

Wir benutzen eigene und Drittanbieter-Cookies, um unseren Service zu verbessern und die angezeigte Werbung aufgrund der Analyse Ihres Surfverhaltens auf Ihre Interessen maßzuschneidern. Wenn Sie weitersurfen, bedeutet es, dass Sie diese Anwendung akzeptieren. Hier können Sie weitere Informationen zum Thema erhalten. **Akzeptieren**



---

NÜRTINGEN

## „An Deiner Seite“

08.08.2017, VON NICOLE MOHN —

### Krisenbegleiter sind aus der Arbeit des AK Leben nicht wegzudenken – Neue Qualifikationsgruppe ab Herbst

Es gibt Momente im Leben, da kommt man allein nicht mehr weiter. Wenn die eigene Hilflosigkeit übermächtig zu werden droht, braucht es manchmal einen Lotsen, der einem dabei hilft, das Ruder wieder in der Hand zu nehmen und einen neuen Kurs anzulegen. So wie die ehrenamtlichen Krisenbegleiter des Arbeitskreises Leben Nürtingen-Kirchheim.

Eine Trennung, der Arbeitsplatzverlust oder eine belastende familiäre Veränderung – viele Dinge können eine persönliche Krise auslösen. Nicht immer haben Betroffene die Kraft, selbst einen Weg zu finden, damit umzugehen. Sie fühlen sich überfordert und verunsichert, sind gefangen in einem Kreislauf aus Angst und Hilfslosigkeit. Der Arbeitskreis Leben (AKL) Nürtingen-Kirchheim bietet Menschen in einer Krise Unterstützung und Hilfe an. Von der fachlichen Beratung über Gesprächsangebote für Trauernde bis hin zu Gesprächsgruppen gibt es hier eine Vielzahl von Hilfen.

Herzstück der Arbeit im AKL ist seit vielen Jahren die Begleitung von Menschen durch Krisen durch Ehrenamtliche. Die Krisenbegleiter stehen den Ratsuchenden zur Seite. Als Impulsgeber, als Gefährte auf Zeit. Vor allem aber als jemand, der zuhört – wertfrei und unvoreingenommen. Walter (Namen geändert) ist einer von ihnen. Seit rund zehn Jahren ist er als Krisenbegleiter beim AKL Nürtingen-Kirchheim im Einsatz. Trotzdem ist für ihn jede neue Begleitung immer wieder neu und spannend. „Wir lernen Menschen kennen, mit denen wir sonst nie in Kontakt gekommen wären“, sagt seine Kollegin Gisela. Sie ist immer wieder neu und ganz bewusst auf das Gegenüber einlassen, offen sein für Lebenskonzepte, die einem selbst vielleicht gänzlich fremd sind, auch das ist Teil der Arbeit.

#### **Zeit geben in Lebenskrisen**

Das Wichtigste aber, was Krisenbegleiter geben, ist Zeit: „Zeit geben, wo kriegt man das heute noch“, meint Walter. Einmal die Woche treffen sich die Krisenbegleiter in der Regel mit ihren Klienten für eine Stunde. „Wann und wo, das ist allen freigestellt“, sagt Ursula Strunk, Geschäftsführerin des AKL. Auch wie die Begleitung gestaltet wird, folgt keinem strikten

Muster. Manchmal werden die Begleiter bloß als Zuhörer gebraucht, sozusagen als weiße Reflektionsfläche: „Wenn ich meine Sorgen und Ängste formulieren muss, wird mir oft vieles klarer“, sagt Ursula Strunk. Im Gespräch mit jemand Neutralem verändere sich auch oft der Blick auf die Situation, kann man gemeinsam Auswege und Lösungen formulieren und umsetzen. Manchmal sind es aber auch ganz praktische Hilfen, wie das Erklären von Formularen oder eine Begleitung zum Amt.

Jede Begleitung ist eine Gratwanderung. „Es gibt Momente da muss ich sagen: Stopp, ich bin kein Therapeut“, sagt Anne, die vor drei Jahren die Qualifizierung zum Krisenbegleiter beim AKL absolvierte. Abstand wahren, um den Überblick zu bewahren, das sei manchmal eine Herausforderung, sagen auch ihre beiden Kollegen. Auch, sich selbst zurückzunehmen, dem Gegenüber nichts überzustülpen oder gar das Heft des Handelns aus der Hand zu nehmen.

Allein gelassen sind die Krisenbegleiter in ihrer verantwortungsvollen Arbeit nie. Die Mitarbeiter des AKL stehen ihnen jederzeit zur Seite. Alle 14 Tage treffen sich die Krisenbegleiter zur Supervision. Hier haben sie die Möglichkeit, sich untereinander über die aktuelle Fälle auszutauschen, sich Rat zu holen und neue Gedanken zu sammeln. „Oft kommt nach der Fallbesprechung das Angebot: Wie können wir Dir helfen“, empfindet Walter diese Runden immer wieder als sehr bereichernd. Ständige Fortbildungsangebote sichern zudem die Qualität der Arbeit.

Im Herbst startet eine neue Qualifizierungsgruppe: Zwölf Teilnehmer möchte der AKL dabei zu neuen Krisenbegleitern ausbilden lassen. Verstärkung, die das Team des Arbeitskreises dringend braucht: Auch im vergangenen Jahr ging die Zahl der Anfragen erneut nach oben: Suchten 2015 noch 282 Menschen Beratung und/oder Begleitung, waren es 2016 329 Männer und Frauen. Ursula Strunk hofft deshalb, dass sich über die neue Qualifizierungsgruppe das Team der Krisenbegleiter verstärken lässt. Aber auch für den AKL-Treff sucht das Team neue Mitarbeiter. „Der Bedarf steigt stetig“, sagt die AKL-Geschäftsführerin.

Ihre Arbeit empfinden alle drei Krisenbegleiter als sehr bereichernd. Sie helfe nicht nur anderen, meint Anne: In der Qualifizierung wie auch bei der Arbeit als Krisenbegleiter habe sie auch viel über sich selbst gelernt. „In der Qualifizierung geht es zum Beispiel darum: Wie gehe ich selbst mit Krisensituationen um“, berichtet sie. Und Gisela hat noch eine weitere Veränderung an sich selbst festgestellt seit sie als Krisenbegleiterin tätig ist: „Ich bin einfühlsamer und sensibler geworden“.

Die neue Qualifizierungsgruppe zum Krisenbegleiter startet nach den Sommerferien. Insgesamt umfasst die Ausbildung 14 Termine. Die Teilnehmer verpflichten sich im Anschluss an die Qualifizierung, mindestens für zwei Jahre beim AKL als Krisenbegleiter mitzuarbeiten.

**Kontakt telefonisch unter der Rufnummer (0 70 22) 3 91 12 oder per E-Mail [akl-nuertingen@ak-leben.de](mailto:akl-nuertingen@ak-leben.de). Nähere Informationen sind auch im Netz unter [www.ak-leben.de](http://www.ak-leben.de) zu finden.**



