

# Mit einem Anruf Trost finden

Zur besinnlichen Weihnachtszeit fühlen sich immer mehr Menschen einsam: Helfen kann die Telefonseelsorge in Mecklenburg-Vorpommern

**SCHWERIN** Eine ältere Frau meldet sich am Telefon. Etwas schüchtern fängt sie an zu erzählen: Sie fühlt sich zutiefst allein, hat niemanden, mit dem sie Weihnachten feiern kann. Ihr Mann ist schon vor einigen Jahren gestorben. Die Kinder und Enkelkinder wohnen mehr als 500 Kilometer entfernt und haben keine Zeit, sie über die Feiertage zu besuchen.

Anrufe wie dieser sind keine Seltenheit bei den vier ökumenischen Telefonseelsorge in Mecklenburg-Vorpommern. Einsamkeit ist einer der Hauptgründe, warum Menschen den kostenlosen und rund um die Uhr erreichbaren Dienst in Anspruch nehmen. Gerade um die Weihnachtszeit häufen sich die Fälle. „Für manchen ist der Heilige Abend der schlimmste Tag im Jahr“, sagt Hartmut Storrer, Geschäftsführer der Caritas Mecklenburg. Neben der katholischen und evangelischen Kirche sind Diakonie und Caritas Träger des telefonischen Hilfsangebotes. Dienststellen gibt es in Neubrandenburg, Schwerin und Rostock, ebenso in Greifswald.

Gemeinsam verzeichnen sie rund 60000 Kontakte pro Jahr. Die Anrufer sind zumeist zwischen 25 und 65 Jahre alt. Davon sind knapp zwei Drittel Frauen. Aber auch ein hoher Anteil an Kindern nutze den Dienst – meist aus Langeweile, so Storrer. Aber auch der Druck des Erwachsenwerdens bereite ihnen Sorgen, fügt Annerose Neumann, Leiterin der ökumenischen Telefonseelsorge Vorpommern, hinzu. „In den Gesprächen geht es um Sexualität, Mobbing in der Schule oder Schwierigkeiten mit den Eltern“, erzählt sie.

Ein weiterer häufiger Grund, warum sich Menschen bei den Telefonseelsorgern melden, sind nach Angaben von Storrer Beziehungskrisen aller Art – von Eheproblemen bis hin zum Streit unter



Die ökumenische Telefonseelsorge Mecklenburg-Vorpommern ist rund um die Uhr unter der Telefonnummer 0800-1110111 oder 0800-1110222 erreichbar. Fragen können Hilfesuchende aber auch im Chat oder per E-Mail stellen unter [www.telefonseelsorge.de](http://www.telefonseelsorge.de). FOTO: WARMUTH

Freunden. Andere suchen nach einer Orientierung in ihrem Leben oder nach Hilfe, um traumatische Ereignisse zu bewältigen. Wieder andere greifen zum Hörer, weil sie am Sinn des Lebens zweifeln wegen Selbstmordgedanken. Ein Großteil der Anrufer leidet unter psychischen Erkrankungen. „Das sind die häufigsten Anrufer in der Nacht. Sie haben oft keine Bekannten oder Freunde und wissen nichts mit sich anzufangen. In uns finden sie einen wichtigen Gesprächspartner“, erzählt der Caritas-Chef.

Das Ziel der Telefonseelsorge: dem Anrufenden zuhören, für ihn da sein und ihn in der schwierigen Situation, in der er sich befindet, begleiten. „Jede Hilfe, die wir anbieten, zielt darauf ab, Lebenskri-

sen zu bewältigen“, fasst Storrer die Grundsätze des Dienstes zusammen. „Wir geben keine Ratschläge, vielmehr überlegen wir gemeinsam mit den Anrufern Schritte, die sie weiterbringen“, erklärt Neumann. „Wir gehen mit den Hilfesuchenden ein Stück Weg in ihrem Leben. Wir sagen ihnen aber nicht, wo es langgehen soll. Das entscheiden sie selbst.“

Das Ganze passiert anonym. Aus gutem Grund: „Für viele ist die Anonymität der verlässliche Rahmen, um ihr Inneres preisgeben zu können, ohne sich der Gefahr auszusetzen, erkannt zu werden und Sanktionen oder Schuldzuweisungen befürchten zu müssen“, erörtert Storrer.

Um den Tag-und-Nacht-Service in den

vier Dienststellen des Landes zu gewährleisten, engagieren sich insgesamt 230 Ehrenamtliche. Jeder von ihnen hat Ausbildung in der feinfühligsten Tätigkeit am Telefon absolviert. In 130 Stunden, verteilt auf mehrere Wochenenden und Abendseminare, haben sie die unterschiedlichsten Themen behandelt: Es wurde über Sucht geredet, Trauer, Suizid oder psychische Erkrankungen. Sie haben gelernt, Gespräche zu führen und sich kritisch mit dem eigenen Leben auseinanderzusetzen. Das sei wichtig, um die Angelegenheiten der Anrufer von den eigenen trennen zu können, so Neumann.

Grundsätzlich kann jeder als Telefonseelsorger arbeiten. Dennoch sollten Interessenten bestimmte Fähigkeiten mitbringen. So muss ein Telefonseelsorger belastbar sein und sich respektvoll in fremde Denk- und Verhaltensweisen hineinversetzen können. Hilfreich ist auch ein gewisse Lebenserfahrung.

*Stefanie Milius*

## KONTAKT ZUR TELEFONSEELSORGE

**Wollen auch Sie Telefonseelsorger werden? Dann melden Sie sich bei einer der vier Dienststellen des Landes:**

### Telefonseelsorge Schwerin

Leiterin Uta Krause,  
Tel.: 0385 - 51 25 25

### Telefonseelsorge Neubrandenburg

Leiterin Therese Tröltzsch,  
Tel.: 0395 - 56 83 920

### Telefonseelsorge Rostock

Leiter Benno Gierlich,  
Tel.: 0381 - 490 00 29

### Telefonseelsorge Greifswald

Leiterin Annerose Neumann,  
Tel.: 03834 - 89 74 66