

TELEFONSEELSORGE

DUISBURG MÜLHEIM OBERHAUSEN

JAHRESBERICHT 2007

TELEFONSELSORGE DUISBURG MÜLHEIM OBERHAUSEN

JAHRESBERICHT 2007

Beratung und Seelsorge

Notrufnummern 0800 / 111 0 111 und 0800 / 111 0 222

Krisenbegleitung 0203 / 22656

Mail-Beratung www.telefonseelsorge.de

Organisation, Verwaltung

Homepage www.telefonseelsorge-duisburg.de
www.telefonseelsorge-muelheim.de
www.telefonseelsorge-oberhausen.de

Telefon Büro 0203 / 22657

Fax 0203 / 2982652

Post Postfach 20 02 51, 47018 Duisburg

E-mail duisburg@telefonseelsorge.de

Bankverbindung

Evangelischer Kirchenkreis Duisburg
KD-Bank Duisburg (BLZ 350 601 90) Konto-Nr. 1010101014
Stichwort: TelefonSeelsorge

Zum Geleit

Neues und Altes hat unsere TelefonSeelsorge in den letzten zwölf Monaten bewegt.

Neu ist der monatliche Anstieg der Gespräche um 10 % auf 1.400, der uns an die Kapazitätsgrenzen von Zeit und Belastbarkeit bringt. Neu ist der Wechsel im katholischen Teil der Trägerschaft unserer ökumenischen Stelle, der nach Auflösung der Gemeindeverbände nun vom Caritasverband Duisburg übernommen wird und dank des Engagements aller Beteiligten gut funktioniert.

Neu ist die intensive Beschäftigung mit dem Thema „Alter und Krisen“, die in der Fachtagung anlässlich des 20jährigen Bestehens unserer Krisenbegleitung ihren Anfang genommen hat und uns seither im Blick auf Ratsuchende und auf die Fortbildung von Mitarbeitenden begleitet. Daher wird sich das Schwerpunktthema der Frage „Altern zwischen Lebenskrise und Lebenskunst“ widmen anhand zweier Beiträge der Fachtagung.

Altes bleibt – und gibt Kraft und Sicherheit, auch Neues in den Blick zu nehmen. So bleibt das hohe ehrenamtliche Engagement von 120 Menschen aus mehreren Generationen. So bleiben die hohe Akzeptanz unseres Dienstes am Telefon, in der persönlichen Krisenbegleitung und in der Mail-Beratung bei Ratsuchenden und in der Öffentlichkeit. So bleibt das finanzielle und das persönliche Engagement unserer kirchlichen Träger und unseres Förderkreises. Ein sichtbares Zeichen der Wertschätzung durch unsere Träger war die Verleihung des Hoffungspreises des Evangelischen Kirchkreises An der Ruhr an die Ehrenamtlichen unserer TelefonSeelsorge im Dezember 2006.

Allen, die sich bleibend engagieren als ehrenamtlich Mitarbeitende, als Mentorinnen, als kirchliche Träger, als Förderer und Spender, sagen wir von Herzen Danke. Allen, die unseren Dienst unter dem Siegel der Anonymität und Verschwiegenheit in Anspruch nehmen, sagen wir: Ihr Vertrauen ehrt uns.

15. September 2007

Olaf Meier
Dipl.Theol. Dipl.Psych.
Leiter der TelefonSeelsorge

Rosemarie Schettler
Dipl.-Sozialpädagogin
Leiterin der Krisenbegleitung

Beatrix Weber
Organisation der
TelefonSeelsorge

Altern zwischen Lebenskrise und Lebenskunst

Die Krisenbegleitung der TelefonSeelsorge Duisburg Mülheim Oberhausen hat 2006 ihren zwanzigsten Geburtstag gefeiert. Wir haben das zum Anlaß genommen, eine Fachtagung mit dem Titel „Altern – Lebenskrise und Lebenskunst“ auszurichten.

Dass Lebenskrisen und Suizid Kernthemen in der Krisenbegleitung und am Telefon sind, versteht sich von selbst. Aber warum die Verknüpfung Alter und Lebenskrise?

In der Krisenbegleitung und am Telefon können wir beobachten, dass die Altersstruktur derer, die uns in Anspruch nehmen, seit Jahren konstant ist. Die meisten sind zwischen dreißig und sechzig. Ausnahmen nach unten – und schon weniger nach oben – gibt es, aber sie sind eher selten.

