

FREIWILLIG ARBEITEN: AM SONNTAG STELLT DIE MESSE AKTIVOLI IM RATHAUS MÖGLICHKEITEN VOR



Florian Obersold engagiert sich als stets ansprechbarer Gesprächspartner bei der „Nummer gegen Kummer“.



Ülkü Tuna organisiert Frühstück.



Boris Bethge hilft Jugendlichen.

FOTOS: MARIO WEZEL

# Anderen Menschen helfen

**Der eine stellt sich unentgeltlich als Gesprächspartner für Kinder und Jugendliche mit Problemen zur Verfügung. Die andere organisiert regelmäßig Frühstückstreffen mit interkulturellem Austausch. Wieder ein anderer hilft jungen Menschen auf der Suche nach einer beruflichen Identität. Nach einer bundesweiten Studie leisten 30 Prozent der Bremer freiwillige Arbeit. Wir haben drei von ihnen über die Schulter geschaut.**

VON MONA STEPHAN

Das Telefon klingelt. Der rote Knopf leuchtet am Apparat. „Kinder- und Jugendtelefon. Hallo.“ Lautes Kichern ertönt aus der Muschel des Telefons. Dann leises Murren einer Jungenstimme. Florian Obersold nickt, lächelt dann. „Ihr seid also in einem blauen Plastiksack gefesselt. Wie ist das denn passiert?“, fragt er. Der 35-Jährige lehnt sich zurück. Er weiß, dass er gerade mit einem Jungen spricht, der sich einen Scherz erlauben wollte. Trotzdem bleibt er ruhig und höflich. Er spricht minu-

„Helfen – das war schon immer mein Plan.“

Florian Obersold

tenlang mit dem Jugendlichen. Solche Situationen kennt Obersold nur zu gut. Einmal die Woche arbeitet er bei der „Nummer gegen Kummer“. Unter 0800-1110333 können Kinder und Jugendliche aus ganz Deutschland anrufen, wenn sie Hilfe wollen oder einfach nur jemanden brauchen, der ihnen zuhört. Der Bremer engagiert sich ehrenamtlich und ist damit nicht alleine: Er ist einer von fast 180.000 Ehrenamtlichen in der Hansestadt.

Florian Obersold weiß nicht, mit wem er spricht. Der Junge, der zu Beginn so doll lachen musste, hört ihm nun aufmerksam zu. Der blaue Plastiksack ist kein Thema mehr. Irgendwann hat Obersold seinen Gesprächspartner zu einer Diskussion über Fußball-Liebhabervereine gebracht. „Ich versuche immer, eine Bindung zu uns aufzubauen. Auch wenn ich weiß, dass der Grund für den Anruf nur Spaß war, versuche ich, das Gespräch zu halten“, sagt Obersold. Rund 90 Prozent der Anrufe am Kinder- und Jugendtelefon seien Scherzanrufe, „Testanrufe“, wie die Telefonisten es nennen. Doch Obersold nimmt sie ernst, wird nicht sauer. „Wenn ich dem Jugendlichen zeigen kann, dass wir nett sind, hat er keine Hemmungen mehr hier anzurufen, wenn er mal ein wirkliches Problem hat“, erklärt der 35-Jährige.

Die „Nummer gegen Kummer“ ging 1980 in Deutschland in Betrieb. Heute umfasst das Angebot rund 150 Telefonberatungsstellen, die von den lokalen Mitgliedsvereinen unterhalten werden. Genau wie in Bremen, wo sich um die 30 Telefonisten in verschiedenen Schichten um ein Telefon kümmern. Das bundesweite anonyme und kostenlose Telefon-Beratungsangebot richtet sich an Kinder und Jugendliche, aber auch an Eltern. Über 3900 Berater engagieren sich bundesweit ehrenamtlich. Seit ein-

einhalb Jahren arbeitet auch Florian Obersold an der Strippe der Kummerhotline. In Schulungen und regelmäßigen Fortbildungen erlernte er die Qualifikation als kompetenter Berater junger Menschen.

„Helfen – das war schon immer mein Plan“, sagt Florian Obersold und grinst. Er hat ein Psychologiestudium mit Diplom abgeschlossen und arbeitet derzeit als Krankenpfleger in einer Tagesklinik. Er ging mit gemischten Gefühlen in den Job als Kummerberater. „Vor meinem ersten Anruf hatte ich Angst“, erzählt er. Nachher wusste er, dass das nicht nötig war: Es war ein sogenannter „Auflieger“. Nachdem Obersold abgehoben hatte, wurde auch schon wieder aufgelegt. „Auch das kommt oft vor“, erklärt Obersold.

