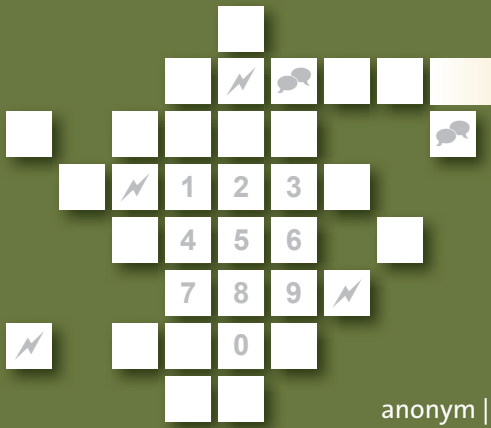
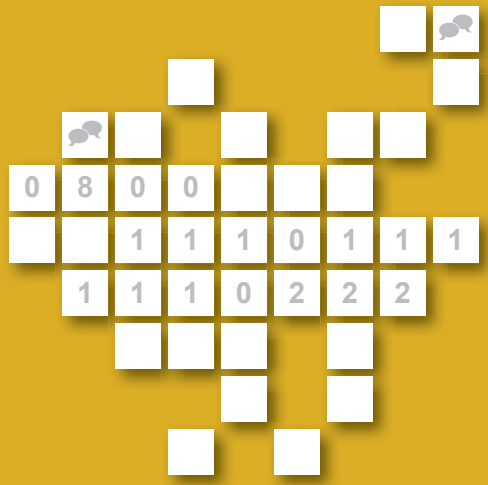
TelefonSeelsorge

Anonym. Kompetent. Rund um die Uhr

JAHRESBERICHT 2018

der TelefonSeelsorge Mainz-Wiesbaden





anonym | vertraulich | 24 Stunden | gebührenfrei

Dieser Jahresbericht wurde ermöglicht
mit freundlicher Unterstützung unserer Kooperationspartner,
die wir gerne weiterempfehlen:

klimaneutral
natureOffice.com | DE-275-975437
gedruckt dieUmweltDruckerei.de

Pax-Bank
seit 1917 Bank für Kirche und Caritas

gottschalk
büroeinrichtungen
Ihr kompetenter Partner für's Büro
65201 Wiesbaden-Schierstein
Storchenallee 47
Rufen Sie doch einfach an:
Telefon: (06 11) 2 30 12 + 13
Telefax: (06 11) 2 56 85
e-mail: gottschalk-wiesbaden@t-online.de

Klaus Riedle
IT-Dienstleistungen
Klaus Riedle
IT-Dienstleistungen
Schulstraße 43
55124 Mainz
Tel.: 06131 – 45670
Fax: 06131 – 466474
Email: info@riedle-it.de
Web: www.riedle-it.de

WAGNER
Kommunikationsdesign
Konzeption und Beratung
Peter Wagner · Dipl.-Designer AGD
pw@wagner-konzept.de

Unsere Büroartikel beziehen wir bei:

BSS BÜRO TOTAL
Stettiner Str. 2 · 65203 Wiesbaden
Tel. 0611/3 41 30 54 · Fax 0611/3 41 30 59
bbt@werkgemeinschaft-wiesbaden.de
Onlineshop: www.bürototal-wiesbaden.de

werk gemeinschaft
GEMEINSAM WEGE GEHEN

TelefonSeelsorge
Anonym. Kompetent. Rund um die Uhr

Grenz-Gänge

Die Rede von den Grenzen war auch 2018 noch in aller Munde: „Wir müssen die Grenzen schützen!“

Gemeint war damit nicht ein Revival der These aus den 90er Jahren: Kinder brauchen Grenzen und Eltern setzen solche. Es ging nicht um den Schutz und das Wohlergehen des Menschen mithilfe der Wahrung von Grenzen. Sondern in den letzten drei bis vier Jahren war der Schutz vor anderen Menschen mithilfe der Aufrüstung der Grenzen Thema.

Zwei Sichtweisen stehen sich gegenüber: Grenzen versus „border security“ (Donald Trump). Wobei zu ergründen ist, was das Eine mit dem Anderen zu tun hat. Gibt es Grenzen, um etwas voneinander zu trennen? Und deshalb sind sie auch nicht zu übertreten? Oder darf ich an ihnen entlang laufen wie ein Grenzgänger und mal auf die eine oder andere Seite springen? Oder markieren sie gar etwas, das sicherlich respektiert werden will, aber zu dem ich eingeladen bin, es zu erkunden, mich darauf einzulassen und bisweilen jenes, was ich entdecke und daran schätzen lerne, für mich zu integrieren? Wofür setzt sich eine Gesellschaft ein, wofür steht die TelefonSeelsorge?

