

07. 26.01.2023



# Zuhören und Mut machen: Telefon-Seelsorger helfen Tausenden

Rund 4300 Anrufe verzeichneten sie im vergangenen Jahr / Vor allem einsame Menschen suchen Kontakt/ Doch da sind auch echte Notfälle

Von Christin Lachmann

**Greifswald.** „Ich habe es wieder nicht getan“: Mit diesem Satz begann das Gespräch mit einem jungen Mann, das der 64-jährigen Marianne noch gut in Erinnerung geblieben ist. Aufgewühlt und traurig sei der anonyme Anrufer gewesen. Im Hintergrund Geräusche, die auf einen Bahnhof hingewiesen haben.

Er sehe für sich keinen Ausweg mehr, wolle nicht mehr weiterleben, habe er am Telefon erklärt. „Ich habe versucht, mit ihm ein Stück vom Bahnhof wegzugehen, habe ihm Mut zugesprochen und ihm gesagt, dass es nicht so bleiben wird“, erinnert sich Marianne. Am Ende des rund anderthalbstündigen Telefonats sei seine Stimme deutlich ruhiger gewesen: „Aber wir wissen natürlich nicht, was nach einem Anruf passiert.“

Marianne ist eine von derzeit 41 Ehrenamtlichen der Ökumenischen Telefonseelsorge Vorpommern mit Sitz in Greifswald. Anonymität und Vertraulichkeit sind die wichtigsten Gebote. Deshalb tauchen hier im Text auch nicht die echten Namen der Ehrenamtlichen auf, mit denen die OZ sprechen konnte.

Rund 4300 Anrufe gingen im vergangenen Jahr bei der Telefonseelsorge Vorpommern ein. Vor allem das Thema Einsamkeit trieb viele Anrufende um. Laut Statistik konnten die Ehrenamtlichen über 1000 Anrufe unter diesem Thema

**Der Dienst am Hörer ist ehrenamtlich. Die ihn leisten, wurden zuvor ein Jahr lang darauf vorbereitet.**

FOTO:  
D. REINHARDT/DPA



einordnen. „Viele brauchen nur jemanden, der ihnen zuhört. Es gibt Menschen, die drei Tage lang mit niemanden gesprochen haben, weil sie niemanden mehr haben“, sagt Marianne. Häufig sind es mehr Frauen als Männer, die zum Hörer greifen. Das Alter variiert hingegen. Mit fast 500 Anrufen im vergangenen Jahr liegen jedoch Menschen zwischen 60 und 69 etwas weiter vorn. Ein Großteil der Anrufer lebte allein.

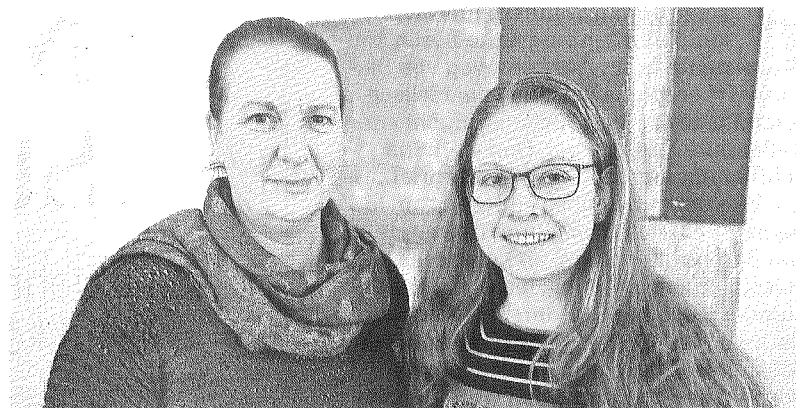
Die Statistik wird anhand der Telefonate erstellt, wie Dagmar Simonsen, Leiterin der Telefonseelsorge Vorpommern, erklärt: „Wir fragen nicht nach dem Alter oder danach, ob sie allein oder in

einer Einrichtung leben. Das ergibt sich meistens jedoch aus den Gesprächen.“

Zuhören, Mut machen, gemeinsam einen Ausweg aus den Problemen suchen: All das gehört zu den Aufgaben am Telefon. Ein Jahr lang werden die Ehrenamtlichen in verschiedenen Seminaren auf die Arbeit vorbereitet, erhalten einmal im Monat auch Supervisionen. All das soll verhindern, dass die Ehrenamtlichen die Inhalte der Anrufe mit nach Hause nehmen. Denn die Themen, mit denen sie konfrontiert werden, können hart sein.

Davon weiß auch Johanna zu berichten, die seit sieben Jahren dabei ist. Auch sie ist Profi genug, um die Probleme der Anrufer nicht an sich heranzulassen. Doch in einer Schicht wurde die 68-Jährige mit unterschiedlichen Missbrauchsfällen von verschiedenen Frauen konfrontiert. „Da musste ich aufpassen, dass es mich nicht trifft. Man muss professionell und distanziert bleiben.“

Dass die Anrufe zu bestimmten Zeiten zunehmen, können die Ehrenamtlichen nicht bestätigen. „Man denkt, wenn das Wetter schön ist, dass es den Leuten dann besser geht. Bei depressiven Men-



**Viele Anrufe gehen aufgrund von Einsamkeit bei der Telefonseelsorge ein, erklärt Leiterin Dagmar Simonsen und Verwaltungsmitarbeiterin Stefanie Ringhand (v.l.).**

FOTO: CHRISTIN LACHMANN

schen ist der Gemütszustand mehr als düster. Scheint draußen die Sonne, ist es ein Gegensatz, der sie noch mehr triggert“, sagt Marianne.

Nur eines war auffällig: Mit Beginn der Corona-Krise haben die Anrufversuche zugenommen, wie Verwaltungsmitarbeiterin Stefanie Ringhand weiß. „Denn die Pandemie hat zusätzliche Probleme mit sich gebracht. Neben Angst stand das Thema Isolation im Vordergrund. Durch sie waren die Einsamen noch einsamer.“ Damals sind

auch die Chatanfragen gestiegen, die vor allem von jüngeren Menschen genutzt werden.

Doch nicht immer wollen die Anrufer über ihre Probleme sprechen. „Manchmal“, sagt die Johanna, „rufen die Leute an, um ihren Frust loszuwerden. Sie werden richtig wütend. Wir haben dann die Möglichkeit, das Gespräch abubrechen.“ Denn die Ehrenamtlichen wollen vor allem eins: ein offenes Ohr für Menschen haben, die jemanden zum Reden brauchen.

## So erreichen Sie die Telefonseelsorge

**Vertraulich, anonym und kostenfrei:** Die Telefonseelsorge ist rund um die Uhr an sieben Tagen die Woche unter den Telefonnummern 0800/111 0 111 und 0800/111 0 222 zu erreichen. Zudem können Sie die Ehrenamtlichen

auch per Chat oder E-Mail kontaktieren. Die Chatfunktion sowie die E-Mail-Adresse finden Sie auf der Internetseite [www.telefonseelsorge-vorpommern.de](http://www.telefonseelsorge-vorpommern.de). Die Telefonseelsorge ist zudem auch immer auf Spenden angewiesen.

Wenn Sie einen finanziellen Beitrag leisten möchten, können Sie diese unter folgender Bankverbindung tun:

Sparkasse Vorpommern  
IBAN: DE16 1505 0500  
0102 0103 23  
BIC: NOLADE21GRW