Der 35-Jährige nimmt die sinnlosen Anrufe gelassen. „Wenn ich in meiner Schicht auch nur einem helfen konnte, dann hat es sich gelohnt, dass ich hier saß“, sagt er. Die Schichten sind meistens nur zwei Stunden lang. Das Telefon klingelt ständig. „Ich würde es nie schaffen, mir einen Tee zu kochen“, sagt Obersold. „20 Anrufe habe ich so ungefähr in den zwei Stunden.“ Die Zeit spielt dabei keine Rolle: „Ein Gespräch kann auch schon mal 45 Minuten dauern“.

In den vergangenen 30 Jahren haben die Berater der „Nummer gegen Kummer“ mehr als drei Millionen Gespräche geführt – natürlich anonym. „Das Gespräch am Telefon ist nicht so direkt“, sagt Florian Obersold. Die räumliche und emotionale Distanz mache das Gespräch oftmals einfacher. „Unser Ziel ist nicht das Problemlösen, das geht nicht.“ Vielmehr sei es ein Prozess aus Anregungen bieten und Zuhören. „Vielen ist schon geholfen, wenn sie merken, dass sie ernst genommen werden“, meint der Psychologe. „Überleg mal, probier es aus und dann ruf wieder an“ – diesen Satz benutzt Obersold gerne. Dass die Gesprächspartner wieder zueinanderfinden, ist aufgrund des Telefonsystems allerdings sehr unwahrscheinlich. „Wir sehen immer nur eine Momentaufnahme – die Geschichten bleiben offen.“

Zwischenmenschliche und intime Probleme stehen oft im Mittelpunkt der Beratungsgespräche. „Wie sag ich ihm, dass ich verliebt bin?“ – solche Fragen kommen schon sehr häufig“, erzählt Obersold. Partnerschaft, Liebe und Sexualität sind nach einer Studie der Telefonhotline die gefragtesten Themen. Die Liste ist lang: persönliche Themen, Freundschaft, Probleme in der Familie, Gewalt, Schule und Ausbildung, Drogen und Sucht sowie Probleme mit der Lebenssituation und dem sozialen Umfeld sind andere Themenbereiche. Manchmal fragen die Jugendlichen auch nach Verhütungsmitteln. Die Anrufer sind zwischen acht und 25 Jahre alt. Der Schwerpunkt liegt dabei deutlich auf der Gruppe der Elf- bis 16-Jährigen, mit denen fast 80 Prozent aller Gespräche geführt werden. „Ich fühle mich der Verantwortung gewachsen, ihnen gerecht zu werden.“

Die zwei Stunden sind um. Florian Obersold übergibt den Arbeitsplatz an einen Kollegen. Seine Schicht war diesmal recht angenehm: ein bisschen Liebeskummer, viele Testanrufe. Von Selbstmordandrohungen oder Schilderungen von Gewalt ist er zum Glück bislang verschont geblieben. Aber auch darauf ist er durch Schulung vorbereitet. Für Obersold ist es wichtig, zu hel-

fen: „Wir können Impulse in Gang setzen.“ Das sei ein tolles Gefühl. Obersolds Ehrenamt ist auf zwei Jahre angesetzt, dann sind sämtliche Schulungen und Weiterbildungen per Einsatz abgegolten. Doch Obersold will auch danach weitermachen.

Wer am Dienstagmorgen am Mehrgenerationenhaus in Blumenthal – auch Haus der Zukunft genannt – vorbeigeht, dem läuft das Wasser im Munde zusammen. Es riecht nach orientalischen Gewürzen, duftet nach türkischem Tee und angebratenem Gemüse. Ein Blick ins Innere verrät: Es gibt Fladenbrot, Sesamringe, türkische Speisen und Tee, Oliven, Schafskäse, Marmelade, Käse und Wurst. Gerade hat Ülkü Tuna eine türkische Eierspeise gezaubert, die Menemen heißt. „Ich habe Tomaten, grüne Paprika und Zwiebeln scharf angebraten, anschließend kommt Ei darauf“, erklärt Tuna. Gemacht hat die 42-Jährige das unentgeltlich. Die türkische Migrantin ist eine von 17 ehrenamtlichen Helfern im Mehrgenerationenhaus. Sie will Menschen

„Ich mache das für mich selber und für andere.“

Ülkü Tuna

helfen, sich gegenseitig kennenzulernen und miteinander zu kommunizieren.