„Yes we can“ – „Ja, wir schaffen das“

Was 2008 noch mit Begeisterung aufgenommen wurde, erhielt 2015 und danach eine Abfuhr. Auf den ersten Blick überrascht diese Kontroverse. Es macht aber wohl nur die zwei Seiten einer Medaille deutlich: Schließungstendenzen sind verständlich, wenn etwas unbegrenzt offen ist. Hoffnung und Zutrauen sind wichtig, brauchen aber Achtsamkeit und Ernsthaftigkeit als Begleiter. Grenzen ohne Schlagbäume schaffen tatsächlich Freiheitsräume in einer globalen Gesellschaft. Andererseits zieht die gewollte Begegnung mit bisher mehr oder weniger Fremdem auch das Bemühen um das Miteinander nach sich. Integration und Inklusion sind keine Selbstläufer.
Beides erzeugt da, wo es sich ereignet, Diskussion, Konflikt und Kontroverse. Es ist fatal, wenn wir glauben, dass bloße Anpassung an das Bestehende ein friedliches Zusammenleben schafft. Die Vereinheitlichung ist ebenso wie die Abschottung nur eine trügerische Harmonie. Es braucht die Erfahrung, dass die Unterschiedlichkeit von Menschen eher die Möglichkeit einer Bereicherung darstellt als die Sorge um den Verlust der eigenen Identität.

Das Land der TelefonSeelsorge

Auch die TelefonSeelsorge ist so ein Land, das Frau und Mann – ohne Grenzkontrolle – betreten können. Wir sind rund um die Uhr erreichbar. Wir schließen keinen und kein Thema von vornherein aus. Es gibt keine Statusüberprüfung was die Religion, Nationalität oder das

Geschlecht angeht. Hat jemand das Land betreten, legen wir allerdings Wert auf einen Weg der Annäherung, der Begegnung und des echten Kontakts. Unser Bemühen zielt darauf, dass keiner und keine sich selbst fremd bleibt. Sondern vielmehr Erweiterung und Entfaltung erleben. Jedenfalls für die begrenzte Zeit, die wir miteinander im Gespräch sind. Ein Geschehen, dem sich die Seelsorger*innen ebenso stellen und dies oft als persönliche Bereicherung beschreiben. Denn ohne, dass ich mich dem zum Teil sehr fremden Gegenüber zuwende, wird es nicht gelingen, dass Verständigung zwischen uns wächst. Das heißt nun nicht, dass jeder mit jedem können muss, jedoch: auf den Versuch kommt es an und darauf, das momentan Widerständige zu benennen.

Dieses seelsorgerliche Zuhören am Telefon ist auf ganz eigene Weise ein Eingehen auf ein Phänomen, das in der Gesellschaft mit „massenhafter Zuwanderung“ oder der „drohenden Flüchtlingswelle“ benannt wird. Auch die TelefonSeelsorge kennt ein Überfluten durch manche Anrufende, die ohne jegliche Begrenzung zu viele Anrufe ohne echten Kontakt tätigen. Hier gilt es, sich nicht mit der schieren Zahl der Anrufe auseinanderzusetzen. Oder auf die Anpassung an übliche Zeitkontingente zu verweisen, die bei Nichteinhaltung anderen weggenommen werden. Hier gilt es einzig, das Risiko einzugehen, den Anrufenden auf die emotionale Wunde anzusprechen, die er wie einen verborgenen Kern in sich trägt. Diese Wunde, die von Angst fest umschlossen ist und beharrlich umkreist wird, wie es die immerwährenden Anrufe deutlich machen. Solange also Angst meine Not umfängt, drehe ich mich nur um mich selbst, komme aber nicht zu mir.

Oft steht hinter dem Ruf danach, die Grenzen dicht zu machen, ein ebenso diffuses Gefühl der Angst. Eine Angst, die sich aus dem Gefühl speist, übersehen zu werden, keine Rolle mehr zu spielen, von den Meinungsführenden und Regierenden übergangen zu werden. Wie hilfreich wäre es da, mal über den Gegenpol zur Angst ins Gespräch zu kommen, nämlich davon zu reden, was denn der insgeheime (!) Wunsch ist. Vielleicht ist das ja die Suche nach Sicherheit, vielleicht die Hoffnung auf Wohlstand oder das Sehnen nach verlässlichen Beziehungen. Alles berechtigte Wünsche, die es verdienen, ernst genommen zu werden. Sie werden aber schnell instrumentalisiert.

