



TelefonSeelsorge®

Düren – Heinsberg – Jülich

0800-1110111

0800-1110222

EINSAMKEIT ANSPRECHEN

JAHRESBERICHT DER TELEFONSEELSORGE
DÜREN – HEINSBERG – JÜLICH
ENTWICKLUNGEN IM JAHR 2024

Herzlich Willkommen

INHALT

| | | | |
|---|--|----|-----------------------------------|
| 3 | Vorwort | 10 | Fortbildungen und Veranstaltungen |
| 4 | Einsamkeit ansprechen | 13 | Mitarbeitende |
| 6 | Statistik - Einsamkeit in Zahlen, Gesprächen und Gesichtern | 13 | Träger und Gremien |
| 8 | Einsamkeit im Spiegel der Seelsorgeformate | 14 | Unterstützende |
| | | 15 | Zum Abschluß |

IMPRESSUM

TelefonSeelsorge Düren – Heinsberg – Jülich
www.telefonseelsorge-dueren.de

Walter Peukert, Leitung, Dipl. Theologe
Myga Hünewinckell, stellvertretende Leitung, Dipl. Psychologin
Eva Stolz, Sekretariat, Soz.- Pädagogin

Kontakt

Postfach 102021, 52320 Düren
Tel. 02421 10403

Texte

Walter Peukert und
Myga Hünewinckell

Spendenkonto

Pax Bank Aachen
BIC GENODED1PAX
DE64 3706 0193 1000 1000 10

Bilder

Titelfoto, S.3: <https://www.artic.edu/artworks/111628/nighthawks>
S.4: www.pixabay.com/KevinSchmid
S.8: www.pixabay.com/Kristjan
S.11: <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=13291311>

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

die Gründe, warum Menschen zum Hörer oder zur Tastatur greifen, um mit der TelefonSeelsorge Kontakt aufzunehmen, haben zwei Aspekte. Jeder Chat, jede E-Mail und jeder Anruf ist etwas Einzigartiges: von einem besonderen Menschen zu einer bestimmten Zeit in einer konkreten Situation formuliert. Und gleichzeitig gibt es etwas Verbindendes. Die TelefonSeelsorge wird bewusst als Gegenüber gesucht. Vielleicht, weil das Anliegen lieber anonym besprochen werden möchte, weil die bisherigen Ratschläge nicht hilfreich waren oder weil es niemanden gibt, mit dem man sich über sein Thema austauschen und besprechen kann. Gerade dieser letzte Grund beschäftigt uns in besonderer Weise. Viele Menschen wenden sich an die TelefonSeelsorge, weil genau das ihr Anliegen ist: niemanden zu haben, einsam zu sein.

Das Thema „Einsamkeit“ war 2024 bei der TelefonSeelsorge besonders im Fokus. Die Bundesleiter:innen-Konferenz hat sich intensiv damit auseinandergesetzt und wir haben es in unserer Stelle zum Inhalt des jährlichen Schulungswochenendes gemacht. Deshalb ist auch unser Rückblick auf das vergangene Jahr davon geprägt.



Bild von Edward Hopper:
„Nighthawks“

Zunächst bedanken wir uns ganz herzlich bei allen, die die TelefonSeelsorge Düren – Heinsberg – Jülich im vergangenen Jahr engagiert begleitet und unterstützt haben. Wir freuen uns ganz besonders, dass wir im April 2024 fünf neue ehrenamtliche TelefonSeelsorger:innen in einem feierlichen Gottesdienst für ihren Dienst beauftragen konnten. Das ist eine hilfreiche und wichtige Ergänzung unseres Teams.

Gut 45 ehrenamtliche TelefonSeelsorger:innen haben am Telefon, im Chat und mit E-Mails daran gearbeitet, dass Menschen in herausfordernden Lebenssituationen ein offenes Ohr und ein „hörendes Herz“ erfahren konnten. Für das damit verbundene Engagement und die investierte Zeit bedanken wir uns ganz herzlich. Veränderungen machen auch vor unserer Stelle keinen Halt. So haben wir einige Ehrenamtliche mit ganz besonderem Dank aus dem Dienst verabschiedet, freuen uns aber, sie bei den Austauschtreffen der Ehemaligen begrüßen zu können. Ein weiterer, besonderer Dank gilt unseren Trägern, dem Kirchenkreis Jülich und dem Bistum Aachen sowie unseren Sponsor:innen und Spender:innen. Sie ermöglichen durch ihr kontinuierliches und großzügiges Engagement unser Angebot.

Wir wünschen Ihnen eine anregende Lektüre.

Walter Peukert und
Myga Hünnewinkel

EINSAMKEIT ANSPRECHEN

Telefonseelsorge und einsame Menschen

„Der Mensch wird am Du zum Ich.“ In dieser bekannten Formulierung des Philosophen Martin Buber schwingt gleichzeitig eine der großen Fragen der Gegenwart mit: Was ist mit den Menschen, die – trotz vielfältiger Bemühungen – kein solches „Du“ kennen oder benennen können, den Menschen, die von Einsamkeit betroffen sind?