Die Zahl der Suizide in Nordrhein-Westfalen ist in den vergangenen Jahren gesunken. Das entspricht dem Trend im ganzen Bundesgebiet. Parallel dazu steigt die Zahl der Suizide der über Sechzigjährigen. Je älter wir werden, umso größer wird rein statistisch die Möglichkeit, an Suizid zu sterben.

Aber: Während die Zahl der Selbsttötungen von Menschen über Sechzig überproportional steigt, bleibt die Zahl derer, die Beratungsstellen oder Krisendienste in Anspruch nehmen, einigermaßen konstant. Wie passt das zusammen? Wie kommt es, dass sich die wachsende Zahl der älteren Suizidanten nicht in den Statistiken der Kriseninterventionsdienste und TelefonSeelsorge ausdrückt? Gibt es etwas, was ältere Menschen davon abhält, Hilfsangebote zu nutzen?

Die Bedürfnisse der alten Menschen

Werden Kriseninterventionsdienste von suizidgefährdeten alten Menschen nicht wahrgenommen oder gar gemieden? Wenn das so ist, würde das dann heißen, dass wir unsere Beratungs- und Hilfsangebote auf die Bedürfnisse der Älteren anders zuschneiden müssen? Wie unterscheiden sich die Lebenskrisen im Alter von denen in jüngeren Jahren? Wie könnten Angebote aussehen, die von Älteren als hilfreich erlebt werden?

Ein wichtiger Schritt in der klassischen ambulanten Krisenintervention ist die Perspektiverweiterung da, wo der Blick durch die suizidale Einengung schmal geworden ist. Wie ist Perspektiverweiterung möglich für die Lebensphase, in der die Perspektiven altersbedingt zunehmend eng werden?

Zwar sind unsere Krisenbegleitung und TelefonSeelsorge fachlich und menschlich kompetent, jedoch: Für die Aspekte, die ältere Menschen bewegen, scheinen sie nicht differenziert und nicht spezifisch genug zu sein. Wir haben erlebt, dass es manchen alten Leuten in der Begleitungssituation schwer fiel, sich anzuvertrauen und Hilfe anzunehmen. Andere suchten eher eine andauernde Begleitung. Zwischen diesen Polen scheinen sich die Bedürfnisse von alten Menschen zu bewegen.

Dass wir alle immer älter werden, ist hinlänglich bekannt. Dass die Alterspyramide von der A-Form zur T-Form mutiert, ebenso. Dennoch beeindruckt es, dass die Zahl der über Neunzigjährigen in den letzten fünfzig Jahren um fast das zwanzigfache gestiegen ist. Das T hat einen stetig wachsenden, dicker werdenden Querbalken. Da leuchtet es ein, dass der Pfahl, der den Balken trägt, nicht verkümmern darf.

Die eine Seite der Medaille „Alter“ ist der Aspekt des Leids oder Leidens, die andere der Aspekt der Vitalität und der Selbstwerdung. Alt sein, so unsere Referentin der Jubiläumstagung, ist ebenso eine „heilige Aufgabe“ wie jung sein. Die Entwicklungsaufgabe ist dann das Ernten und das Reflektieren darüber, was einer gemacht hat aus seinem Leben. Ein zufriedenes Alter kann leben, wer sich zuvor den jeweils alters-typischen Lebensaufgaben gestellt und die Entwicklungsaufgaben der vorangegangenen Lebensphasen für sich zufrieden stellend gelöst hat. Wer immer noch hadert mit Versäumnissen oder Abläufen vergangener Jahre, wird nicht gelassen den nächsten Lebensabschnitt leben.

Die Phase der Aussöhnung

Die dem Alter zugeschriebenen Aufgaben Weiterentwicklung und Selbstwerdung haben beim ersten Hinhören einen wohltönenden und verlockenden Klang. Der Nachklang macht mit einem leichten Misston stutzig. Was verursacht diese Störung? Ist es die Erkenntnis, dass Wörter wie Weiterentwicklung und Selbstwerdung die Entwicklung zum Schlechteren nicht ausschließen? Selbstwerdung könnte ja auch bedeuten, ein Griesgram wird endlich deutlich griesgrämig, ein Geizhals offensiv geizig, eine Zicke ungeniert zickig. Die Kohärenz – das Stimmig-Sein mit dem eigenen Leben, die Individuation, das zu leben, was man ist – bringen sie immer nur das Beste nach oben? Können es nicht auch die engen, harten Züge sein, die im Alter zur Entfaltung kommen?

