

Telefonseelsorge Berlin e. V.

Jahresbericht 2010

Wir helfen auf die Beine ...



Inhalt

Grußwort	3
Die Telefonseelsorge Berlin im Jahr 2010	4
Schwerpunktthema 2011: Die Einsamkeit der Männer	6
Dienst am Notruftelefon: Die Kunst des Zuhörens	8
Ehrenamtlich am Telefon	10
Finanzen	11
Stiftung Telefonseelsorge Berlin	12
Würdigung ehrenamtlichen Engagements	14
Abschied aus dem Vorstand	14

Impressum

Herausgegeben vom Vorstand der Telefonseelsorge Berlin e.V., April 2011

Redaktion: Anselm Lange

Beiträge: Wolfgang Barthen, Sonja Müseler, Martina Kulms, Dr. Christoph Rhein

Fotos: dialogo/Schult de Morais, Jörg Kandziora

Druck: DeineStadtKlebt

Telefonseelsorge Berlin e.V.

Nansenstr. 27

12047 Berlin

Grußwort

Liebe Leserinnen und Leser,

„Stell Dir vor, Du rufst an, und keiner nimmt ab.“
Hat es das einmal gegeben? Die Zeit ohne Telefonseelsorge?
Ohne dieses beiden Nummern 0800 111 0 111 / 0800 111 0 222.

Bei mir begann das ganz absichtslos in einem Seminar in den Sechzigern. Thema: Tiefenpsychologie. Geleitet von Prof. Guido Groeger. Da saßen Theologiestudenten, die von einer eigenartigen, faszinierenden Nebenbeschäftigung erzählten: Nachtdienst am Telefon. Irgendwo in einem Bürogebäude am Bahnhof Zoo. Warten, dass es klingelt.

Die Erzählung der Mitstudenten zog mich an. Ebenso, wie das Beispiel der englischen „Samaritans“ eine Berliner Kirchen- und Medizinergruppe 1956 veranlasst hatte, die erste Telefonseelsorge Deutschlands zu gründen. Heute sind wir zwei in Berlin – die Telefonseelsorge Berlin e.V. und unsere Schwesterorganisation die Kirchliche TelefonSeelsorge Berlin-Brandenburg. Dazu weitere 105 Stellen in ganz Deutschland. Stell Dir vor, Du kannst einfach anrufen, und jemand nimmt ab!

Viel hat sich verändert. Von den Entwicklungen in unserer Telefonseelsorge lesen Sie in diesem Jahresbericht 2010. Das aber ist geblieben: Ein Mensch. Ein Klingelzeichen. Einer nimmt ab.

Ohne Sie, liebe Leserin, lieber Leser, die Sie ja auch unsere Spender sind und das ganze Werk am Laufen halten, ohne Sie wäre das nicht möglich. Schön, ach was, lebensnotwendig, dass Sie am anderen Ende da sind.

Ihr

Wolfgang Barthen | Vorsitzender



*Stell Dir vor, am
anderen Ende ist
einer für Dich da!*

Unsere Telefonseelsorge in 2010

Neue Herausforderungen, neue Wege

Die Telefonseelsorge Berlin schaut auf ein ereignisreiches Jahr 2010 zurück. Es war insbesondere geprägt durch eine Reihe von Veranstaltungen, die wir in dieser Form zuvor noch nicht durchgeführt hatten. Dazu zählen zwei „KulturReisen“ und eine Benefiz-Kunstauktion (mehr dazu auf den Seiten 12-13), ein „Tag der Offenen Tür“ sowie eine Fachtagung zum Thema „Suizid im Alter“.



Zahlreicher Besuch zum „Tag der Offenen Tür“

Ein Tag voller Begegnungen in der Geschäftsstelle am 9. Juni 2010 bot unseren Unterstützern und Freunden die Gelegenheit, die Räumlichkeiten, den Vorstand und das Team der Telefonseelsorge näher kennenzulernen. Wir wollten Einblicke geben in die Arbeitssituation vor Ort.