Oder geraten sogar in Vergessenheit, wenn sie nicht mehr gespürt werden dürfen, wenn ich sie mir selbst nicht eingestehe. Dann bahnt sich nicht selten ein perverser Weg hin zu einer Haltung der Ab- und Ausgrenzung Anderer, die kommen, um mir zu nehmen, was mir gehört. Die Einsicht, dass ich aber dadurch nicht bekommen werde, was ich aktuell nicht habe und vielleicht sowieso noch gar nie hatte, hat sich da schon längst aus dem Bewusstsein geschlichen.

Ein letzter Wechsel

Die TelefonSeelsorge öffnet alltäglich, an 365 Tagen 24 Stunden lang, dafür einen Raum. Dass ein jeder Anrufende von seinen Wünschen und Ängsten sprechen kann, um sie miteinander in Kontakt zu bringen. Und sich eben nicht von den eigenen Wünschen zu entgrenzen, indem die Angst die Alleinherrschaft gewinnt.

Die TelefonSeelsorge hat dabei tatsächlich mit Grenzgängern zu tun. Menschen, die zwischen Anpassung und Autonomie schwanken. Die aufgrund einer schwer zu kontrollierenden emotionalen Verfassung zwischen Hass und Liebe pendeln. Die das Einlassen auf andere nur als Manipulation kennen und deshalb auf Beeinflussung und Zurechtbiegen aus sind.

Wir begegnen am Telefon auch denjenigen, die massive Grenzverletzung erfahren haben. Die das sie Überwältigende schmerzhaft erfahren haben und darum ringen, das Widerfahrene nicht abzuspalten, sondern zu integrieren.

Am Telefon hören wir von Menschen, wie sie an Grenzen abgewiesen wurden, wie ihnen Wege versperrt wurden, Zugänge für sie verschlossen sind.

Echtheit, Einfühlung, Wertschätzung beim an die Grenze gehen, beim Grenzen überschreiten, beim Betreten des fremden Landes, einer unbekannten Seelenlandschaft, das gehört für uns zum seelsorgerlichen Gespräch. Das kommt am Telefon und in der persönlichen Beratung hoffentlich immer wieder zum Tragen, wird dort erlebbar und spürbar.

Krisen- und Lebensberatung der TelefonSeelsorge in Mainz und Wiesbaden

Grenzerfahrung und ein Raum, der Schutz gewährt

Eine persönliche Grenze wurde überschritten.

Mit dieser Erfahrung kommen Menschen in die pastoralpsychologische Beratungsstelle. Sei es, dass sie selbst eine Grenz überschritten haben und sich schuldig oder verantwortlich fühlen.

Oder sie kommen mit Verunsicherung und dem Gefühl von Ohnmacht, nachdem ihre körperliche oder seelische Grenze überschritten wurde. Manches Mal auch wegen seelischer und körperlicher Grenzüberschreitung, die von ihnen selbst ausging.

Was auch immer der Auslöser oder das Erlebte war, es braucht einen Ort des Schutzes, um sich dem Erlebten stellen zu können, sich damit auseinandersetzen zu können.

Es braucht seine Zeit, bis in der Beratung so viel Vertrauen in diesen sicheren Ort gewachsen ist, dass eine Öffnung möglich wird für das Erlebte, die Gefühle und Gedanken, sowie für die Auseinandersetzung mit dem eigenen Selbstbild und den Ängsten.

Eine wie auch immer geartete Verletzung der eigenen Grenzen durch andere hat Auswirkungen auf das eigene Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen. Auf das Gefühl von Sicherheit, auf das Gefühl von Selbstbestimmtheit und Unversehrtheit, bis hin zum Verlust von Orientierung für das eigene Leben, das Selbstbild und die persönliche ethische oder moralische Orientierung. Es löst die Angst aus, erneut verletzt zu werden. Ist die erlittene Verletzung der persönlichen Integrität tief genug und das damit einhergehende Gefühl der Ohnmacht groß genug, kann dies dazu führen, dass so getroffene Menschen ihrerseits die Grenzen anderer übertreten. In dem Versuch, der eigenen Ohnmacht zu begegnen, das Gefühl von Selbstwirksamkeit wieder herzustellen, tritt die Fähigkeit zurück, mit anderen mitzufühlen. Dies begünstigt ein Verhalten, das anderen das Schutzbedürfnis, die Freiheit der Lebensgestaltung, abspricht und verletzt.

