



TelefonSeelsorge

Anonym. Kompetent. Rund um die Uhr.

0800 111 0 111 oder
0800 111 0 222 ...

... sind die Nummern der Solinger Telefonseelsorge,
die seit 1977 in Not- und Krisensituationen zur Seite steht.

Wenn man einfach mal mit jemandem reden muss ...



Die Telefonseelsorge schenkt rund um die Uhr Zeit und liebevolle Aufmerksamkeit. Wenn Sorgen und Kummer bis hin zur Unerträglichkeit auf die Seele drücken, tut es gut, einfach mal zu reden, sich durchs Formulieren das Herz zu erleichtern.

Nicht immer aber ist jemand als Gesprächspartner zur Stelle. Menschen am Hörer der Telefonseelsorge bieten die Möglichkeit zu einem vertraulichen Gespräch. „Selbstverständlich anonym“, betont Karin Hakenberg, zweite Vorsitzende des Vereins, der ausschließlich ehrenamtlich arbeitet. Und genauso selbstverständlich bestehe Schweigepflicht über das, was der Anrufer oder die Anruferin am Telefon von sich preisgibt.

Seit zehn Jahren ist sie Teil des aktuell 45-köpfigen Teams und übernimmt dreimal im Monat eine Zeitspanne von vier Stunden, in der sie den Anrufenden ihre ruhige und empathische Aufmerksamkeit schenkt. Eine Aufgabe, der sie nach wie vor aus tiefem Herzen nachkommt und die sie erfüllt. „Es ist ein Geschenk, so intensiv in die Seele eines anderen Menschen hineinblicken zu dürfen“, sagt sie. „Immer wieder empfinde ich Dankbarkeit für dieses Vertrauen und wenn am Ende eines solchen intensiven Telefonats auch noch ein ehrliches ‚Danke‘ gesagt wird, tut das sehr gut. Das Ganze ist also durchaus ein Geben und Nehmen.“

Natürlich könne man in der Telefonseelsorge tief sitzende Lebens-Probleme nicht lösen, sagt sie. „Und ein Gespräch mit uns ersetzt keine Psychotherapie. Aber allein dadurch, dass jemand zuhört, antwortet und nachfragt, reflektieren viele Anrufer sich anders, als wenn sie mit sich allein bleiben“. Oftmals sähen sie plötzlich zuvor nicht gesehene Ansatzpunkte oder Wege aus festgeklopften Gedanken-Blokkaden und Grübel-Spiralen.

Menschen, die die Nummer der Telefonseelsorger wählen, haben sehr unterschiedliche Themen auf dem Herzen und kommen aus allen Generationen, sagt Karin Hakenberg. „Wir können das Alter ja nur anhand der Stimme schätzen, solche Dinge fragen wir bewusst nicht, das gehört alles zur gewollten Anonymität. Manchmal erzählt uns jemand mehr, manchmal weniger von sich, das ist ausschließlich seine Entscheidung.“

In den Gesprächen geht es um Beziehungsschwierigkeiten oder Trennungen, den Tod eines lieben Menschen oder um Suchtprobleme, seien es eigene oder die von Partnern oder Kindern. Oftmals steht aber auch mangelndes Selbstwertgefühl im Fokus, werden diffuse Ängste oder Schuldgefühle formuliert, kommen gescheiterte berufliche oder private Wege zum Tragen.

Was steckt hinter der Idee von Telefonseelsorge?

Es helfe, beschwerende Gefühle und Gedanken einmal auszusprechen, bringt Anette Berkholtz, die erste Vorsitzende der Solinger Telefonseelsorge, den Kern des Ganzen auf den Punkt.

Die Telefonseelsorge Solingen wurde vor 47 Jahren in der Freien evangelischen Gemeinde Solingen-Mitte von Pastor Wolfgang Dünnebeil gegründet. Heute ist sie ein eingetragener Verein mit knapp 50 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, der ausschließlich auf motivierte und sorgfältig geschulte Ehrenamtliche setzt. Eine Größe, die sich seit Jahren stabil hält: Ausscheidende Teamer konnten bisher immer wieder durch neue aus den regelmäßigen Ausbildungskursen ersetzt werden. „Wir freuen uns immer über Interesse an einer Mitarbeit“, sagt Anette Berkholtz.

Die TS-Solingen ist Mitglied von Telefonseelsorge Deutschland e.V.® mit Sitz in Berlin. Im Verbund mit der Telefonseelsorge Neuss, Düsseldorf und Wuppertal bildet sie die TS-Region Rheinland. Dadurch sichert sie die Qualität ihrer Arbeit sowie ihre kontinuierliche Weiterentwicklung.