Die Phase des Alt-Seins wird manchmal einseitig positiv beschrieben. Wenn gesagt wird, die Zeit arbeitet an uns, dann tut die Zeit gut an uns. Wir reifen, aber wir verwelken nicht. Das Alter ist ein aktiver Prozess, nur wer lebt und einen Geschmack am Leben bewahrt, kann gut altern. Wenn das Leben nicht mehr schmeckt, wird man selbst ungenießbar. Das leuchtet ein und überzeugt.

Fazit: Alter ist Alter, nicht gut nicht schlecht. Es ist die Phase der Aussöhnung mit dem Gelebten und dem Ungelebten, dem Abgeschlossenen und dem Bruchstück, dem Verlust und dem Haben.

Alter ist Alter. Krisen im Alter sind wie alle Krisen Engführungen, in denen Altes nicht mehr passt, Neues noch nicht existiert. Sie bedeuten eine hohe Belastung und verlangen eine große Anpassungsleistung. Das Besondere der Krise im Alter ist die Zeit – man hat viel hinter und wenig vor sich. Welche Perspektiven sind noch möglich? Eine klassische Krisenbegleitung anbieten zu wollen angesichts des breiten Spektrums an Lebens- und Alterserfahrung scheint auf einmal eigenartig schmal angesichts der Fülle durchlebter und überstandener Lebensaufgaben.

Vielleicht geht es hier um Anderes als um ein neues Konzept, eine neue Angebotsstruktur für eine bestimmte Altersgruppe. Dass ältere und alte Menschen einfach nur in Ruhe gelassen werden wollen, das glaube ich nicht. Vielleicht konnte und kann unsere Beschäftigung mit diesem Thema ein Auftakt sein und ein Plädoyer dafür, Krisengeschehen unter dem Altersaspekt zuerst einmal ernst und gründlicher wahrzunehmen.

Rosemarie Schettler, Leiterin der Krisenbegleitung

Um den spirituellen Aspekt dieses Themas zu vertiefen, bot *Friedhelm Gensichen* im Rahmen dieser Fachtagung einen Workshop an. Er ist evangelischer Pfarrer und ehemaliger Leiter der TelefonSeelsorge Köln ev. und langjähriger Supervisor und Leiter von Besinnungstagen in unserer TelefonSeelsorge-Stelle Duisburg Mülheim Oberhausen. Der folgende Text ist ein kurzer Auszug aus seinem Workshop.

Älterwerden und Altwerden - ein Weg in die tiefere Wirklichkeit des Lebens

Das Älter- und Altwerden und die Frage nach der tieferen Wirklichkeit des Lebens verbindet religiös orientierte Menschen und solche, die sich für nicht religiös halten. Für alle ist die Zukunft offen – und die Frage nach der Sinnhaftigkeit ihres Lebens auch.

Dabei ist Altern als Lebenskrise und Reifungschance ein möglicher Weg. Er hilft mir dabei, die und der zu werden, der und die ich bin: Selbstverwirklichung. Selbstverwirklichung nicht als Ego-Verwirklichung, sondern im Sinne des größeren Ganzen, des Selbst, wie C.G. Jung es versteht, eben indem wir immer mehr die werden, als die wir gemeint sind.

Die dunklen Seiten des Lebens

Zur Selbstverwirklichung gehört auch die Integration des Schattens, meiner dunklen Seiten, die Anerkennung der Brüchigkeit und Gebrochenheit meiner Existenz, meiner Fragmentarität. Ich spüre beim Älter- und Altwerden das Nachlassen der physischen, psychischen und geistigen Kräfte, mache möglicherweise die Erfahrung von unheilbarer Krankheit und unbegreiflichem Leiden, also der dunklen Seiten des Lebens. Auch die Erfahrung der dunklen Seite Gottes, des größeren Zusammenhangs, in dem ich verflochten bin, wie immer ich diese Dimension nenne. Entspricht mein „kleiner“ Schatten dem „großen“ Schatten Gottes? Spiegelt der eine den anderen wider? Dann wäre ja Gott auch in meinem Schatten! Das finde ich tröstlich, auch wenn es nichts von der Dunkelheit nimmt.

Damit bin ich bei der tieferen Wirklichkeit des Lebens. „Älterwerden und Altwerden – ein Weg in die tiefere Wirklichkeit des Lebens“. Zur tieferen Wirklichkeit gehören die hellen und die dunklen Seiten des Lebens, alles, was das Alter uns an kostbaren Dingen und Möglichkeiten schenkt, was unser Leben hell macht und weitet, was unsere Beziehung zu uns selbst und zu anderen und ihre Beziehung zu uns reich macht, erfülltes Leben und Leben in Fülle.