Mittlerweile hat sich Einsamkeit zu einem Thema entwickelt, das von Wissenschaft und Politik als gesamtgesellschaftliche Herausforderung wahrgenommen wird. Um ihr begegnen zu können, wurden mittlerweile eine „Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit“ und ein „Kompetenznetz Einsamkeit“ entwickelt. Initiativen, die das Thema Einsamkeit als Ganzes verstehen und angehen wollen. Darüber hinaus wird viel zu Ursachen und Lösungsansätzen geforscht und veröffentlicht.

TelefonSeelsorger:innen erleben in fast jedem Dienst, was es bedeutet, einsam zu sein. Es wird deutlich, dass niemand vor der Einsamkeit sicher ist. Sie kann bei Jung und Alt ganz plötzlich – bedingt durch äußere Umstände und oft durch Veränderungen im Leben – auftreten und auch wieder daraus verschwinden. Sie kann sich aber auch darin verwurzeln und ein Leben langfristig überschatten.



Einsamkeit hat viele Gesichter. Eine Gemeinsamkeit ist allerdings, dass sie uns nicht wirklich geheuer ist. Sie ist gleichsam etwas, für das man meint, sich schämen zu müssen. Das stellen TelefonSeelsorger:innen immer wieder fest. Trauer, Beziehungsprobleme, sogar suizidale Gedanken werden oft klarer, schneller und deutlicher formuliert als die Not der Einsamkeit. Kontakte mit einsamen Menschen, egal ob am Telefon oder im Chat, verlaufen häufig anders. Die Einsamkeit wird in der Regel nicht direkt angesprochen. Man spürt zwar, dass hinter dem, was thematisiert wird, noch etwas anderes steht, quasi der unausgesprochene „Elefant im Raum“, aber der wird zunächst oft umgangen oder es wird zumindest versucht.

Eine mögliche Ursache für diese Zurückhaltung liegt vermutlich darin, dass wir in einer Gesellschaft leben, in der – scheinbar – ganz viel kommuniziert wird. Die Möglichkeiten, sich auszutauschen, in Kontakt zu treten und zu bleiben, haben sich deutlich ausgeweitet. Betroffene und Außenstehende können leicht zu dem

Fehlschluss gelangen, dass „man doch etwas falsch macht“, wenn man sich angesichts dieser vielfältigen Möglichkeiten einsam fühlt. Wenn man dann auch noch in einer Beziehung lebt und sich dennoch – was manche Untersuchungen zeigen – einsam fühlt, ist der Weg zur Fehleinschätzung und zu einem schmerzhaften Schamgefühl noch kürzer.

Auch für die TelefonSeelsorger:innen ist der Umgang mit dem Thema Einsamkeit und mit den Menschen, die darunter leiden, durchaus herausfordernd. Die immer wieder spürbare Hoffnung der Menschen, dass ihre Einsamkeit durch Kontakte mit der TelefonSeelsorge überwunden wird, lässt sich leider nicht erfüllen. Solche Kontakte, ob im Chat oder am Telefon, können den Schmerz der Einsamkeit eventuell für einen Augenblick lindern, sind aber keine „echte Lösung“. Es gibt leider nicht nur den einzelnen einsamen Anrufenden und es gilt, die vorhandenen Ressourcen der TelefonSeelsorge gut zu verteilen. Für TelefonSeelsorger:innen heißt das regelmäßig, abzuwägen - abzuwägen zwischen einem hilfreichen und die Einsamkeit ernst nehmenden Gespräch und dem Anspruch, auch für andere Menschen präsent zu sein. Dazu gehört die Notwendigkeit, ein Gespräch oder einen Chat zeitlich zu begrenzen. Diese Situation wird oft dadurch erschwert, dass einsame Menschen sich diesem Thema vorsichtig nähern, nicht „mit der Tür ins Haus fallen“ und häufig mit vermeintlichen Alltagsthemen den Kontakt beginnen.

In Anlehnung an die Formulierung von Martin Buber lässt sich sagen: TelefonSeelsorge kann hier kein dauerhaftes, aber zumindest ein punktuelles „Du“ anbieten:

- _ ein Gespräch oder einen Chat, oft in einer gewissen Regelmäßigkeit, das bzw. der dem Gegenüber – wenn auch zeitlich begrenzt – ermöglicht, sich nicht nur als einsamer Mensch zu fühlen, sondern als „Ich“ mit Wert und Würde, dem mit Interesse zugehört wird;
- _ einen Kontakt, in dem bewusst auf wohlmeinende und dennoch wenig hilfreiche Ratschläge im Stil von „...mal wieder unter Menschen gehen...“ verzichtet wird, in dem die schambesetzte Not der Einsamkeit aber an- und ausgesprochen werden kann und darf.

