

Erfahrungsberichte

Wenn Werte kollidieren

Angelika L-W.

Ich betrete ein Hochhaus, gehe in die zweite Etage und begrüße in einer der Etagenwohnungen eine Mittsechzigerin. Sie bewegt sich langsam und schwer atmend von der Wohnungstür zu ihrem Sofa in der Wohnküche. Fast wäre das Gespräch durch ihr Unwohlsein ausgefallen. Doch meine telefonische Vorankündigung des Besuchs hat wohl doch die starke Luftnot in den Hintergrund treten lassen. Nach einem ersten Kennenlernen stelle ich meine erste Frage nach ihrer persönlich empfundenen Einsamkeit. Ein klares „Ja“ bekomme ich zu hören und anschließend direkt verschiedene Beispiele großer Enttäuschungen aus ihrem Leben. Nach kurzer Zeit schon teilte sie mir offen verschiedene negative Erfahrungen mit, besonders von den Menschen, die ihr früheres Leben geprägt hatten.

Gefühlt in gleichem Atemzug äußert sie ihre verschiedenen Erwartungen und Wünsche zu den Beispielen, denn sie weiß, wie ihre damaligen Lebenssituationen doch hätten richtig sein sollen.

Mir fällt es fast schon schwer, mich gegen dieses energiezehrende Fahrwasser des Pessimismus zu verwehren. Fast schon habe ich Sympathie für ihre Opferrolle. Doch entscheide ich mich bewusst in diesem Gespräch die Metaebene einzunehmen. Vor allem beobachte ich offenkundige Diskrepanzen zwischen ihren eigenen Ansprüchen, wie etwas hätte damals sein sollen und dem, wie es dann mit anderen stattgefunden hat. Ihre ausgeführten Beispiele bestätigen meine Vermutungen, dass ihren klaren Vorstellungen so gut wie niemand gerecht werden kann. Ich behalte das Gefühl, dass Begegnungen als zu kurz oder unvollständig empfunden werden, jedes Gespräch als unbefriedigend bewertet und auch Unterstützungen bei alltäglichen Herausforderungen oft als anstrengend interpretiert werden. Ich verstehe, wie verschiedene gesundheitliche Einschränkungen ihre schwere Lebenssituation empfundener Einsamkeit verstärken. Denn auch in diesem Lebensbereich weiß wohl auch keiner, sich auf ihre Bedürfnisse einzuschwingen. Weiterhin höre ich eine Wertestruktur aus ihren Beschwerden heraus, die schon vor langer Zeit gelegt wurde. In ihr scheint der Maßstab des eigenen

[BILDUNGSBAUSTEINE]

DREI E-PRINZIP



Große Enttäuschungen und unerfüllte Erwartungen speichern sich als negative und unangenehme Erfahrungen in Geist und Körper ab. Wenn sich diese Schleifen gedanklich stetig wiederholen verstärkt sich dadurch oft des Empfinden zu großer Einsamkeit.

Das Magazin zur Selbstwirksamkeit

WÜRDE Impulse

WÜRDE-IMPULS-RÄUME

Bewertungsrasters fest in ihrer Kindheit gelegt. Die Erfahrungswelten mit ihrer geliebten Großmutter war scheinbar die einzige, die ihr mit Respekt begegnete und durch sie sich als wertvoll erlebte. Mit großer Freude und auch leicht feuchten Augen zeigt sie mir Fotos ihres früheren Lebens, auf denen sie mit ihrer Großmutter abgebildet ist, und erzählt dazu kurze Begebenheiten.

**Eher lokale
Allianzen helfen
WÜRDE:teilen und
Einsamkeit:überwinden**

Nach diesem sehr persönlichen Gespräch – letztlich hätte es noch um Stunden verlängert werden können – verlasse ich sie mit einem doppelten Empfinden. Einerseits nehme ich die Mitteilungsfreude einer wirklich sehr belasteten Frau mit in meine Welt. Andererseits wünsche ich ihr, dass sie noch lernen kann, zukünftig mit größerer Freude ihre seltenen Begegnungen und Angebote von außen leichter anzunehmen.