Der Einladung folgten mehr als 80 Personen, darunter auch Journalisten und Mitglieder des Berliner Abgeordnetenhauses. Den Abschluss des Tages bildete die Informationsveranstaltung „Einsamkeit - das kann mir nicht passieren?“, die rege besucht wurde.

„**Suizid im Alter**“. Angesichts der alarmierenden Suizidhandlungen bei alten Menschen richteten wir den Fokus unserer Präventionsarbeit im vergangenen Jahr auf das Thema „Suizid im Alter“.

Zentraler Baustein des Programms war eine Fachtagung am 18. November im Großen Saal des *Tagesspiegel*-Verlagshauses. Fachkompetente Podiumsgäste nahmen an der Veranstaltung teil, u.a. die



Podiumsgäste erörtern Präventionsmöglichkeiten

Gesundheitssenatorin Katrin Lompscher, der renommierte Altersforscher Prof. Dr. Norbert Erlemeier und die *Tagesspiegel*-Journalistin Caroline Fetscher. Sie beleuchteten die Thematik von verschiedenen Seiten her. Überlegungen wurden angestoßen, wie Politik, Medizin, Pflege und Medien zur Prävention beitragen können.

Gern senden wir Ihnen die Dokumentation des Fachtages, inkl. der Referate und Beiträge der Podiumsgäste, zu.

Unser „Dankeschön-Konzert“ in der Heilig-Kreuz-Kirche am 3. Oktober bildete die Konstante im letztjährigen Veranstaltungskalender. Das Konzert hat mittlerweile eine lange Tradition. Im vergangenen Jahr fand es bereits zum 14. Mal statt.

Einmal mehr begeisterte das Brandenburgische Kammerorchester Berlin unsere Gäste, denen wir mit dem Konzert Dank sagen für die Unterstützung unserer Arbeit. Wir danken den Mitgliedern des Orchesters und seinem Leiter Rainer Kimstedt sehr herzlich für ihr unentgeltliches Engagement.

Und wir danken dem Künstler Andreas Herrmann dafür, dass er auch im Jahr 2010 für jeden Konzertgast – ebenso unentgeltlich – ein handgefertigtes Kunstwerk schuf.

Somit konnten wir unseren Spendern doppelt danken: mit der Musik und mit einem kleinen Kunstwerk. Schließlich danken wir dem Verlagshaus Gruner+Jahr, das alle weiteren Kosten der Veranstaltung durch ein Sponsoring übernahm.



Mehr als 500 Gäste nahmen am „Dankeschön-Konzert“ teil

Anselm Lange | Geschäftsführer

Die Einsamkeit der Männer

Unser Schwerpunktthema im Jahr 2011

Seit Gründung der Telefonseelsorge im Jahr 1956 ist Einsamkeit - ungeachtet allen gesellschaftlichen Wandels - konstant einer der häufigsten Anrufanlässe. Am Telefon erleben wir dabei, wie unterschiedlich Männer und Frauen mit Einsamkeit umgehen. Frauen sprechen offen über ihre Einsamkeit. Für Männer ist es noch immer ein Tabuthema.

Und doch ist Einsamkeit hinter anderen Themen deutlich spürbar.

Der Sprachlosigkeit entgegenwirken

In diesem Jahr legen wir den thematischen Schwerpunkt unseres Präventionsprogramms auf die Einsamkeit der Männer. Wir möchten für die männliche Sprachlosigkeit in Krisensituationen sensibilisieren. Mit einer gezielten Öffentlichkeitsarbeit, einer Plakatkampagne und einer Informationsveranstaltung wollen wir mithelfen, dieser Sprachlosigkeit entgegenzuwirken.

Die Anonymität und die Rund-um-die-Uhr-Bereitschaft der Telefonseelsorge erleichtern den ersten Schritt, sich zu öffnen. Ein Anruf bei der Telefonseelsorge kann der Versuch sein, sich einem Menschen anzuvertrauen, sich zu entlasten und über weitere Impulse und Anregungen nachzudenken.

Sich die Chancen des Alleinseins bewusst zu machen, kann hilfreich sein, ebenso wie die Suche nach Möglichkeiten, der sozialen Einsamkeit zu entgehen.

