Not ist.

FAKTEN

► Bei der Telefonseelsorge mitarbeiten? Mehr Informationen unter www.telefonseelsorge-giessen-wetzlar.de Die bundesweit gültigen Telefonnummern 0800/ 111 0 111 oder 0800/ 111 0 222 sind gebührenfrei. Sie erscheinen nicht auf der Telefonrechnung. Jeder kann anonym bleiben.



Foto: Fotolia.de - Axel Bueckert



Engagiertes Team: Gerhard Schlett und Martina Schmidt.

Fotos: Hartmann/ red