Allein das mag schon eine Kontrasterfahrung zum Alltagserleben vieler einsamer Menschen sein, die diese Möglichkeiten sonst nur selten haben.

Den Wunsch nach einer verlässlichen Beziehung, den einsame Menschen in besonderer Weise spüren, kann TelefonSeelsorge in der gewünschten Form nicht erfüllen. Das würde die Grenzen des Systems sprengen, zumal ein Unterstützungssystem allein eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe schlicht nicht lösen kann. Gleichzeitig können TelefonSeelsorger:innen ein punktuelles und klar umrissenes Beziehungsangebot machen, das (nicht nur) einsamen Menschen die Möglichkeit eröffnet, sich wahrgenommen und verstanden zu fühlen - nicht als Einsame, sondern als Menschen, die ein Gegenüber haben. Dann kann sich – zumindest punktuell – etwas realisieren, das Martin Buber so formuliert hat:

**„Wo Du gesprochen wird, ist kein Etwas.
Du grenzt nicht.“**

STATISTIK - EINSAMKEIT IN ZAHLEN, GESPRÄCHEN UND GESICHTERN

Unsere Statistik gibt auch in diesem Jahr Einblick in die Vielfalt und Tiefe seelsorglicher Kontakte – und macht zugleich deutlich, wie präsent das Thema Einsamkeit in den Lebenswirklichkeiten der Ratsuchenden ist. Die unterschiedlichen Kanäle – Telefon, Chat und Mail – zeigen dabei jeweils eigene Charakteristika im Hinblick auf Nutzergruppen, Kontaktformen und thematische Schwerpunkte.

Telefon – Nähe durch Stimme

Mit 7.662 Seelsorgegesprächen war das Telefon auch 2024 der meistgenutzte Zugang zur Telefonseelsorge. Der Anteil der Gespräche, in denen Einsamkeit und Isolation thematisiert wurden, lag bei 24 % – und war damit das häufigste Anliegen. Besonders auffällig ist der hohe Anteil an Menschen, die allein leben (69 %), sowie die Altersschwerpunkte in den mittleren bis höheren Lebensjahren: 75 % der Anrufer waren zwischen 30 und 70 Jahre alt, rund ein Drittel im Alter von 60–70 Jahren. Dies deckt sich mit gesellschaftlichen Entwicklungen, die zeigen, dass gerade ältere Menschen von Vereinsamung betroffen sein können – etwa nach dem Eintritt in den Ruhestand (31 % der Anrufer) oder durch den Verlust sozialer Bezüge. Die durchschnittliche Gesprächsdauer lag bei 24 Minuten – ein Ausdruck der tiefen und oft existenziellen Anliegen, die in der telefonischen Seelsorge zur Sprache kommen.

Chat – Schnellkontakt mit Tiefgang

Der Chat wurde 361-mal in Anspruch genommen – fast ausschließlich spontan und anonym. Die Nutzenden waren überwiegend jung: 75 % waren zwischen 15 und 40 Jahre alt, besonders stark vertreten die Altersgruppe der 20–30-Jährigen. Auch hier war Einsamkeit ein zentrales Thema – wenngleich depressive Stimmung (27 %) und familiäre Belastungen (19 %) noch häufiger benannt wurden.

17 % der Chats befassten sich explizit mit Einsamkeit – vielfach im Zusammenhang mit dem Gefühl, emotional keinen Platz zu finden, selbst innerhalb von Familien oder Partnerschaften. Dass 35 % der Ratsuchenden allein leben, unterstreicht den Bedarf nach niedrigschwelliger, schriftlicher und sofortiger Unterstützung. Mit 29 % war die Suizidalitätsquote im Chat deutlich höher als am Telefon – ein Hinweis darauf, dass akute Krisen bei jüngeren Menschen häufig schriftlich und anonym thematisiert werden.

Mail – Zeit zum Schreiben, Raum zum Erzählen

Im Mailkontakt (211 Gespräche) sind es vor allem jüngere Ratsuchende, die sich melden – 77 % sind unter 40 Jahre alt, 23 % sogar unter 15 Jahre. Die Mails zeugen oft von einer langen inneren Auseinandersetzung. In keiner anderen Form sind die Anteile psychischer Belastung und existenzieller Krisen so hoch: 38 % der Mails behandelten Suizidalität, 41 % depressive Verstimmungen.

Zwar wurde Einsamkeit in den Mails seltener direkt benannt als im Telefonkontakt, doch viele Mails lassen die tiefe innere Isolation spürbar werden – gerade bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die sich in Schule, Ausbildung oder im Elternhaus nicht gesehen fühlen. Mit einem hohen Anteil von Wiederholungsschreibern (58 %) zeigt sich zudem, dass Mailseelsorge für viele ein Ort langfristiger Begleitung ist.