Vorsichtig stellt Ülkü Tuna das Menemen neben die Rosenmarmelade auf den langen Tisch. Die Rosenmarmelade hat sie selbst gemacht. Zwei Stunden hat Ülkü Tuna heute Morgen mit ihrer Kollegin Zhenya Günay in der Küche gestanden, hat türkische Leckereien gebrutzelt und deutsche Salate angerichtet. Jetzt füllt sich der Raum langsam: mit alten und jungen Menschen. Um halb 10 ist es schließlich offiziell eröffnet – das internationale Frühstück.

Seit vier Jahren gibt es dieses Frühstück der internationalen Küche und Kulturen schon. Ülkü Tuna hat es auf die Beine gestellt – das Konzept erstellt und den Plan umgesetzt. Sie war im Kindergarten ihrer Kinder angesprochen worden, ob sie nicht Lust hätte, ehrenamtlich zu arbeiten. Und sie hatte. „Geld ist für mich nicht wichtig“, sagt Tuna. „Ich mache das für mich selber und für andere.“ Alle zwei Wochen geht es dann an die Umsetzung: erst einkaufen und dann in die Küche. Für sie ist das keine Arbeit. „Das ist etwas Gutes“, sagt sie.

Es sind überwiegend deutsche Senioren sowie türkische Hausfrauen und Mütter mit ihren Kindern, die das Angebot für drei Euro pro Person nutzen. Aber auch andere Gäste finden den Weg ins Haus der Zukunft. Es gibt Stammgäste, aber oft auch neue Gesichter. Das Besondere: Hier treffen sich alle Kulturen und Generationen. Ülkü Tuna setzt sich an den reichhaltig gedeckten Tisch. Ebenso tun es die Gäste.

„15 bis 20 Personen nehmen an unserem internationalen Frühstück teil“, erklärt Christina Klebeck, Sozialpädagogin und Freiwilligenkoordinatorin im Haus der Zukunft. „Am Anfang waren viele Leute aus dem Viertel skeptisch“, so Klebeck. Deutsche Senioren mit türkischen Frauen an ei-

nem Tisch? Doch es funktionierte. „Wir bieten eine Möglichkeit, sich auszutauschen und sich kennenzulernen“, sagt sie.

Das Interesse an anderen Kulturen ist groß. Das Frühstück ist im Gange. Langsam füllen sich die Teller der Gäste. Aus einer Ecke ist ein Gespräch auf Türkisch zu hören, ansonsten wird überwiegend Deutsch gesprochen. Ülkü Tuna reicht den Tee durch. Er wird in kleine Gläser abgefüllt, und jeder bedient sich selbst. „Ich koche zwar, aber ich bediene nur wenig“, erzählt Tuna.

Die türkische Migrantin lebt seit 22 Jahren in Deutschland. Vor einiger Zeit zog sie dann mit ihrem Mann, ihren zwei Töchtern und ihrem Sohn nach Bremen-Nord. Der Anfang war schwer. „Ich war früher viel zu Hause“, erzählt Tuna. Mit ihren drei Kindern – Drillingen – hatte die heute 42-Jährige alle Hände voll zu tun. Erst nach einigen Jahren fing sie an, sich mit der deutschen Sprache zu beschäftigen. „Ich wollte nicht zu Hause sitzen, sondern für Menschen da sein, etwas erleben.“ Heute gehen ihre Kinder in die fünfte Klasse eines Gymnasiums, und Ülkü Tuna arbeitet vormittags als Küchenhilfe. Doch alle zwei Wochen heißt es Kochen für andere. Ihre Familie findet ihr Engagement klasse und unterstützt sie. In den Ferien schauen die Drillinge ihrer Mama über die Schulter. „Wir fühlen uns zugehörig“, sagt Ülkü Tuna.

Dass sie für andere Leute kocht, ist für ihre Familie in Ordnung. Denn am Wochenende kommt die Familie in den gleichen Genuss. Dann finden sich alle in Pyjamas am Küchentisch ein, und es wird stundenlang gegessen. „Das ist wichtig für uns.“ Ülkü Tuna ist stolz auf ihre Familie. Und sie ist stolz auf ihre Arbeit.

„Ich bin kein Samariter, der die Welt retten will“, sagt Boris Bethge über sich selbst. Er beschreibt sich vielmehr als ein Mensch auf der Suche nach neuen Aufgaben und Herausforderungen. Das waren auch die Gründe, die ihn veranlasst haben, sich selbstständig zu machen. Und es waren die Gründe, die den 43-Jährigen bewegt haben, sich für die Arbeit als ehrenamtliche Jobpate zu melden.