Denn im Kern verurteilt sie unbewusst die Taten oder sogar die „unfähigen“ Menschen, doch sehe ich in solchen Momenten, den Schrei nach Nähe, die sie noch immer in einer tiefen Verbindung zu ihrer Großmutter spürt. An diesem Maßstab werden alle anderen Menschen scheitern, denn diese Form von Zugehörigkeit und Geborgenheit sind wohltuende Erinnerungen an eine vergangene Zeit.

Hätte ich ihr meine Erkenntnis sagen sollen? Vielleicht wäre diese Offenheit ein erster Schritt in die Richtung gewesen, Ihren eigenen Missmut wahrzunehmen und die Tür der Freude einen Spalt zu öffnen? Explizit haben wir wenig über WÜRDE gesprochen, doch schwang die ganze Zeit konstant die große Sehnsucht nach einem Gesehenwerden im Raum mit. So wünsche ich ihr von Herzen eine größere Leichtigkeit, sie hätte es in ihrer Situation sehr verdient.

*Hier gibt es weitere
Artikel zum Thema
WÜRDE & Einsamkeit >*



oder über diesen Link: <https://bit.ly/442OGZn>

Was steckt dahinter?

vision : teilen

vision:teilen – eine franziskanische Initiative gegen Armut und Not – e. V. ist die Heimat verschiedener nationaler und internationaler Hilfsprojekte mit den Schwerpunkt Düsseldorf. Hinzu kommen auch Projekte und Initiativen welche aus individuellem Engagement einzelner entstanden sind und die so erfolgreich wurden, dass sie eine langfristig tragfähige Struktur benötigen. Die Projekte umfassen im Wesentlichen fünf Handlungsfelder: Soziales | Bildung | Gesundheit | Lokale Ökonomie | Nothilfe

www.vision-teilen.org

Das Magazin zur Selbstwirksamkeit

WÜRDE *Impulse*

Das Magazin zur Selbstwirksamkeit betrachtet WÜRDE in verschiedenen Lebensbereichen. Der Untertitel wird in Texten, als Podcasts und in verschiedenen Veranstaltungen lebendig. Lass Dich inspirieren, motivieren und ermutigen und gestalte Deinen Wirkungsbereich. WÜRDE kann als ein Bewusstwerdungsprozess und als ein von Menschen angelegtes Konzept sozialen Miteinanders angesehen werden.

www.wuerde-impulse.de

„hallo
nachbar!“

Eine Kooperation

Als vision:teilen und WÜRDE Impulse stoßen wir ein Pilotprojekt in einzelnen Ortsteilen von Düsseldorf an, um das Bewusstsein für die eigene WÜRDE der Betroffenen (theoretisch und praktisch) stärker in den Fokus zu rücken. Bei „hallo nachbar!“ – als Projekt von vision:teilen – setzen sich Ehrenamtliche auf vielfältige Weise für vereinsamte und bedürftige Nachbarn sowie Nachbarn in Notsituationen ein. Sie sind Türöffner in vielerlei Hinsicht: Sie besuchen die Nachbarn zuhause und haben ein offenes Ohr für ihre Sorgen und Geschichten. Sie gehen mit ihren Nachbarn nach draußen und leisten praktische Hilfe beim Einkauf oder anderen Anliegen. Dies ist umso wichtiger, da bis zu zwei Drittel der begleitenden Nachbarn Menschen mit Behinderungen sind, die zuhause wohnen und allein ihre Wohnung nicht verlassen können.

Qualifizierte SozialarbeiterInnen machen die Erstbesuche und bringen die Nachbarn und Ehrenamtlichen zusammen. Sie begleiten durch gemeinsame Treffen und Weiterbildungen die Ehrenamtlichen und unterstützen Betroffene gegenüber Behörden.

www.hallonachbar.org

Phase 1:

Einblicke schaffen sowie
Erfahrungsberichte von und
mit Betroffenen



Wir starten mit Erfahrungsberichten von betroffenen und ehrenamtlichen Menschen, deren Geschichten zu WÜRDE und Einsamkeit wir im Magazin und digital auf der Homepage der WÜRDE Impulse veröffentlichen. Exemplare für eine Verteilung sind auf Anfrage zu bekommen.

Phase 2:

Pilotkampagne im Quartier



Pilotkampagne im Quartier mit den dort ansässigen Organisationen und Unternehmern – wir planen die Kampagne zur Prävention und Entstigmatisierung schrittweise in ganz Düsseldorf umzusetzen.