Fazit:

Die Statistik 2024 zeigt: Einsamkeit hat viele Gesichter – und sie äußert sich unterschiedlich, je nach Lebensalter, Kommunikationsweg und seelischer Verfassung. Während am Telefon häufig ältere, alleinlebende Menschen mit chronischer Einsamkeit Hilfe suchen, nutzen jüngere Ratsuchende vor allem Chat und Mail, um emotionale Isolation, familiäre Belastungen und akute Krisen zu besprechen. So unterschiedlich die Zugänge auch sind: Alle drei Kanäle der Seelsorge bieten Menschen in Not einen Raum, in dem sie gehört, ernst genommen und begleitet werden – oft der erste Schritt aus der Isolation.

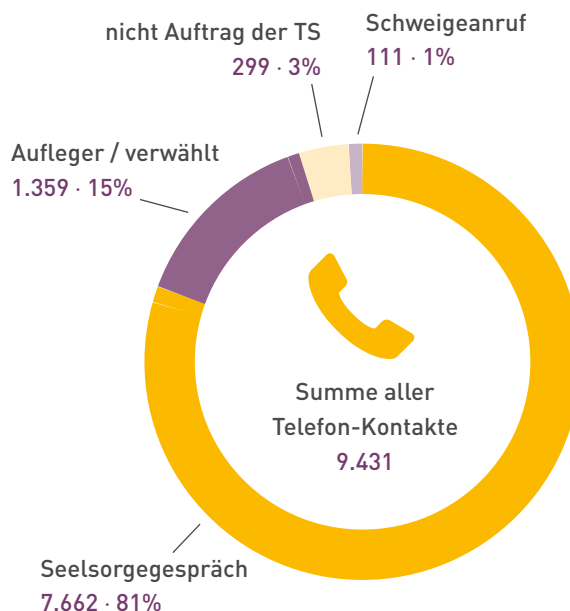
„EINSAMKEIT ENTSTEHT NICHT DADURCH, DASS MAN KEINE MENSCHEN UM SICH HAT, SONDERN DADURCH, DASS MAN NICHT IN DER LAGE IST, DIE DINGE ZU KOMMUNIZIEREN, DIE EINEM WICHTIG ERSCHEINEN.“

Carl Gustav Jung

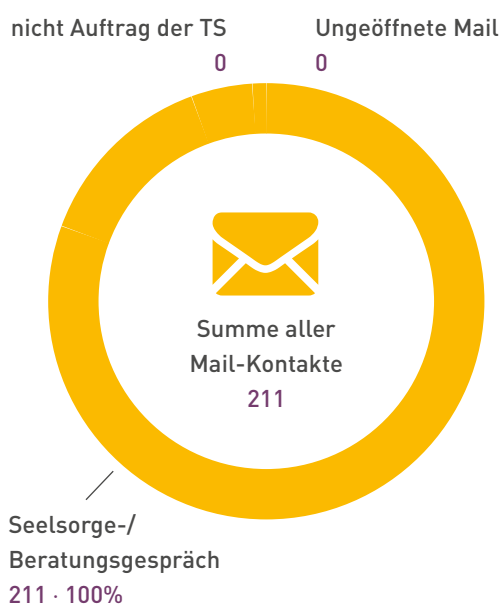
Das Thema Einsamkeit war schon immer ein wesentliches Sorgen-Thema der bei der TelefonSeelsorge Rat Suchenden. Im gesellschaftlichen Bewusstsein ist es durch die Corona-Pandemie deutlicher verankert worden. Tatsächlich hat sich die Prozentzahl der Telefonate mit dem Thema Einsamkeit während der Pandemie nochmals erhöht, von rund 20 Prozent im Jahr 2019 auf seither konstant rund 22,5 Prozent – mit einem einmaligen Höhepunkt von über 23 Prozent im Jahr 2020, der weitgehend während des ersten Lockdowns gemessen wurde. Schon vor der Corona-Pandemie kannten (zu) viele Menschen den Zustand der Einsamkeit. Seither hat sich diese Problematik noch verstärkt.

Einsamkeit ist verbunden mit dem Gefühl von emotionaler Isolation und fehlender Zugehörigkeit. Sie tritt in zwei Lebensphasen besonders häufig auf: zum einen in der Jugend und im jungen Erwachsenenalter, zum anderen im hohen Alter. (<https://www.telefonseelsorge.de/sorgen-themen/einsamkeit/>)