Es ist bedrückend, sich nicht in Worte fassen zu können, wenn Scham- und Schuldgefühle verstummen lassen und daran hindern, sich Hilfe zu holen. Einsamkeit kann zu einer gravierenden seelischen Belastung, nicht selten bis zum Suizid, führen. Mehr als 2/3 aller Suizide werden von Männern verübt. Eine ungewöhnlich hohe Suizidrate zeigt sich sowohl bei jüngeren Männern als auch bei Männern über 60 Jahre.

Obwohl sich heranwachsende Männer viel in Gruppen aufhalten und nicht allein sind, leiden sie häufig unter innerer Einsamkeit. Junge Männer suchen nach neuen männlichen Lebensweisen. „Männlich“ bedeutet für sie stark und selbstbewusst, dabei attraktiv und dynamisch zu sein.

„Mir ist langweilig“, sagt der Jugendliche und drückt damit seine Einsamkeit aus.

Das Selbstbild junger Männer orientiert sich überwiegend an den Erwartungen aus dem Umfeld. Emotionalität ist für sie etwas für Frauen. Für Ängste, Unsicherheiten oder gar ein Scheitern findet sich keine Plattform. Einsamkeit muss kaschiert werden.

„Sinneinsamkeit“, der Sturz in eine Lebenssinnkrise, betrifft häufig Menschen im Umbruch und wird schnell mit persönlichem und sozialem Versagen gleichgesetzt.

Ältere Männer fallen nach Beendigung der Erwerbstätigkeit oder dem Tod der Partnerin oft in ein tiefes Einsamkeitsloch. Wie sehr sie darüber krank werden können, haben Wissenschaftler in unterschiedlichen Studien nachgewiesen.

Trotz allen Wandels ist die gesellschaftliche Rolle des Mannes immer noch durch Wertschätzung der Macht und Zurückweisung von Abhängigkeit definiert. Vor diesem Hintergrund stellt sich besonders für Männer die Frage nach der Gestaltung der gewonnenen Zeit.

Wie können Wissen und Lebenserfahrung noch eingebracht werden, und welche Antworten lassen sich auf die wiederkehrende Frage nach dem Sinn des Lebens finden?

Sonja Müseler | Psychosoziales Team



Dienst am Notruftelefon

Die Kunst des Zuhörens

In den inzwischen 55 Jahren seit der Gründung der Telefonseelsorge Berlin hat die politische, wirtschaftliche und soziale Realität unserer Gesellschaft viele Veränderungen erfahren. Das niedrigschwellige Angebot von Beratung zu jeder Stunde des Tages durch qualifizierte Ehrenamtliche umfasst heute alle Themen rund um die Fragen des Lebens.



*Gespräche auf Augenhöhe,
von Mensch zu Mensch*

Gesellschaftliche Entwicklungen spiegeln sich in den Inhalten von Ausbildung, Supervision und Weiterbildungen für die Arbeit am Telefon ebenso wider wie die verschiedenen Methoden und Schulen, die die Beratungslandschaft in den vergangenen Jahrzehnten beeinflussten.

Unverändert geblieben ist der Anspruch der Telefonseelsorge, Gespräche auf Augenhöhe, von Mensch zu Mensch, anzubieten. Hier sitzen keine Profis, die womöglich Diagnosen stellen.

Jedem Menschen ist es beschieden, nicht nur die Heiterkeit des Lebens zu erfahren, sondern auch seine unvermeidlichen dunklen Seiten: Enttäuschungen, Hoffnungslosigkeit, Krankheit, Alter, Einsamkeit, Verlust, quälende Entscheidungen und Tod.

Telefonseelsorger und Anrufer sind gemeinsam Reisende in diesem Leben, in dem wir alle gleichermaßen von den Tragödien des Daseins betroffen sind. Telefonseelsorger sind Menschen, die auch schwere Zeiten erlebt haben, aber die Chancen, die in jeder Krise liegen, nutzen konnten.