Die Erfahrung von Verletzung eigener Grenzen ist in allen Lebensbezügen möglich. Im gesellschaftlichen Leben, bei der Frage eines sicheren Arbeitsplatzes, sozialer Absicherung, Altersarmut, Krankheit im Alter etc. Und auch in Partnerschaften, Familien oder zwischen Kindern und Eltern.

Häufig suchen Menschen mit derartigen Erlebnissen und Erfahrungen die Beratungsstelle auf, ohne so genau zu wissen, warum in ihrem Leben etwas durcheinander geraten ist, sie selbst die Orientierung verloren haben. So sind die Anlässe sehr unterschiedlich, mit denen Menschen in die Beratungsstelle kamen im vergangenen Jahr. Sie reichen von Erziehungsthemen über Probleme in Partnerschaft und Familie bis hin zu Problemen im Zusammenhang mit (drohender) Arbeitslosigkeit, prekären Arbeitsverhältnissen (mit bis zu 4 Beschäftigungsverhältnissen), Trauer und Abschied, Krankheit bis hin zu suizidalen Krisen.

Im Jahr 2018 kamen 168 Personen in die beiden Beratungsstellen der TelefonSeelsorge in Mainz und Wiesbaden, um die Möglichkeiten einer niedrigschwelligen Lebens- und Krisenberatung für sich zu nutzen. Davon waren 118 Frauen und 50 Männer, je 14 davon kamen zusammen als Paar.

Seelsorge- und Beratungsgespräche		
insgesamt *(in Klammern: Paare)*	848	(118)
Einmalige Kontakte	32	(1)
2 – 5 mal	76	(5)
6 – 10 mal	30	(6)
11 – 20 mal	12	(2)
21 – 30 mal	3	
über 30 mal	1	
Personen gesamt: 118 (Frauen 118, Männer 50)	168	(14)

Insgesamt führten die fünf hauptamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter – alle Theologen und Psychologen bzw. mit psychotherapeutischer Zusatzqualifikation – 848 Gespräche, davon 738 mit Einzelpersonen (Sitzung zu 50 Minuten) und 118 mit ratsuchenden Paaren (Sitzung bis zu 90 Minuten).

Es ist sehr hilfreich, dass in der Beratungsstelle der TelefonSeelsorge Mainz-Wiesbaden hauptamtlich Mitarbeitende da sind, die Zeit haben. Gerade der Umstand, dass der Beratungsprozess nicht unter dem Vorbehalt eines vorlaufenden diagnostischen Verfahrens und einer begrenzten Anzahl von Sitzungen steht, nimmt Druck und hilft Ratsuchenden, sich Zeit zu nehmen für sich, und ihren Empfindungen, Gedanken und Wahrnehmungen nachzugehen. Das ermöglicht es, den Raum der Beratung als einen Ort für sich zu entdecken und zu nutzen, der Sicherheit gibt und einlädt, sich zu öffnen für das, was hinter dem Augenscheinlichen liegt: Brüchen im eigenen Leben, enttäuschtem Vertrauen, Schuldgefühlen, Enttäuschungen, ohnmächtig machendes, einem instabil gewordenen Selbstbild, oder einer verloren gegangenen Orientierung für das eigene Leben.

In dieser Auseinandersetzung kommt es zu einer Selbstvergewisserung, in der es möglich ist, Selbstachtung, Selbstvertrauen und das Gefühl von Selbstwirksamkeit im Fühlen, Denken und Handeln zurück zu gewinnen. Dann kann es zu einem vertieften Verstehen, Verständigung und Versöhnung kommen: Mit dem Erlebten, dem Erlittenen, mit sich, mit Gott, dem Partner*in, Eltern oder Kindern.

Zahlen und Beobachtungen am Krisentelefon

In 2018 setzt sich ein Trend aus den letzten zwei Jahren fort: Der Anteil der qualitativen Seelsorgegespräche hat noch einmal zugenommen (jetzt über 80 %, vgl. Tab. 1) und der Anteil der Anrufe, die nicht zuzuordnen sind oder nicht dem Auftrag der TelefonSeelsorge entsprechen, hat weiter abgenommen. Das bedeutet: Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter am Telefon müssen sich weniger mit missbräuchlichen oder Test-Anrufen beschäftigen und können sich mehr auf die eigentlichen Krisenanrufe konzentrieren. Die Leitungen bleiben zwischen den Anrufen eher wieder frei für die Menschen, die in einer akuten Krise sind und sich erstmals an die TelefonSeelsorge wenden.