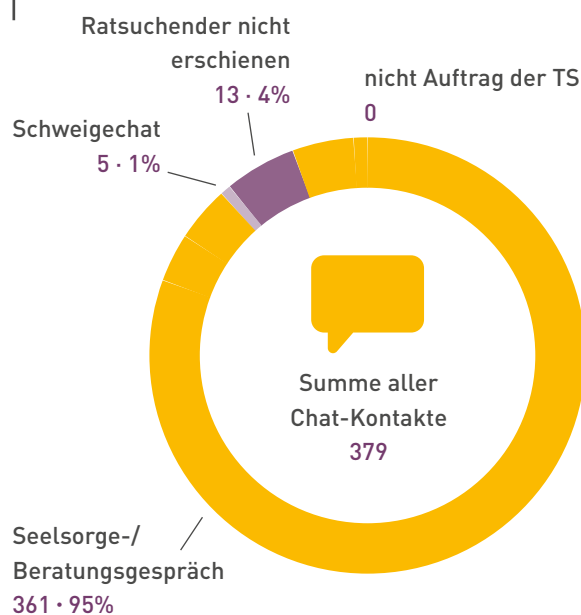
TELEFON 2024



MAIL 2024



CHAT 2024



EINSAMKEIT IM SPIEGEL DER SEELSORGEFORMATE

Im Jahr 2024 standen die Seelsorgeangebote der TelefonSeelsorge stark im Zeichen des Jahresthemas Einsamkeit. Die statistische Auswertung der Gesprächskontakte über Telefon, Chat und Mail zeigt deutlich, dass Einsamkeit für viele Menschen ein drängendes Thema bleibt – quer durch alle Kommunikationskanäle, jedoch mit bemerkenswerten Unterschieden in Ausprägung, Tiefe und Kontext der Anliegen.

Telefon: Einsamkeit als häufigstes Thema

Einsamkeit und Isolation wurden in fast einem Viertel dieser Gespräche (24 %) thematisiert. So häufig wie kein anderes Thema. Dies zeigt, dass der Wunsch nach einem hörenden Gegenüber, nach Verbundenheit in einem Moment der inneren Leere, besonders am Telefon zum Ausdruck kommt. Die niedrigschwellige Erreichbarkeit und die Anonymität am Telefon ermöglichen es vielen Menschen, spontan über ihre Einsamkeit zu sprechen – oft mehrmals.

Chat: Einsamkeit oft im Kontext psychischer Belastung

Der Chat wurde in 379 Kontakten genutzt, davon waren 361 (95 %) seelsorgliche Gesprächskontakte. In 17 % dieser Kontakte wurde Einsamkeit thematisiert. Auffällig ist hier, dass Einsamkeit im Chat häufig gemeinsam mit depressiver Stimmung (27 %) und Suizidalität (18 %) auftritt. Gerade jüngere Ratsuchende, die den Chat bevorzugen, bringen ihre Einsamkeit oft in Verbindung mit tiefer psychischer Not und Unsicherheit im sozialen Miteinander zur Sprache. Der Chat bietet hierfür einen geschützten Raum, in dem Schweigen möglich und schriftliches Nachdenken erlaubt ist.

Mail: Einsamkeit im Hintergrund existentieller Krisen

In den 211 Mailkontakten, die alle seelsorgerlich geprägt waren, wurde Einsamkeit nicht explizit als Top-Thema genannt – und doch schwingt sie oft im Hintergrund mit. Die hohe Zahl an Mails mit depressiven Themen (41 %) und suizidalen Inhalten (28 %) deutet auf einen besonders hohen Anteil existentieller Krisen hin, in denen Einsamkeit als lebenserschwerenden Faktor wirksam ist. Die Entscheidung, das Anliegen schriftlich und oft mit großer Tiefe zu formulieren, zeigt die Suche nach Resonanz in Situationen, in denen das Umfeld fehlt oder versagt. Suizidalität – besonders präsent in Mail und Chat

Ein weiterer Aspekt, der mit dem Thema Einsamkeit eng verwoben ist, ist die Suizidalität. Während am Telefon 8 % der Gespräche Suizidthemen aufwiesen, lag der Anteil im Chat bei 18 % und in der Mail-Seelsorge sogar bei 28 %. Dies weist auf die besondere Bedeutung der schriftlichen Formate hin: Sie bieten Menschen in schwerwiegenden, oft tabubehafteten Anliegen eine Ausdrucksmöglichkeit, wenn direkte Kommunikation zu belastend erscheint – und Einsamkeit zur lebensbedrohlichen Verengung wird.

Fazit: Einsamkeit hat viele Stimmen

Die Auswertung zeigt: Einsamkeit ist ein Querschnittsthema, das alle Formate der Seelsorge durchzieht. Sie tritt am Telefon häufig als zentrales Anliegen auf, wird im Chat oft mit psychischen Belastungen verknüpft und ist in Mailkontakten Teil tiefgreifender Lebenskrisen. Die Vielfalt der Kommunikationswege ermöglicht es, den unterschiedlichen Ausdrucksformen von Einsamkeit gerecht zu werden – und zeigt zugleich die Dringlichkeit, Menschen in ihrer Isolation niedrigschwellig zu erreichen und ihnen empathisch zu begegnen.