Die Phasen der Selbsterfahrung in der Ausbildung und Weiterbildung, unterstützende Gespräche in den Supervisionsgruppen oder direkt im Anschluss an belastende Gespräche, helfen unseren Mitarbeitenden, die innere Stabilität für die Krisenbegleitung zu erhalten.

Beziehungen auf Augenhöhe einzugehen heißt auch, nicht zu vergessen, dass ein Mensch, der aktuell in einer Lebenskrise ist, viele Jahre sein Leben kompetent gemeistert hat und über Ressourcen verfügt, die zwar zur Zeit aus dem Blick geraten sein können, aber dennoch verfügbar sind. Die Begleitung der Telefonseelsorge kann helfen, den Blick wieder zu weiten und die eigenen Fähigkeiten und Bewältigungsstrategien wahrzunehmen.

Erzähl es mir einfach! Telefonseelsorger versuchen sich in der so selten gewordenen Kunst des Zuhörens. Zu den stärksten menschlichen Bedürfnissen gehört der Wunsch, Erlebtes in eine Geschichte zu fassen und anderen zu erzählen.

Wir sind aber auch gern Zuhörende, denn die Erzählungen anderer ermöglichen es uns, eigene Lebenserfahrungen zu vergleichen und einzuordnen. Erzählen ist eine ausgezeichnete Strategie, um mit Erschütterungen und Lebenskrisen fertig zu werden. Allein die Ordnung, die wir in eine Erfahrung bringen, wenn wir sie in Worte kleiden, wirkt oft heilsam, und ein Teil des Schreckens geht verloren. Gerade auch in der Nacht.



*Anruferinnen und Anrufer
sind die Fachleute
für ihr Problem*

„Wenn es mir schlecht geht, traue ich mich meist nicht, mit jemandem darüber zu sprechen.“

„Warum nicht?“

„Aus Angst, der Andere könnte mir helfen wollen!“

„Was wünschen Sie sich statt dessen?“

„Ich wünsche mir, dass mir jemand zuhört, bis ich selbst wieder weiß, was los ist und was ich tun kann.“

Martina Kulms | Psychosoziales Team

Ehrenamtlich am Telefon

Zentrales Merkmal der Telefonseelsorge ist es, dass sich ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter den Sorgen und Krisen unserer Anrufer stellen. Eine umfangreiche Ausbildung bereitet die Ehrenamtlichen auf die manchmal sehr schwierigen Telefonate vor.

Die Ausbildung in Kleingruppen dauert etwa 18 Monate. Im Vordergrund steht zunächst die themenbezogene Selbsterfahrung. Die Gruppenmitglieder vergegenwärtigen sich hier die eigenen Gefühle und Werthaltungen. Sie vergleichen sie mit denen der anderen Gruppenmitglieder.

*Ehrenamtlich:
Nicht Profi, aber
auch nicht Laie*

Eine wichtige Erfahrung ist dabei, dass jeder Mensch seine eigenen Formen des Erlebens und der Strategien für den Umgang mit Problemen hat: was mir geholfen hat, muss für mein Gegenüber noch lange keine Lösung bieten.

Nach der Beschäftigung mit der eigenen Biographie, beginnt die Phase der Probegespräche. Dabei wird gelernt, wie hilfreich eine empathisch annehmende, nicht bewertende Haltung gegenüber einem Menschen ist, der über ein schweres Lebensereignis sprechen möchte. Nach und nach werden Techniken der Gesprächsführung vorgestellt.



Ausbildungssituation

Nach etwa neun Monaten beginnt die selbständige Arbeit an der Notrufleitung. Die Ehrenamtlichen werden in dieser Phase begleitet von einer engmaschigen Supervision und Übungseinheiten. Auch nach der Ausbildungszeit treffen sich die Ehrenamtlichen in regelmäßigen Supervisionsgruppen. Eine breite Palette von Weiterbildungen unterstützt sie dabei, die Arbeit am Telefon immer wieder zu reflektieren.

Interessenten für die Mitarbeit sind uns jederzeit willkommen.