Wie im letzten Jahresbericht gezeigt, führen wir dies auf das verbesserte Routing der überzahlreichen Anrufe aus den Mobilfunknetzen zurück, auf die Zusammenarbeit mit den Nachbarstellen im Rhein-Main-Gebiet und auf die Anbindung von Mehrfachanrufen an die zuerst erreichte Stelle. Damit kann auch der leichte Rückgang bei der Gesamtsumme der Seelsorgegespräche erklärt werden, da ja nicht alle Anrufe von Häufigst-Anrufenden als missbräuchlich galten. Wenn diese Personen aber jeweils bei derselben Stelle landen, verändert sich auch deren Anrufverhalten. Es wird seltener die Nummer der TS gewählt, weil das Anliegen direkter geklärt wird und nicht mehrere Stellen/Personen damit befasst sind.

Gespräche am Telefon			
Seelsorge-/Beratungsgespräch	**11549**	(11968 / 12941)*	80,4 % (76 % / 72 %)
Gespräch nicht Auftrag der TS	**491**	(781 / 1172)	3,4 % (5 % / 7 %)
Aufleger/verwählt	**2100**	(2705 / 3514)	14,6 % (17 % / 20 %)
Schweigeanruf	**223**	(263 / 255)	1,6 % (2 % / 1 %)
Summe	**14363**	(15717 / 17882)	

*(in Klammern: 2017 und 2016)

Diese Anbindung der Anrufenden an die TelefonSeelsorge-Stelle, die sie in ihrer Region zuerst erreichen, ermöglicht darüber hinaus, Menschen konkret auf die für sie passenden Hilfsangebote in ihrer Umgebung zu verweisen. Chronisch und/oder psychisch Kranke müssen ihre Lage nicht immer wieder neu schildern, die Gesprächspartner können besser bei dem anknüpfen, was sich im vorigen Kontakt ergeben hatte. 59 % der Seelsorge- und Beratungsgespräche werden mit Menschen geführt, die schon einmal bei der TelefonSeelsorge angerufen haben. Das sind sowohl Menschen, die in ihrer akuten Situation ein zweites oder drittes Mal anrufen, weil der Kontakt ihnen gut getan hat, weil sie neue Fragen haben oder ihre Lage weiter besprechen wollen; und solche, die dauerhaft in ihrer Einsamkeit aushalten müssen, chronisch erkrankt sind, psychisch krank sind und oft niemanden zum Reden haben, besonders abends, nachts und am Wochenende. Von 7 % wissen wir ausdrücklich, dass sie zum ersten Mal anrufen. Bei allen anderen (34 %) bleibt es unbekannt.

Weitere Zahlen aus der Telefonstatistik belegen den hohen Anteil derer, die nicht zum ersten Mal anrufen: Knapp 30 % der Anrufenden nennen im Verlauf des Gespräches eine bei ihnen diagnostizierte psychische Erkrankung, 6 % der Anrufenden leben in einer Einrichtung und 60 % (!) leben alleine. Damit ist klar, dass wir es am Krisentelefon mit Grenzgängern und Grenzgängen zu tun haben, wie im Eingangsartikel beschrieben: Psychische Erkrankungen bringen Menschen an die Grenzen ihrer Belastbarkeit. Sie finden sich selbst im Spektrum zwischen sog. ‚Normalität' und den Ausnahmen davon, an oder jenseits der Grenze, fühlen sich oft ausgegrenzt. Wer lange alleine lebt, kann auch an die Grenze kommen: Zuwenig Beziehung und Kontakt zu anderen Menschen führt gegebenenfalls zu Ent-grenzungen in der Kommunikation.

Das spiegeln auch die häufigsten Themen der Gespräche wieder: Niedergeschlagenheit als Lebensgefühl, Ängste, körperliche Beschwerden, Erkrankungen und Behinderungen plagen die Menschen, die anrufen - erst recht, wenn sie einsam sind oder sich einsam fühlen und niemand haben, mit dem sie darüber sprechen können. Der andere große Themenkreis betrifft die Beziehungen in Familie und Partnerschaft und deren Kehrseite: Streit, Trennung, Verlust; ebenso die Partnersuche, und die Beziehungen im direkten Umfeld zu Freunden und Nachbarn sind hier wiederkehrende Themen.