Weiten uns auch die Dunkelheiten, das Unbegreifliche, das Leiden? Jedenfalls führen sie uns in die Tiefe, in die tiefere Wirklichkeit des Lebens. Die Mystiker und Mystikerinnen wissen darum. Johannes vom Kreuz spricht von der „dunklen Nacht“ und, als Paradox, vom „dunklen Licht“. Die sogenannte Leidensmystik ist oft pervertiert worden, weiß aber um die Zusammengehörigkeit des Leidens und einer anderen, nichtrationalen Sinnhaftigkeit des Lebens, einer anderen Dimension.

.....

Die tiefere Wirklichkeit

Das Älter und Altwerden nötigt mich, ich könnte auch sagen: hilft mir, meine Grenzen zu akzeptieren, Dinge zu lassen, Abstand zu gewinnen, allein zu sein, mich selber zu lassen, zu verlassen und einem Anderen zu überlassen. Es nötigt mich und hilft mir, mich der Weite jenes Anderen zu öffnen. „Er (Es) stellt meine Füße auf weiten Raum.“ (Psalm 39,1).

Altern – ein Weg in die tiefere Wirklichkeit des Lebens, in das Geheimnis des Lebens, in das Geheimnis Gottes. Ich kann das immer nur für mich sagen, für meinen Weg, nie für jemand anderen, und die zentrale Frage lautet für mich nicht: Warum geschieht mir das oder jenes? Sondern: Wohin will es mich bringen? Wohin will mich das Älter- und Altwerden bringen? Wohin seine Erfüllung, seine erfreulichen Seiten, seine Beglückung und Ganzwerdung, wohin seine Begrenztheit, seine Schwierigkeiten und Dunkelheiten, das Gefühl der Fremdheit, das Alleinsein, seine Brüchigkeit und Fragментарität, das Leiden, der Tod? Die Antwort kann jede und jeder von uns nur selber geben. Es gibt keine für alle geltenden, festgelegten, allgemein gültigen Antworten. Keine Antwort ist auch eine Antwort, eine Antwort, die in dem weiten Raum Gottes aufgehoben ist.

.....

Eines der eindrücklichsten Worte Jesu, ein Wort tiefer Gotteserfahrung, ist für mich: „Was ihr getan habt einem der Geringsten meiner Geschwister, das habt ihr mir getan!“ (Matthäus 25,40). In den Geringsten, Kaputten, Zerbrochenen, Leidenden und Behinderten begegnet mir Gott. Begegnet er mir, erfahre ich ihn auch in meinem eigenen Zerbrochen- und Kaputtsein, in meiner Krankheit, meinem Leiden, meiner Verlassenheit und Verzweiflung? Vielleicht ist das eine der tiefsten Gotteserfahrungen, heute würden wir sagen, eine mystische Erfahrung: Ich wende mich dem Zerbrochenen und Verlassenen, dem Geringen in mir zu und begegne in ihm Gott.

.....

Ich habe versucht, mich in meinem Erleben des Älter- und Altwerdens der tieferen Dimension des Lebens zu nähern. Mehr als ein Sich-Nähern ist uns nicht möglich und für mich auch nicht wünschenswert. Ich möchte das Geheimnis bewahren, weil es größer ist als ich, als mein Leben, weil es die Zukunft offen hält und weil ich mich in ihm geborgen wissen darf.

Friedhelm Gensichen

Zahlen und Interpretation

Im Folgenden werden kurz die wichtigsten Zahlen unserer Arbeit vorgestellt und in Kursivschrift interpretiert, gerade auch mit Blick auf die Dimension des Schwerpunktthemas „Altern zwischen Lebenskrise und Lebenskunst“.

- Die **Zahl der Anrufe** ist **um 10 %** von ca. 23.000 auf ca. 25.400 gestiegen, ebenso die Zahl der daraus resultierenden Seelsorgs- und Beratungsgespräche von 14.300 auf 15.750.

Der starke Anstieg der Anrufe könnte darin begründet liegen, dass seit Frühjahr 2006 die Mobilfunkgespräche aus dem D1-Netz rund um die Uhr die nächstgelegene Telefon-Seelsorge-Stelle erreichen – und nicht mehr wie vorher bundesweit stundenweise einigen Stellen zugeschaltet wurden.

- Täglich werden ca. sechzig Gespräche geführt – ca. drei pro Stunde.