Finanzen

Unsere Arbeit am Telefon ist nur möglich durch das Engagement unserer Spenderinnen und Spender.

Viele von Ihnen halten uns seit vielen Jahren die Treue. Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie uns (auch weiterhin) mit einer Spende unterstützen könnten!

Unsere Finanzierung erfolgt zu mehr als 60% durch private Spenden. Darüber hinaus erhalten wir Zuwendungen vom Berliner Senat, von Gerichten (Bußgelder) und von der Evangelischen Kirche und ihren Gemeinden.

Die Verwendung der überlassenen Gelder wird jedes Jahr durch eine Wirtschaftsprüfungsgesellschaft, den Berliner Senat, die Evangelische Kirche und die Gerichte geprüft. Nie ergaben sich irgendwelche Beanstandungen.

Es gibt viele Möglichkeiten, die Telefonseelsorge Berlin finanziell zu unterstützen, z.B. dauerhaft mit einer Einzugsgenehmigung, mit einer Spende aus Anlass eines Jubiläums oder einer Geburt, mit einer Zustiftung an unsere Stiftung Telefonseelsorge Berlin oder mit einem Nachlass. Alle Zuwendungen an unseren gemeinnützigen Verein oder unsere gemeinnützige Stiftung können steuerlich geltend gemacht werden.

Bitte sprechen Sie mit uns über diese und weitere Möglichkeiten Ihrer Beteiligung.



Karin Gernhardt-Hüsges
Spenderbetreuerin

Tel. 030 / 613 50 23

Spenden-Konto 498 18 105
Postbank Berlin, BLZ 100 100 10

Wir helfen auf die Beine ... 
0800 111 0 111 (gebührenfrei)

Stiftung Telefonseelsorge Berlin

Unsere Arbeit langfristig absichern

Unsere Stiftung wurde im Juni 2007 mit dem Zweck gegründet, die Arbeit der Telefonseelsorge Berlin langfristig abzusichern. Die Notrufleitungen sollen offen sein – unabhängig vom aktuellen und manchmal stark schwankenden Spendenfluss. Seit dem Zeitpunkt der Gründung ist der Kreis der Stifterinnen und Stifter auf nunmehr zwölf Personen angewachsen.

Die Erträge vom Kapital der Stiftung ermöglichen uns, eine Reihe von Maßnahmen der Telefonseelsorge zu unterstützen, z.B. Weiterbildungsmaßnahmen für die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Herzlich möchten wir auch Sie bitten, dem Stifterkreis beizutreten.

Zustiften - langfristige Perspektiven geben

Im Jahr 2011 fördert die Stiftung auch das Suizidpräventionsprojekt „Die Einsamkeit der Männer“ (siehe Seite 6-7). Die Stiftung unterstützt das Projekt, indem sie Maßnahmen der Öffentlichkeitsarbeit, wie z.B. eine Fachtagung und eine Plakataktion, finanziert.

Um den Stifterkreis zu erweitern und um Ihnen die Möglichkeit zu geben, die Arbeit und die Anliegen der Telefonseelsorge besser kennenzulernen, haben wir uns im letzten Jahr entschlossen, neue Wege in der Öffentlichkeitsarbeit zu gehen. Dazu zählen unsere „KulturReisen“ und eine Benefiz-Kunstauktion.



Musiksommer Wörlitz

KulturReisen. Im vergangenen Jahr veranstaltete die Stiftung Telefonseelsorge Berlin zwei Reisen zu bedeutenden Festivals klassischer Musik: dem Musiksommer im Gartenreich Wörlitz und dem Usedomer Musikfestival.

An jeder Reise nahmen etwa 30 Personen teil. Sie erlebten eine kleine „kulturelle Auszeit“ an einem Wochenende im Sommer in Wörlitz und im Frühjahr auf Usedom.