Themen der Seelsorgegespräche (ohne Aufleger, Schweigen oder abgelehnte Gespräche) Hier Auswahl von Items, Mehrfachnennungen möglich:	
Niedergeschlagenheit, depressive Stimmung	17,5 %
Körperliches Befinden (Beschwerden, Erkrankungen, Behinderungen)	15,9 %
Ängste	15,2 %
Einsamkeit/Isolation	14,8 %
Familiäre Beziehungen	12,4 %
Alltagsbeziehungen (Nachbarn, Freunde usw.)	9,6 %
Arbeitslosigkeit/Arbeitssituation	6,2 %
Trauer, Sterben, Tod	6,9 %
Leben in Partnerschaft	5,6%
Partnersuche/Partnerwahl	5,2 %
Trennung	3,2 %
Suizidalität in Suizidgedanken, -absichten, -versuchen	8,0 %

Der kritischste Grenzgang ist der zwischen Leben und Tod: In 8 % der Gespräche ist Suizidalität unverändert ein ausdrückliches Thema. Die Ziffer dürfte tatsächlich höher liegen, denn die suizidale Krise wird nicht immer sofort als Anlass des Gespräches benannt, sie kommt dagegen oft verschleiert in Andeutungen vor. Erhoben wird es als Thema, wenn Menschen Suizidgedanken haben, konkrete Suizidabsichten äußern oder bereits einmal einen Suizidversuch unternommen haben. Gerade die Gruppe der Menschen mit einer psychischen Erkrankung

gehört zur Risikogruppe, denn diese Erkrankungen erhöhen die Wahrscheinlichkeit einer suizidalen Krise. In diesen Gesprächen geht es also in doppelter Hinsicht um Grenzgänge: die zwischen psychischer Belastung, Krise oder Dauerbelastung, die zur psychischen Erkrankung führt, und die zwischen Leben und Nicht-mehr-Leben-Wollen. Wer in dieser Verzweiflung noch anruft, sendet einen Hilferuf, will vielleicht doch noch den Schritt auf die Lebensseite hinbekommen, schafft es aber alleine nicht mehr. Dann braucht es die ganze Konzentration und Bereitschaft der Ehrenamtlichen am Telefon, diese Grenze mit abzuschreiten: Was ist das Unerträgliche, was ist nicht mehr aushaltbar? Wenn es gelingt, diese meist versteckten und tabuisierten Seiten jenseits der Grenze anzusehen, zu benennen, mit auszuhalten, dann kann durchaus eine Perspektive über diesen Moment der Verzweiflung hinaus gewonnen werden, die als Brücke über die Grenze zurück ins Leben dienen kann.

Dauer des Gesprächs	2018	2017
0 – 5 Min.	13 %	14 %
5 – 10 Min.	14 %	15 %
10 – 15 Min.	14 %	13 %
15 – 30 Min.	33 %	32 %
30 – 45 Min.	7 %	16 %
45 – 60 Min.	6 %	7 %
60 – 90 Min.	3 %	3 %

Die Ergebnisse zur Dauer der Gespräche bilden den Trend ab – wenn auch nur im Ein-Prozent-Bereich – der eingangs geschildert wurde: Die kurzen Gespräche nehmen tendenziell ab zugunsten der Seelsorgegespräche, die zwischen 15 und 45 Minuten dauern. Genau 50% aller Seelsorgegespräche finden in diesem Korridor statt, in dem sich gut das Anliegen wahrnehmen und angemessen besprechen lässt. 11 % dauern bis zu einer Stunde oder maximal 90 Minuten: Diese längeren Gespräche finden häufig nachts statt: Jemand, der ab 23 Uhr und später anruft, kann eben nicht schlafen, seine Probleme und kritische Lebensereignisse halten ihn wach. Gerade Berufstätige müssen tagsüber oft funktionieren und blenden das aus, was sie quält – um es dann am Abend und in der Nacht umso drängender zu spüren. Zugleich mutet mancher Schmerz in der Nacht heftiger und dunkler an, als es am Tag wahrgenommen wird. Umso schwerer ist dann im Gespräch das Sortieren, das Verstehen, das Aushalten und ggf. der Blick nach vorne – weshalb die Gespräche nachts auch mehr Zeit erfordern können. Auch das ist ein Grenzgang – der zwischen Tag und Nacht – der es schwer

macht, die Tiefen eines Themas oder Problems angemessen auszuloten, ein Gespräch nach gewisser Zeit auch wieder zum Ende zu führen und sich zu verabschieden.

Wir dürfen also die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter am Seelsorgetelefon als kompetente Grenzgänger*innen bezeichnen, die mit den anrufenden Menschen vor der Aufgabe stehen, Grenzen zu erspüren, Grenzen abzugehen, die Seiten zu wechseln um sich ins Grenzland des Anderen einzufühlen, bei den eigenen Grenzen zu bleiben, um sich nicht zu verlieren, Grenz-„verhandlungen“ im Gespräch zu führen (‚Wo sind die Möglichkeiten und Grenzen, die wir beide jetzt miteinander haben?‘), Grenzen des Gegenübers mit auszuloten und, wenn gewünscht, eventuell zu erweitern, und schließlich Grenzen auch zu akzeptieren, wo es nötig oder gegeben ist, und nicht erneut Grenzen zu überschreiten, was den Anrufenden gegebenenfalls an anderen Stellen oft und schmerzlich genug widerfahren ist.