Phase 3:

Kick-Off und Begegnungen



Auf einer Eröffnungsveranstaltung im Quartier starten wir damit, finanzielle Mittel einzuwerben, finden neue Engagierte für vision:teilen bzw. multiplizieren das Projekt mit Mitwirkenden vor Ort in andere Bezirke in Düsseldorf.

Phase 4:

Partnerschaften und
lokale Projekte



Nach dem Kick-Off in einem Quartier kommt es zur Vertiefung und Umsetzung von nachbarschaftlichen Projekten, Begegnungen und der Vernetzung mit Unternehmen und anderen Anbietern sozialer Angebote.

Wer Interesse an den Magazinen zur Selbstwirksamkeit hat, meldet sich unter kontakt@wuerde-impulse.de

2 MAGAZINE



STATT 19,90€
18,-€*

3 MAGAZINE



STATT 29,85€
27,-€*

JEDES WEITERE MAGAZIN



+8,50€*

Zusätzlich anstatt für 15,50€ für **9,95€*** erhältst du das POSTKARTENSET!

* zzgl. länderspezifischer Versandkosten

Wozu ein Fond? WÜRDE:teilen – Einsamkeit: überwinden

Grundlagen

Eine unfreiwillige Einsamkeit führt oft zu psychischen Belastungen, Rückzug und Hilflosigkeit. Nach statistischen Untersuchungen leben 17,1 Mio. Menschen (2019) in Deutschland allein. 14% der Menschen (ca. 6,64 Mio.) in Deutschland zwischen 46 und 90 Jahren fühlen sich einsam. In Düsseldorf sind dies rund 36.000. Es fehlt Kontakt zu vertrauten Menschen, die aufgrund von Mobilität, Schicksal oder persönlichen Gründen aus dem Leben verschwunden sind. Verbunden oft auch mit Armut wird die soziale Teilhabe stetig schwieriger, und die Isolationsspirale nimmt ihren Lauf.

Was haben wir vor über die Mittel eines Fonds umzusetzen?

Wir werben finanzielle Beiträge ein, die gezielt dazu dienen

- den niederschweligen Bedarf einzelner einsamer Menschen in den Düsseldorfer Stadtbezirken aufzugreifen.
- Parallel wird politisch auf Bezirksebene an der Sensibilisierung und öffentlich an der Ent-Stigmatisierung zum Thema WÜRDE & Einsamkeit gearbeitet.
- Start mit Foto- und Videosequenzen von betroffenen und ehrenamtlichen Menschen – Ausstellungsort finden (Zielfrage z. B. Was bedeutet „WÜRDE“ für Dich im Alltag)
- Verschiedene Bildungsbausteine zu WÜRDE und Einsamkeit werden Betroffenen, Freiwilligen und Unternehmen zugänglich gemacht.

Diese Aufgaben setzen wir dazu in den nächsten Monaten um:

- Kurse und Schulungen:** Themen wie Einsamkeitsfähigkeit, Einsamkeit überwinden, Einsamkeit und WÜRDE
- Öffentlichkeitsarbeit:** Diskussionsrunden auf Bezirksebene, Veranstaltungen im öffentlichen Raum, Sensibilisierung der Bevölkerung
- Finanzielle Unterstützung:** Bedarfe einsamer Menschen erkennen und ihnen helfen, Einsamkeit zu überwinden. z.B. Einmal ans Meer, Fahrdienst, Material für das Hobby
- Finanzielle Absicherung** von „hallo nachbar!“, um die bestehende Hilfe gegen Einsamkeit weiter kostenfrei fortführen und ausbauen zu können.
- Aufbau eines Fonds für die Stadt Düsseldorf** – unter Federführung vision:teilen & WÜRDE Impulse werden weitere Partner einbezogen, um dem Anliegen der Betroffenen Rechnung zu tragen.

SPENDER, STIFTER UND MITGESTALTER GESUCHT unter kontakt@wuerde-impulse.de. Ansprechpartner für das Projekt „hallo nachbar!“ und das Magazin WÜRDE Impulse:

Daniel Stumpe
daniel@vision-teilen.org
0211 66 83 373

Michael Beilmann
kontakt@wuerde-impulse.de
0152 08 79 74 28