Die Mitarbeitenden in Solingen erreichen nicht nur Anrufer aus der Klingenstadt, sondern auch aus dem Festnetzbereich von Burscheid, Leichlingen, Dabringhausen, Wermelskirchen und Teilen von Altenberg/Odenthal, Haan, Langenfeld und Remscheid. Nur durch diesen Verbund ist eine 24-stündige Erreichbarkeit gewährleistet. „Anders wäre das personell nicht hinzukriegen und genau diese Rund-um-die-Uhr-Präsenz ist ein Kernelement des Konzepts“, sagt Berkholtz. Angerufen werde vielfach dann, wenn alle anderen Möglichkeiten zu sprechen oder unter Menschen zu sein, wegfallen,

nämlich spätabends oder nachts. Auch an Tagen wie Weihnachten oder Silvester und auch an Sonntagen zeigt die Statistik, dass der Bedarf an Gesprächen besonders hoch sei.

Wie wird man Mitarbeiter oder Mitarbeiterin in der Telefonseelsorge?

Am Beginn der einjährigen Ausbildung steht das Ausfüllen eines Bewerbungsbogens, der über die Homepage. <https://telefonseelsorge-solingen.de/> herunterzuladen ist. Schon dieses Formular mit seinen Fragepunkten zeigt, wie elementar eine gute Selbsteinschätzung eigener Fähigkeiten ist, um für die Aufgabe telefonischer Seelsorge infrage zu kommen. Ein sich anschließendes persönliches Gespräch vertieft das Ganze.

Hilfsbereitschaft und Nächstenliebe im christlichen Sinne sind erforderlich. Die Motivation, bei uns mitzumachen, sei unterschiedlich, sagt Hakenberg. „Viele Mitarbeitende haben selbst Lebenskrisen durchlaufen und sind daran gewachsen. Nun möchten sie diese Resilienz einsetzen, um anderen zu helfen“, gibt sie ein Beispiel für eine mögliche Motivation, anonymen Telefongesprächspartner werden zu wollen. Es erfordere innere Stärke und Souveränität, sich auf Probleme anderer Menschen einzulassen. „Man muss viel von dem, was man hört, verarbeiten. Deshalb sind regelmäßige Supervisionen, die einmal im Monat stattfinden, Pflicht. „Es ist wichtig, sich selbst begleiten zu lassen, um den eigenen Akku immer wieder aufzuladen“, sagt Anette Berkholz. „Nur wenn man gut für sich selbst sorgt und damit stabil bleibt, kann man anderen Menschen etwas geben.“

Im einjährigen Kurs, der einmal wöchentlich in Abendstunden stattfindet und jeweils eine Zeitspanne von gut zwei Stunden umfasst, lernt man, gut und genau zu differenzieren. Selbsterfahrung und psychologische Grundkenntnisse stehen ebenso auf dem „Stundenplan“ wie Gesprächsführung und themenspezifisches Wissen.

Vor dem ersten eigenständigen Einsatz stehen acht Hospitationen bei erfahrenen Kollegen.

Sie haben Interesse und möchten die Telefonseelsorge gern unterstützen?

Schreiben Sie uns oder rufen Sie uns an: buero@telefonseelsorge-solingen.de
Telefon 0212 5992623.
telefonseelsorge-solingen.de



Wie oft hat man Dienst am Telefon?

Nach Abschluss des Ausbildungskurses wird erwartet, dass jede/r Mitarbeiter/in regelmäßig drei Dienste im Monat leistet. Die Dauer der Tag- und Nachtdienste beträgt 4 Stunden. Auch Fortbildungen sind verpflichtend. Sie finden viermal im Jahr statt.

Wie finanziert sich die Telefonseelsorge Solingen?

Die Finanzierung der Solinger Telefonseelsorge Solingen e. V. erfolgt ausnahmslos durch Spenden. Da alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie der Vorstand ausschließlich ehrenamtlich tätig sind, werden hierfür keine Zuwendungen an den Verein aufgebracht. Jede Spende bedeutet neben der Anerkennung der sozialen Arbeit eine unverzichtbare Hilfe zum Erhalt der Solinger TelefonSeelsorge e.V.

„Wir sind mit beiden großen Kirchen, sowohl der katholischen als auch der evangelischen Kirche, eng verbunden“, sagt Anette Berkholz. Inhaltlich, denn wir verstehen unser Tun als praktisch gelebte Nächstenliebe. Aber auch durch gelebte Freundschaft, die sich in der einen oder anderen Unterstützung spiegelt.

Text, Foto: Jutta Schreiber-Lenz



TelefonSeelsorge
Anonym. Kompetent. Rund um die Uhr.

Erreichbar rund um die Uhr:
0800 111 0 111
oder
0800 111 0 222

www.telefonseelsorge-solingen.de

Sie finden Sie uns auch auf facebook



Anzeigen

Claus' Schreinerei

Claus-Dieter Merx
Schreinermeister + Parkettlegermeister
Mitglied der „Initiative Zuhause Leben“

Schloßstraße 28–30
42719 Solingen
Telefon 0172-2011905
E-Mail claus.merx@gmx.de



Wir machen Ihren Alltag leichter!

»Optik«
LUDEWIGS & SCHWARZ
Contactlinsen, Hörgeräte, Moderne Augenoptik

Stresemannstraße 14 · 42719 Solingen
Postfach 19 04 05 · 42704 Solingen
Telefon (02 12) 31 40 67 · Tefefax (02 12) 31 88 82