Bei aller Fokussierung auf eine zentrierte Gesprächsführung und selbst bei unserer doppelten Besetzung des Telefons an 12 Stunden des Tages kommen wir an die Grenzen unserer zeitlichen Kapazitäten und der Belastbarkeit unserer Mitarbeitenden.

- Ca. 40 % der Anrufenden leben allein, ca. **12 %** sind **60 Jahre und älter**, dabei ca. **5 % 70 Jahre und älter**, mindestens 15 % der Anrufenden wenden sich regelmäßig, d.h. über ein Jahr lang an uns.

Daß im Vergleich zur Altersverteilung in der Bevölkerung relativ wenig Anrufende alt und sehr alt sind, könnte, so legen Vergleiche mit anderen Beratungsdiensten und Studien nahe, damit zusammenhängen, dass die jetzt 70jährigen das Telefon noch nicht als Kommunikationsmedium kennen- und schätzengelernet haben. (sog. Kohorteneffekt).

Etliche der regelmäßig Anrufenden sind ältere Menschen, denen der morgendliche bzw. abendliche Anruf bei der TelefonSeelsorge zur Tagesstrukturierung hilft.

- Bei den Themen bleiben zentral **Beziehungsfragen** (ca. 30 %), **psychische Erkrankung** (11 %), **Einsamkeit** (7 %), **Sinn/Orientierung** (8 %). Ausdrücklich thematisiert wird **Suizid** in 1 % der Gespräche.

Hier gibt es keine gravierenden Veränderungen. Die Prozentzahl des Themas „Suizid“ scheint klein, bedeutet aber konkret, dass jeden zweiten Tag diese Frage am Telefon angesprochen wird.

- In der **Internet-Beratung** stieg die Zahl der Mails im Jahr 2006 um knapp 30 % von 203 auf 263, davon 40 % Erstkontakte und 60 % Folgekontakte. 50 % der Mailenden sind bis 30 Jahre, 2 % 50 bis 60 Jahre, keine/r älter.

Was vom Telefon vermutet wird, gilt umso mehr vom Internet: Die Alten von heute nutzen kaum dieses Medium. Wenn die heute Jugendlichen alt werden, wird das anders sein.

- Die **Themen der Mailberatung** verteilen sich ähnlich wie am Telefon mit einigen eigenen Akzenten:
Suizid wird in ca. 7 % der Mails thematisiert, neuere psychische Erkrankungen wie Essstörungen und selbstverletzendes Verhalten sind Thema in ca. 4 % der Mailberatungen.

Die „neuen“ Themen entsprechen dem im Vergleich zum Telefon jüngeren Altersdurchschnitt der Ratsuchenden.

- Die Zahlen der **Krisenbegleitung** liegen mit 109 Anfragen etwas unter der Anzahl der Anfragen im Vorjahr (125). Angesichts des langen krankheitsbedingten Ausfalls von Rosemarie Schettler in der Krisenbegleitung zeigt diese immer noch hohe Anfragezahl den starken Bedarf an diesem Angebot. Mit 32 Begleitungen und 271 Kontakten, die sich aus den 109 Anfragen ergaben, sind die Zahlen im üblichen Rahmen.

Die Altersstruktur der Anfragenden (Schwerpunkt 30 bis 50jährige 44,1 %, über 60jährige 5,5 %) bestätigt, dass ältere Menschen in Lebenskrisen den Weg dieser Begleitung eher nicht suchen und wirft die Frage auf: Suchen sie überhaupt Hilfe und wenn ja: wo?

Schwerpunktt Themen in den Begleitungen bleiben die Begleitung von Angehörigen nach Suizid, Beziehungsprobleme und psychische Krankheiten.

- Unsere TelefonSeelsorge hat **125 ehrenamtlich Mitarbeitende** im Alter von 33 bis 79 Jahren. Das Durchschnittsalter ist 56 Jahre.

Wenn heute in der Politik Ideen zur Begegnung zwischen den Generationen (z.B. Mehr-Generationen-Haus) gefördert werden, so könnte TelefonSeelsorge als ein Mehr-Generationen-Projekt bezeichnet werden, denn hier engagieren sich mehrere Altersgruppen für Dritte und begegnen sich dabei sehr intensiv. Der Altersaufbau unserer TelefonSeelsorge entspricht heute dem Altersaufbau Deutschlands in ca. 10 Jahren und kann daher als Modell dienen, wie wenige Junge und viele Ältere zusammenwirken können. Fortbildungen wie „Wie gestalten wir unser Alter?“ – „Wi(e)der die Routine“ – „Des Lebens Ruf wird niemals enden“ qualifizieren dieses generationsübergreifende Teamwork..