THEMEN TELEFON 2024

| | |
|-----------------------|-------------|
| Einsamkeit, Isolation | 1.839 · 24% |
| Körperliches Befinden | 1.456 · 19% |
| Familiäre Beziehung | 1.303 · 17% |
| Alltagsbeziehungen | 1.149 · 15% |
| Depressive Stimmung | 1.073 · 14% |

THEMEN MAIL 2024

| | |
|--------------------------------|----------|
| Depressive Stimmung | 87 · 41% |
| Suizidalität | 59 · 28% |
| Ängste | 40 · 19% |
| Stress, emotionale Erschöpfung | 38 · 18% |
| Sonstiges seelisches Befinden | 34 · 16% |

THEMEN CHAT 2024

| | |
|--------------------------------|-----------|
| Depressive Stimmung | 102 · 27% |
| Familiäre Beziehung | 72 · 19% |
| Suizidalität | 68 · 18% |
| Einsamkeit | 64 · 17% |
| Stress, emotionale Erschöpfung | 53 · 14% |

Anmerkung:

Es geht darum, die zentralen Anliegen im Gesprächskontakt am Telefon, im Chat und in der Mail zu benennen. Eine Mehrfachnennung von Themen ist möglich, wenn sich die im Gesprächskontakt behandelten Themen nicht auf einen Themenbereich begrenzen lassen. Maximal können drei Themen pro Gesprächskontakt inklusive des „Aktuellen Themas“ markiert werden.

FORTBILDUNGEN UND VERANSTALTUNGEN

Auch im Jahr 2024 war unser Miteinander geprägt von Austausch, Vertiefung und Begegnung. In einer Vielzahl von Formaten boten wir Raum für fachliche und spirituelle Weiterbildung, gemeinschaftliches Erleben und persönliche Reflexion – getragen vom gemeinsamen Anliegen, Menschen in Krisen beizustehen.

Fachlich im Gespräch bleiben:

Im März fanden drei interne Schulungen zum Thema Begrenzung und Erreichbarkeit statt – ein zentraler Schwerpunkt im Umgang mit den Herausforderungen der seelsorglichen Arbeit. Eine intensive Auseinandersetzung mit unserem Jahresthema Einsamkeit ermöglichte die zweitägige Fortbildung im Juni unter der Leitung von Walter Peukert und Myga Hünewinckell. Mit dem Workshop zum Seelsorge-Kompass im Oktober wurde die Frage nach Haltung und Orientierung in der Seelsorge noch einmal gezielt in den Blick genommen.

Spirituelle Impulse:

Zweimal im Jahr – im März und im Oktober – luden die Biblischen Besinnungstage auf Schloss Schwanberg zu einer Auszeit im geistlichen Rahmen ein. Der Glaubensgesprächskreis Glaube in Bewegung begleitete das Jahr mit regelmäßigen Treffen, in denen Glaube, Alltag und Seelsorge miteinander ins Gespräch kamen.

Raum für Gemeinschaft:

Das Format Oldi & Ko brachte aktive und ehemalige Ehrenamtliche zu drei Terminen im Jahr zusammen – eine schöne Gelegenheit, Kontakte zu pflegen und Erfahrungen weiterzugeben. KiSt – Kino in der Stelle lud im März, Juli und September zu anregenden Filmabenden ein. Die Jubiläumsfahrt, anlässlich des 45-jährigen Bestehens der TS, nach Xanten Ende August war ein besonderer Höhepunkt – gemeinsam unterwegs sein, Geschichte erleben und Gemeinschaft feiern. Abgerundet wurde das Jahr mit unserer Weihnachtsfeier am 7. Dezember.

Begleitung und Engagement:

Im April wurde ein neuer Ausbildungskurs feierlich abgeschlossen – mit einem festlichen Wochenende und der Beauftragung neuer Ehrenamtlicher. Zwei digitale Infoabende im Mai und Juni gaben Interessierten einen ersten Einblick in die Ausbildung. Im September starteten neue Supervisionsgruppen zur Begleitung der seelsorglichen Arbeit. Der Ehrenamtsaktionstag am 26. Oktober in Jülich setzte ein starkes Zeichen für Wertschätzung und kollegiale Verbundenheit.

Strukturelles und Organisatorisches:

Unsere Mitgliedervollversammlung am 17. April bot Raum für Rückblick, Austausch und gemeinsame Weichenstellungen.



Ein Impuls aus dem TS-Wochenende zum Thema Einsamkeit: Zwischen Sehnsucht und Schwelle – Einsamkeit im Blick



Bild von Caspar David Friedrich:
„Frau am Fenster“

Ein Bild hat uns an diesem Wochenende beschäftigt: „Frau am Fenster“ von Caspar David Friedrich, entstanden um 1820. Es zeigt eine Frau – Friedrichs Ehefrau Caroline – in seinem Atelier in Dresden. Auf den ersten Blick ruhig, fast romantisch. Und doch entfaltet sich eine stille Spannung.