Die hohe Zufriedenheit der Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit den beiden Ausflügen hat uns veranlasst, eine kleine Tradition zu etablieren. So wird es auch im kommenden Jahr eine „KulturReise“ zum Usedomer Musikfestival geben. Sie findet am Wochenende vom 1./2. Oktober 2011 statt. Vielleicht sind Sie ja dabei, wenn es wieder heißt „Reisen für den guten Zweck!“



Eröffnungskonzert des Usedomer Musikfestival

Benefiz-Kunstauktion. Erstmals führte unsere Stiftung Telefonseelsorge Berlin am 7. Dezember 2010 eine Benefiz-Kunstauktion durch. Unter prominenter Schirmherrschaft kamen 55 Werke zeitgenössischer Kunst zur Versteigerung. Veranstaltungsort war die Berlinische Galerie, Berlins Landesmuseum für Moderne Kunst, Fotografie und Architektur.



Benefiz-Kunstauktion zu unseren Gunsten in der Berlinischen Galerie

Die Auktion war ein wunderbarer Erfolg! Und wir danken allen Beteiligten, allen voran natürlich den Künstlerinnen und Künstlern, die uns ein Werk für die Auktion gespendet hatten! Der Erlös des Abends kommt dem Suizidpräventionsprogramm der Telefonseelsorge zugute.

Auch die Kunstauktion wird von nun an einen festen Platz im Veranstaltungskalender der Telefonseelsorge einnehmen.

Im Jahr 2011 wird die Auktion am 15. November wieder in der Berlinischen Galerie stattfinden. Freuen Sie sich schon jetzt auf einen spannenden und hoffentlich ertragreichen Auktionsabend!

Dr. Christoph Rhein | Vorsitzender der Stiftung

Würdigung des Ehrenamts



Bayer-Stiftung ehrt unsere langjährige Mitarbeiterin Christiane Keins

Am 6. November 2010 wurde Frau Keins in unserer Geschäftsstelle vom Vorsitzenden der Bayer-Stiftung, Herrn Thilo Schmitt-Lord, für ihr langjähriges Engagement geehrt. Ihr wurde eine Urkunde überreicht, geschmückt mit einem Scheck über € 3.500 an die Telefonseelsorge Berlin für die Weiterentwicklung der ehrenamtlichen Arbeit.

Herzlichen Glückwunsch und herzlichen Dank, liebe Christiane!

Abschied aus dem Vorstand

Marianne Köster

Seit mehr als 20 Jahren arbeitet Marianne Köster am Notruftelefon und hört sich mit großem Engagement die Sorgen der Anrufenden an.

2006 übernahm sie den Posten der Schriftführerin im Vorstand. Ihre konstruktiven Beiträge trugen stets zur erfolgreichen Vorstandsarbeit bei. Sie nahm sich immer die Zeit, gewissenhafte, aussagekräftige Protokolle zu erstellen.

Liebe Marianne, herzlichen Dank für Deine engagierte Vorstandsarbeit. Wir bedauern Deinen Abschied sehr, sind aber glücklich, dass Du uns als Ehrenamtliche am Notruftelefon erhalten bleibst!



Vorstand der Telefonseelsorge Berlin e.V.

Geschäftsführender Vorstand

Wolfgang Barthen, Vorsitzender
Dr. Christoph Rhein, stellv. Vorsitzender
Bernhard Gramberg, Schatzmeister
Marianne Köster, Schriftführerin

Erweiterter Vorstand

Jan Hüttmann
Peter Karge
Sonja Müseler
Helga Wagner
Hans Zimmermann

Vorstand der Stiftung Telefonseelsorge Berlin

Dr. Christoph Rhein, Vorsitzender
Jürgen Hesse, stellv. Vorsitzender
Bernhard Gramberg

Der Jahresbericht 2010 wurde gedruckt
mit freundlicher Unterstützung von

**Logo
DeineStadtKlebt**

Telefonseelsorge Berlin e.V.

Konfliktberatung - Suizidverhütung

Nansenstraße 27

12047 Berlin

Büro 030 / 613 50 23

Fax 030 / 624 97 41

mail@telefonseelsorge-berlin.de

www.telefonseelsorge-berlin.de

Spenden-Konto 498 18 105

Postbank Berlin, BLZ 100 100 10

Wir helfen auf die Beine ...



0800 111 0 111 (gebührenfrei)