Dafür gilt den ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der TelefonSeelsorge in Mainz-Wiesbaden unser herzlicher Dank. Wir freuen uns, wenn es gelingt, sie dank der Ausrüstung der Stelle durch die evangelische und katholische Kirche so aus- und fortbilden zu können, dass sie diesem anspruchsvollen Dienst gewachsen sind und ihn mit Freude und persönlichem Gewinn versehen können.

Seelsorge im Internet

Auch wir stoßen an eine Grenze: Im vergangenen Jahr gab es im Leitungsteam nach einer Vakanzzeit eine Neubesetzung, zusätzlich eine Stellenkürzung um 50 %. Wegen der damit verbundenen personellen und strukturellen Veränderungen ruht derzeit die Mitarbeit unserer Stelle in der Mail- und Chatseelsorge im Internet. Informationen und Zahlen zu diesem bundesweiten Arbeitsbereich finden sich auf www.telefonseelsorge.de.

TelefonSeelsorge kann man lernen

Wir suchen immer wieder neue ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die offen für andere Menschen und ihre Sorgen sind, die auch in Krisen stabil und belastbar sind und die den Wunsch verspüren, in einer starken Gemeinschaft mitzuarbeiten.

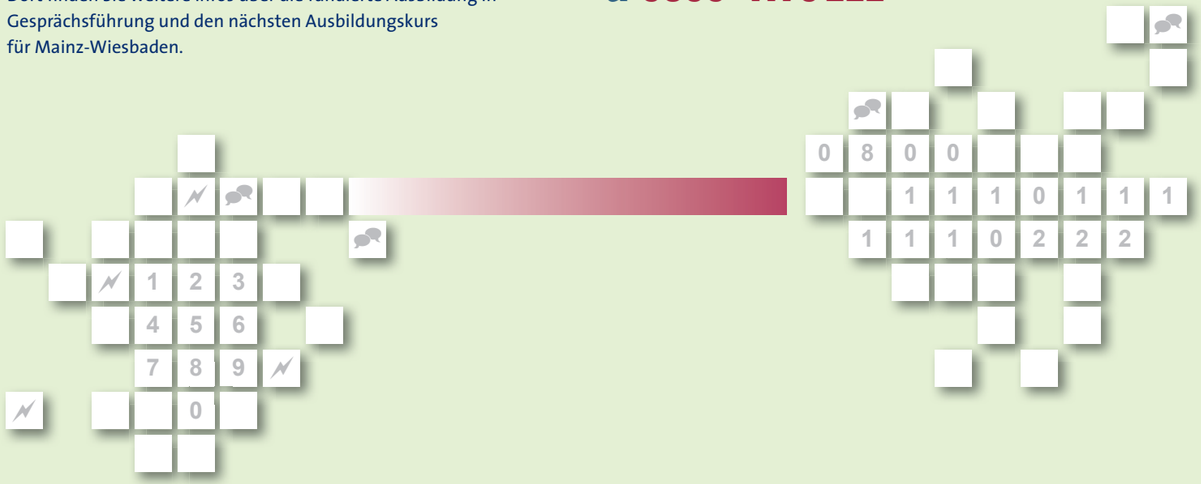
Haben Sie Interesse? Dann schauen Sie mal nach unter www.telefonseelsorge-mz-wi.de

Dort finden Sie weitere Infos über die fundierte Ausbildung in Gesprächsführung und den nächsten Ausbildungskurs für Mainz-Wiesbaden.

Sorgen kann man teilen.
Helfen Sie uns dabei.

Engagieren Sie sich ehrenamtlich in unserer starken Gemeinschaft.

0800-111 0 111
& 0800-111 0 222



Kontakt

Homepage:
www.telefonseelsorge-mz-wi.de

E-Mail: info@telefonseelsorge-mz-wi.de

Anschrift der Geschäftsstelle:
Schusterstraße 54
55116 Mainz
Tel. 0 61 31 / 22 05 11

Telefonischer Notruf:
Gesprächsmöglichkeit für Menschen in einer Krise und mit Problemen, die sie vertraulich besprechen möchten.