Die Szene ist streng komponiert: klare Linien, ein enger Bildausschnitt, Begrenzungen, die wie Gitter wirken. Die Frau steht im Dunkel des Raumes, den Blick nach draußen gerichtet. Doch auch das Draußen bleibt vage – nur angedeutet durch einen Schiffsmast und ein paar Bäume. Was bleibt, ist die Ahnung von Weite, die sich nicht erfüllt.

In diesem Bild fanden wir viele Spuren des Jahresthemas Einsamkeit: Die Frau wirkt eingefasst in ihre Umgebung – beobachtend, wartend, aber ohne greifbare Verbindung zur Welt da draußen. Sie scheint zu stehen an einer Schwelle – von der Enge des Innen hin zur offenen, hellen Welt, die ihr verborgen bleibt.

„Ein Mensch, an der Schwelle zwischen Dunkelheit und Weite. Und wir – als stille Begleiter:innen auf diesem Übergang.“

(Impuls aus dem TS- Wochenende 2024)

So ergeht es auch vielen Menschen, die sich an die TelefonSeelsorge wenden. Sie stehen mitten in einem Spannungsfeld – zwischen dem Bedürfnis nach Nähe und der Realität von Isolation, zwischen einem engen Hier und der Hoffnung auf ein anderes Dort. Das Bild wird zur Metapher: für innere Barrieren, für Sehnsucht, für den Wunsch nach Verbindung – und für die Unsicherheit, ob dieser Übergang überhaupt möglich ist.

Solche inneren Räume kennen wir alle. Auch unser eigener Blick kann sich manchmal verengen, unsere Welt klein werden. Auch wir kennen Momente, in denen wir nur noch hoffen können – auf Licht, auf Weite, auf Antwort.

„Be prepared“, sagen die Pfadfinder. Bereit sein. Auch das ist Seelsorge: sich vorbereiten auf den Moment, in dem jemand vor einer Schwelle steht. Und bereit sein, dort präsent zu sein – nicht mit schnellen Lösungen, sondern mit Aushalten, Mitgehen, Mitfühlen.

Vielleicht können wir niemanden einfach „hinüberführen“ – aus der Dunkelheit ins Licht. Aber wir können da sein. Und das kann in einem Moment der Einsamkeit schon sehr viel sein.

● Ganzjährig

- Oldi & Ko – Austausch mit ehemaligen und aktiven Ehrenamtlichen (3 Termine)
- Glaube in Bewegung – regelmäßiger Glaubensgesprächskreis

MITARBEITENDE

Engagement, das zählt: Unser Dank an die ehrenamtlichen Mitarbeitenden

Ohne sie wäre unsere Arbeit nicht möglich: 45 engagierte Ehrenamtliche haben im vergangenen Jahr die Telefon-, Mail- und Chat-Seelsorge mit viel Geduld, Einfühlungsvermögen und Zeit getragen. Sie haben zugehört, Trost gespendet, Orientierung gegeben – rund um die Uhr, an 365 Tagen im Jahr.

Ihr Einsatz ist weit mehr als eine Aufgabe – es ist gelebte Mitmenschlichkeit. In oft herausfordernden Gesprächen begleiten sie Menschen in schwierigen Momenten, bieten einen geschützten Raum zum Reden oder Schreiben und bleiben verlässlich an ihrer Seite. Ihr Wirken zeigt, wie wertvoll und unverzichtbar ehrenamtliches Engagement für unsere Gesellschaft ist.

Dafür sagen wir DANKE. Ihr Engagement macht einen Unterschied – jeden Tag!

Hauptamtliche

- Walter Peukert, Diplom Theologe und systemischer Therapeut, ist als Stellenleitung mit 100% BU tätig. In unserer Ökumene vertritt er den katholischen Träger.
- Als stellvertretende Leitung ist Myga Hünnewinkell, Diplom Psychologin und Systemische Coachin mit 100 % BU tätig. In unserer Ökumene stellt sie den evangelischen Part. Myga Hünnewinkell ist u.a. im Schwerpunkt der Mail- und Chat-Seelsorge aktiv.
- Im Sekretariat ist Eva Stolz, Bürokauffrau und Sozialpädagogin mit 50% BU tätig.
- Wir engagierten uns 2024 auf der Bundesebene:
 - Diözesanbeauftragter – Walter Peukert für die Diözese Aachen
 - Stellvertretende Vorstandsvorsitzende TSD e.V. – Myga Hünnewinkell (evangelisch)
 - Mitarbeit in der Arbeitsgruppe zur Suizidprävention auf Bundesebene – Myga Hünnewinkell

Nebenberufliche Supervisor*innen

- Gudrun Besten, Systemische Beraterin, Köln (bis Juni 2024)
- Christoph Fuhr, Pfarrer, Psychodramaleiter, Supervisor, Bonn
- Achim Meyer, Supervisor, Coach, Mediator, Sozialpädagoge, Eupen (seit August 2024)
- Sabine Mevissen, Krankenhauseseelsorgerin und Beraterin, Gangelt
- Helga Porschen-Freihoff, systemische Supervisorin DGSv, Trauerbegleiterin, Kerpen
- Lothar Reißmayer, systemischer Supervisor, DGSv, Pflegepädagoge, Stolberg

Die Supervisionen finden zweieinhalbstündig in Gruppen von zehn bis zwölf Teilnehmenden im monatlichen Rhythmus statt.