Boris Bethge sitzt auf seinem schwarzen Ledersessel in seinem Büro und lehnt sich zurück. Vor zehn Jahren hat sich der gebürtige Bremer als Coach für mittelständische Unternehmen selbstständig gemacht. Sein Weg hatte ihn vom technischen Zeichner über ein Ingenieurstudium bis hin zur Unternehmensberatung geführt. Der klassische Weg war das nicht gerade – und auch deshalb will Bethge Schülern bei der Orientierung helfen: Ziel ist es, ihre Stärken und Schwächen, Talente und Interessen früher zu erkennen und zu fördern. „Es muss eine Perspektive sein, die motiviert und Spaß bringt“, sagt Bethge. Dabei sieht er sich selbst als zusätzliche Instanz im Leben der Schüler: „Ich bin losgelöst – kein Lehrer oder Elternteil.“ Sein persönliches Ziel: „Nachfragen und Zuhören.“

Im Sommer vergangenen Jahres meldete sich Bethge bei der Freiwilligen-Agentur in Bremen. Die vermittelten ihn an die Gesamtschule Bremen Mitte. Diese bietet seit einigen Jahren das Projekt „Jobpate“ an, um Schülern aus neunten und zehnten

Klassen den Weg in ein erfolgreiches Berufsleben zu erleichtern. Männer und Frauen mit Berufs- und Lebenserfahrung unterstützen die Jugendlichen ehrenamtlich bei ihrer Berufsfindung. „Von der Sachbearbeiterin bis zum pensionierten Lehrer sind wir ganz verschiedene Charaktere.“

Voraussetzung für den Jobpaten ist der Wunsch des Schülers nach Unterstützung. Ein Führungszeugnis und die Einverständniserklärung der Eltern sind dann die einzigen offiziellen Bedingungen für eine Teilnahme. Das Führungsteam entscheidet schließlich, wer welchen Jobpaten bekommt. Diese Auswahl ist für dieses Jahr bereits gelaufen. „Ich weiß schon, dass ich eine Einzelschülerin und zwei Gruppen betreuen werde“, erzählt Boris Bethge stolz. Im Februar werden sie dann erstmals aufeinander treffen. „Ich habe Muffensausen“, verrät Bethge. Der Selbstständige hat Angst vor dem Spagat zwischen Einfluss nehmen und Abstand bewahren, und er hat viel Respekt. „Ich bastele an einem jungen Menschen herum.“ Vorteile für den Job als Pate sieht er in seiner Lebenserfahrung und seinem Berufsfeld. „Ich habe den

„Ich bin kein Samariter, der die Welt retten will.“

Boris Bethge

Coachingansatz“, glaubt Bethge. Pläne hat der 43-Jährige auch schon: „Ich bin bereit, mit meiner Schülerin in ein Unternehmen reinzuschneppern oder ein Bewerbungsgespräch durchzuspielen“, sagt er.

Eigene Kinder hat Boris Bethge keine. „Ich habe zwei Katzen“, erzählt er. Gemeinsam mit seiner Lebenspartnerin lebt der Mittelständler in einem Reihenhaus in Ritterhude. Er ist zufrieden mit dem, was er sich aufgebaut hat. Mehr noch: Er wirkt stolz. Unterstützung hat er auf seinem eigenen Lebensweg nicht bekommen. „Ich habe den Beruf des technischen Zeichners gelernt, weil mein Onkel das auch machte. Ich war alleine mit meiner Lebensplanung.“ Erst spät fand Boris Bethge schließlich die Unterstützung, die er brauchte. Er war 24 Jahre alt, als ein Chef aus einer anderen Abteilung auf den jungen Mann aufmerksam wurde. „Da habe ich meinen Mentor gefunden.“ Der erkannte Bethges Stärken und lenkte ihn. „Nur durch ihn bin ich so weit gekommen.“

Am kommenden Sonntag, 6. Februar, findet die dritte Bremer Freiwilligenbörse, die „Aktivoli 2011“, im Bremer Rathaus statt. Bürgermeister Jens Böhrnsen hat die Schirmherrschaft übernommen. Von 11 bis 17 Uhr stellen sich über 65 gemeinnützige Organisationen vor. Veranstalter ist die Freiwilligen-Agentur. Weitere Einzelheiten zu den teilnehmenden Organisationen und zum Programm gibt es im Internet unter [www.aktivoli-bremen.de](http://www.aktivoli-bremen.de). Das internationale Frühstück findet alle 14 Tage dienstags ab 9.30 Uhr im Haus der Zukunft in Blumenthal statt. Anmeldungen sind bei Christina Klebeck unter der Bremer Telefonnummer 0421 / 6099955 möglich. Anmeldungen und Fragen zur Arbeit des Jobpaten unter [bethge@bethgeconsulting.de](mailto:bethge@bethgeconsulting.de)