0800-111 0 111
& 0800-111 0 222

Täglich und 24-Stunden
gebührenfrei und bundesweit

Einheitliche Beratung und Seelsorge im Internet
Für Menschen, denen das Gespräch am Telefon eine (noch) zu große Hürde darstellt:

www.telefonseelsorge.de
Mail- und Chat-Beratung

Beratung durch hauptamtliche MitarbeiterInnen
für Menschen in Krisen und mit seelischen Problemen.
Termine nach telefonischer Vereinbarung

Beratungsstelle Mainz
Schusterstraße 54
55116 Mainz
Tel. 0 61 31 / 22 05 11

Beratungsstelle Wiesbaden
Emser Straße 18
65195 Wiesbaden
Tel. 0 611 / 59 87 15

Unsere Grundsätze

Anonymität
Niemand, der anruft, wird nach seinem Namen gefragt. Jede und jeder kann anonym bleiben.
Die Rufnummer der Anrufenden erscheint in keinem Display. Da das Telefonat gebührenfrei ist, hinterlässt es keine Datenspur, beispielsweise auf der Telefonrechnung. Auch die TelefonseelsorgerInnen bleiben anonym.

Verschwiegenheit
Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unterliegen der Schweigepflicht.

Kontinuierliche Dienstbereitschaft
Die Telefonseelsorge-Stellen sind Tag und Nacht dienstbereit, auch an Wochenenden und Feiertagen, bundesweit unter den Rufnummern 0800-111 0 111 und 0800-111 0 222.

TelefonSeelsorge
Anonym. Kompetent. Rund um die Uhr

Offenheit
Die Telefonseelsorge ist grundsätzlich offen für Anrufende mit allen Problembereichen in ihrer jeweiligen Situation.

Kompetenz
Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Telefonseelsorge sind sorgfältig ausgewählt, ausgebildet, werden weitergebildet und durch regelmäßige Supervision begleitet.

Weltanschauliche Offenheit
Es besteht Offenheit für weltanschauliche Fragen unabhängig von der Konfession, Religion oder Zugehörigkeit zu einer weltanschaulichen Gruppe.

Gebührenfreiheit
Für die Ratsuchenden entstehen keine Kosten. Dies wird möglich durch die Unterstützung der Deutsche Telekom AG.
Im Internet fallen lediglich die eigenen Internetverbindungskosten an.

Die Träger

Die Telefonseelsorge Mainz-Wiesbaden ist eine ökumenische Einrichtung, die von der evangelischen und der katholischen Kirche getragen wird.

Konkret sind dies die nachfolgenden vier Träger:

- **Das Bistum Mainz**
- **Das Evangelische Dekanat Mainz** (Evangelische Kirche in Hessen und Nassau)
- **Das Evangelische Dekanat Wiesbaden** (Evangelische Kirche in Hessen und Nassau)
- **Der Gesamtverband der Katholischen Kirchengemeinden Wiesbadens** (Bistum Limburg)

Der Verein Telefonseelsorge Mainz-Wiesbaden e.V. wird vertreten durch den 1. Vorsitzenden, Herrn Hans Jürgen Dörr, Bischöfliches Ordinariat Mainz.

Das Leitungsteam

Jochen Kreyscher, Pfarrer
Christopher Linden, Dr. Theol., Dipl. Psych.
Claudia Orthlauf-Blooß, Pastoralreferentin
Benedicta Schimmel, Pastoralreferentin
Tim Sittel, Pfarrer (V.i.S.d.P.)

Spenden

Wenn Sie die Arbeit der TelefonSeelsorge mit Spenden unterstützen möchten, können Sie dies auf dem unten angegebenen Konto tun. Sie erhalten von uns eine Spendenquittung (bitte Absender auf Überweisungsträger angeben).

Bankverbindung

Telefonseelsorge Mainz-Wiesbaden e.V.
Pax Bank Mainz eG
IBAN: DE74 3706 0193 4005 1700 15
BIC: GENODED1PAX

Danksagung

Das Leitungsteam der Telefonseelsorge Mainz-Wiesbaden dankt allen Menschen, die unsere Arbeit ideell oder finanziell tatkräftig unterstützen. Ein ganz besonderer Dank gilt dabei natürlich unseren ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die einen 24-Stunden-Dienst für Menschen mit Sorgen und Nöten erst möglich machen.

Der Druck des Jahresberichts wurde ermöglicht mit freundlicher Unterstützung unserer Kooperationspartner, die wir gerne weiterempfehlen (siehe Seite 2).

Sollten Sie mehr über die Arbeit der TelefonSeelsorge wissen wollen, schreiben Sie uns! Wir informieren Sie gerne.

TelefonSeelsorge
Anonym. Kompetent. Rund um die Uhr

Gestaltung: Peter Wagner, Mainz-Kastel