

Hilfe gegen Angst und Einsamkeit

Das Corona-Virus sorgt weiter für Gesprächsstoff bei der Telefonseelsorge.

Kirsten Elschner

■ **Kreis Minden-Lübbecke.** Sorgen und Ängste, die die Menschen während der Corona-Pandemie beschäftigen, spiegeln sich auch bei der Telefonseelsorge wider. Während sich in den ersten Monaten fast die Hälfte aller Anrufe um das Coronavirus und damit verbundene Ängste gedreht hat, ist das Thema jetzt wieder in den Hintergrund getreten, sagt Pfarrerin Petra Ottensmeyer, Leiterin der Telefonseelsorge Ostwestfalen. Trotzdem: „Angst und Einsamkeit bleiben die großen Themen.“

Zu Spitzenzeiten – im März und April – waren fast 50 Prozent aller Anrufe vom Thema Corona bestimmt. „Besonders um Ostern drehte sich fast alles um das Coronavirus“, erzählt Ottensmeyer. „Mittlerweile haben sich diese Anrufe auf einem niedrigen Niveau eingependelt.“

»Das soziale Leben ist vorsichtig wieder angelaufen«

Weniger als zehn Prozent greifen ausdrücklich wegen Corona zum Telefon. Sind die Ängste also verschwunden? „Das soziale Leben ist vorsichtig wieder angelaufen und viele Menschen haben gelernt, mit der neuen Situation umzugehen“, begründet die Pfarrerin die Entwicklung. Aber auch, wenn Corona jetzt nicht mehr das Gesprächsthema Nummer 1 sei, so bildeten die Auswirkungen auf den Alltag noch häufig ein Randthema. „Wie geht es jetzt weiter, wenn der Winter kommt?“, „Was wird nach der Kurzarbeit aus meinem Job?“ oder „Nicht alle um mich herum halten den nötigen Abstand ein“ – die Angst vor dem Virus, aber auch Existenzängste oder Überforderung mit der „neuen Normalität“ begegnen den Ehren-

amtlichen der Telefonseelsorge noch immer.

Täglich nehmen die 75 Mitarbeitenden im Schichtdienst etwa 30 Anrufe entgegen. Zunehmender Redebedarf besteht auch bei Menschen mit psychischen Erkrankungen wie Angststörungen. „38 Prozent unserer Anrufer geben an, dass sie unter einer diagnostizierten psychischen Erkrankung leiden“, berichtet die Pfarrerin. Zu ratsuchenden Anrufen führten in diesen Tagen auch fehlende soziale Kontakte durch monatelanges Arbeiten im Homeoffice oder die große Doppelbelastung von Job und Familie.

Die Leiterin der Telefonseelsorge erinnert sich noch gut an eine Frau, die wegen der Pandemie unglaublich viel arbeiten und gleichzeitig zuhause so sehr präsent sein musste, dass sie vollkommen erschöpft war und den Rat bei der Telefonseelsorge suchte. Manchmal seien die Einschränkungen durch die Pandemie auch nur der letzte Tropfen, der das emotionale Fass zum Überlaufen bringt.

Sehr bewegt hat sie die Geschichte einer Frau, die gerade mit einer Erkrankung, dem Jobverlust und einer kürzlichen Trennung zu kämpfen hatte – und obendrauf fielen dann wegen der Kontaktbeschränkungen auch noch die Treffen mit den Freundinnen weg. „Einsamkeit ist sowieso immer ein großes Thema bei uns – über die Hälfte aller Anrufer lebt allein“, erzählt die Pfarrerin. Auch vor Corona sei das eines der großen Themen der Telefonseelsorge gewesen.

Ein Gespräch mit der Telefonseelsorge dauere in der Regel zwischen zehn und 50 Minuten. „Manche begrüßen uns schon mit den Worten 'Hier kommt mein täglicher Anruf.'“ Andere suchten einmalig oder während einer Krisenphase häufiger das Gespräch.