TRÄGER UND GREMIEN

Kuratorium

Die Ökumenische TelefonSeelsorge Düren-Heinsberg-Jülich wird geleitet von einem Kuratorium. Dieses wird paritätisch besetzt von beiden Trägern der Einrichtung: dem katholischen Bistum Aachen und dem evangelischen Kirchenkreis Jülich. Der Vorsitz wechselt regelmäßig. Zurzeit liegt er beim evangelischen Träger und wird ausgeübt durch Pfarrerin Ulrike Grab, im Hauptberuf Klinikseelsorgerin in der Rheinischen Landes-klinik Düren.

– Pfrin. Ulrike Grab – Kuratoriumsvorsitzende,
Psychiatrieseelsorgerin, Diakonie Ev. Kirchenkreis Jülich

– Andreas Funke – stellvertretender Kuratoriumsvorsitzender,
Leiter der Abt. Diakonische Pastoral, Bistum Aachen

– Boris Kassebeer, Büro der Regionen Düren-Eifel,
Bistum Aachen

– Frank Seeger-Hupperten, Büro der Regionen Heinsberg-
Mönchengladbach, Bistum Aachen

– Pfrin. Kornelia Imig, Pfarrerin für Vertretungsdienste
im Kirchenkreis, Ev. Kirchenkreis Jülich

– Jens Wasilewski, Kreissynodalvorstand,
Ev. Kirchenkreis Jülich

– zwei Ehrenamtsvertreter (aus Gründen der Anonymität
nicht namentlich genannt)

– Walter Peukert als beratendes Mitglied

– Myga Hünwinckell als beratendes Mitglied

Beirat

Der Beirat der Einrichtung wird gebildet aus Vertreter*innen der ehrenamtlich Mitarbeitenden sowie den beiden Leiterinnen der TelefonSeelsorge. Hier werden die wichtigen Dinge des Alltags und des Miteinanders beraten und Entscheidungen vorbereitet.

UNTERSTÜTZENDE

Netzwerke

- Runder Tisch des Kreises Düren:
Prävention Gewalt gegen Frauen
- Ev. Beratungsstelle der Gemeinde zu Düren
- Kath. Beratungszentrum Aachen/ Düren
- Kath. Forum Mönchengladbach
- Kath. Forum Düren
- Selbsthilfe- und Freiwilligen Zentrum Düren
- Selbsthilfe- und Freiwilligen Zentrum Heinsberg
- InSorge e.V. Düren
- Hospizbewegung Düren und Jülich

Spender*innen



- Lions-Club Düren Rurstadt



- Innecken Prüss Stiftung Niederzier



- Hilfswerk des Lions Club Jülich
Juliacum e.V.



LEITUNGSPARTNER
Lebensadern Deiner Stadt.

- Leitungspartner GmbH Düren

- private Spender*innen

ZUM ABSCHLUSS

Das Jahr 2024 liegt schon länger hinter uns. Aber was wir dort erfahren haben, begleitet uns weiterhin, heute und in Zukunft. Und wir sehen in dem, was wir im Kontakt mit Ratsuchenden erleben, einen Auftrag an Kirchen und Gesellschaft.

Die Dimension der Einsamkeit gerade in jüngeren und älteren Generationen unserer Gesellschaft fordert uns alle heraus. Die Isolation darf uns nicht kaltlassen, sondern wir sind aufgerufen, im Umfeld alle Möglichkeiten zu nutzen, Einsamkeit entgegenzuwirken.

Kirchliche Gemeinden, Verbände und Einrichtungen brauchen nicht auf Gesetzgeber, Krankenkassen, Kostenträger zu warten. Sie dürfen es auch nicht. Menschen leiden heute daran, dass ihnen ein Gegenüber fehlt. Niedrigschwellige Zugänge können ihrem Leben dienen.

Als TelefonSeelsorge stehen wir allen hauptberuflich und ehrenamtlich Engagierten in Kirche und Zivilgesellschaft gerne mit unserer reichen Erfahrung zur Verfügung. Wir sind fest überzeugt, im Netzwerk einen Beitrag zur Bewältigung der Aufgabe leisten zu können.

*Walter Peukert und
Myra Hünewinkel*

**WIR
SIND
DA!**





• 105 STELLEN

Von Westerland bis Lörrach und
von Aachen bis Frankfurt / Oder

Mit mehr als 7.500 geschulten Ehren-
amtlichen in 105 Stellen ist die Telefon-
Seelsorge deutschlandweit tätig.

www.telefonseelsorge.de