



Hilfe in
Lebenskrisen
und bei
Selbsttötungsgefahr

ARBEITSKREIS LEBEN E.V. (AKL)

Aus Stadt und Kreis

Nürtinger Zeitung
Wendlinger Zeitung 13

Unterstützung auf Augenhöhe

26 Frauen und Männer sind beim Arbeitskreis Leben in der Krisenhilfe engagiert und stehen Menschen in Not im Alltag bei

Seit mehr als 25 Jahren gibt es in Nürtingen den Arbeitskreis Leben. Eine Einrichtung, die von haupt- und ehrenamtlichen Kräften getragen wird. Kaum sichtbar, aber für den AKL sehr wichtig, ist die Arbeit der ehrenamtlichen Krisenhelfer. Männer und Frauen, die etwas ganz Besonderes bieten: Akzeptanz, Beziehung, Begleitung und Zuwendung von Bürgern für Bürger.

VON ANNELIESE LIEB

NÜRTINGEN. „Alle 47 Minuten bringt sich in Deutschland ein Mensch um sein Leben. Alle vier Minuten versucht es einer. Darüber reden kann Leben retten“ steht auf einem Flyer, der im Büro des Arbeitskreises Leben (AKL) in der Bahnhofstraße ausliegt. Dass Menschen in schwierigen Lebenssituationen wieder Licht am Ende des Tunnels sehen, dazu tragen die ehrenamtlich tätigen Krisenbegleiter des AKL als „Starke Helfer“ bei. „Sie übernehmen ein hohes Maß an Verantwortung und leisten zuverlässige und kontinuierliche Hilfe“, sagt Ursula Strunk, die Leiterin der Bere-

kräfte ist das Erstgespräch mit den Ratsuchenden; die Klärung der Anliegen, eventuelle Weiterleitungen und die Kooperation mit anderen sozialen Diensten und schließlich die Vermittlung der Klienten an die Krisenbegleiter.

Zur Stammmannschaft der Ehrenamtlichen zählt seit vielen Jahren Almuth Fischer von Mollard. Die Nürtingerin kam 1994 zum AKL. „Ich habe damals meine Mutter gepflegt und einen Ausgleich für mich selbst gesucht.“ Nach einigen Jahren Krisenbegleitung hat sie sich 1998 dem AKL-Treff angeschlossen. Jeden Montag von 16 bis 19 Uhr ist das Café im katholischen Gemeindehaus in der Vendelastraße geöffnet. Viele Besucher kommen schon seit Jahren. „Sie freuen sich, dass sie bei uns eine Ansprache finden. Und wenn es gewünscht wird, dann bieten wir auch Zweiergespräche an“, berichtet Almuth Fischer von Mollard über die Arbeit im Treffpunkt.

Den ehrenamtlichen Einsatz keine Sekunde bereit

Auf dem Programm des AKL-Treffs stehen aber auch Ausflüge, „wir waren beispielsweise schon zusammen auf dem Flughafen, bei Ritter Sport oder im Theater“. Außerdem gibt es regelmäßige Fortbildungsveranstaltungen für die Krisenbegleiter. „Es gibt so viele einsame und isolierte Menschen, wen wir denen helfen können, dann ist das eine große Bereicherung für uns Krisenhelfer“, fasst Almuth Fischer von Mollard die Motivation zusammen, in der Freizeit für andere krisengeschüttelte Menschen da zu sein.

„Das kann ich nur unterstreichen“, sagt Oliver Schwarz. Er gehört erst seit wenigen Jahren dem Team der Krisenhelfer an, hat seinen Einsatz aber „noch keine Sekunde“ bereit. Für ihn ist es ein Ausgleich zum Beruf. Über seine Ehefrau, die den Arbeitskreis Leben als passives Mitglied schon seit Jahren unterstützt, kam er zu den Krisenbegleitern. Die Ausbildung dauert ein Jahr. Bei den vierzehntäglichen Treffen werden die Ehrenamtlichen mit sehr vielen Themen konfrontiert, die helfen, das Interesse und die Bedürfnisse der Menschen in Not zu erkennen und Lösungsansätze mit ihnen zu erarbeiten. „Man muss zuhören können, achtsam und aufmerksam sein“, sagt Ursula Strunk. Sehr wichtig ist der Respekt vor der Individualität des Einzelnen und seinen Entscheidungen. Hilfreich, das weiß Strunk aus Erfahrung, sind erste Zusammenkünfte, die mit einem Spaziergang verbunden sind: „Da kommt buchstäblich etwas in Bewegung.“

Dass er den Rat- und Hilfesuchenden



Spaziergänge mit den Klienten bringen etwas in Bewegung.

Foto: Holzwarth

nicht nur mit Gesprächen helfen kann, sondern gelegentlich auch ganz praktisch, wenn er seinem Klient ein Fahrzeug für einen Umzug besorgt oder mit ihm ein Bewerbungstraining macht, empfindet Oliver Schwarz auch als persönliche Bereicherung. Doch nicht immer geht er nach einem Treffen befriedigt nach Hause. „Es gibt Tage mit positiven, aber auch negativen Erlebnissen“, will er nichts beschönigen. Manchmal hat er auch den Eindruck, dass ihm selbst der Spiegel vorgehalten wird. „Man wächst an der Aufgabe; für mich ist es ein Geben und Nehmen. Die Entscheidung, mich dem AKL anzuschließen, hat definitiv mein Leben bereichert.“

In der Regel treffen sich die Krisenbegleiter mit ihren Klienten einmal in der Woche circa drei Stunden. Wie die Beglei-

ter das Zusammentreffen gestalten, bleibt ihnen weitgehend selbst überlassen. Nach der ersten intensiven Phase kann der Rhythmus auch vergrößert werden.

Taucht ein Problem auf, das die Laien überfordert, stehen ihnen die hauptamtlichen Kräfte jederzeit zur Seite. Alle zwei Wochen findet eine Supervision in den Räumen des AKL statt, bei der viele Dinge geklärt werden können. Die Offenheit und Hierarchiefreiheit bei den Treffen mit den Hauptamtlichen schätzt Oliver Schwarz. „Jeder darf seine Meinung sagen, gleichgültig, wie lange man schon dabei ist.“

Wer sich für die Arbeit als Krisenbegleiter interessiert, kann sich an den Arbeitskreis Leben in der Bahnhofstraße 2/1 in Nürtingen wenden. 2011 findet ein neuer Kurs statt.

**Ehrenamtspreis
»Starke Helfer«**

Eine Aktion der
Nürtinger Zeitung in
Zusammenarbeit mit
der Stiftung
Kreissparkasse
Esslingen-Nürtingen

**Stiftung
Kreissparkasse**

**Wendlinger Zeitung
Nürtinger Zeitung**

tungsstelle. Manche Begleiter sind schon seit über 25 Jahren dabei – so lange, wie es den AKL schon gibt. Besonders wertvoll für die Menschen in der Krise ist, dass die Unterstützung auf Augenhöhe stattfindet. Ein Angebot, so Strunk, das Fachkräfte nicht leisten könnten. Die Gespräche sind lebenspraktisch und nahe am Alltag des Ratsuchenden. „Die Voraussetzungen für gelungene Begleitungen schaffen wir durch ein achtsames Zusammenspiel der Ehrenamtlichen mit den Fachkräften“, berichtet die Leiterin des AKL. Aufgabe der Fach-