

## 1. TELEFONSELSORGE // WENN NICHTS FUNKTIONIERT

A: Telefonseelsorge – guten Abend.

B: Hallo – können Sie mich hören?

A: Ich höre Sie. Können Sie mich hören?

B: Ja. Hallo.

A: Hallo, ich bin Verena. Mit wem darf ich sprechen?

B: Ich bin Sieglinde. Den Nachnamen sage ich nicht.

A: Das ist in Ordnung. Sprechen wir per Du, Sieglinde?

B: Gerne.

A: Wie geht es dir?

B: Wie es mir geht? Ganz gut glaube ich... Mein Mann hat Arthritis, aber sonst... Gerade bin ich gestresst.

A: Warum bist du gestresst? Wie kann ich dich unterstützen?

B: Nichts funktioniert!

A: Verstehe, so etwas kommt vor.

B: Aber es ist nicht meine Schuld!

A: Worum geht es?

B: Das ist kompliziert. Ich weiß es selbst nicht genau.

A: Erzähl mir davon.

B: Ich weiß nicht, wo ich anfangen soll.

A: Am Anfang.

B: Jonas, mein Enkel. Eigentlich ist er ein Lieber. Ich will, dass er eine gute Zeit bei seiner Oma hat. Er schaut so gerne Paw Patrol auf meinem Handy. Sybille, meine Tochter, sagt, er darf kein Paw Patrol schauen, aber was soll ich machen, wenn er unbedingt will? Er gibt sonst keine Ruhe!

A: Das ist nicht einfach.

B: Ich verstehe Sybille. Diese kollektive Verblödung mit dem Handy und erst der Lärm! Ich kann Jonas schlecht die Schuld geben. Er ist ja noch so klein!

A: Verstehe.

B: Trotzdem kennt er sich besser mit der Technik aus als ich!

A: Was ist vorgefallen?

B: Er hatte das Handy als Letzter.

A: Ja.

B: Sybille will mir nicht helfen. Sie ist sauer, weil der Junge das Handy haben durfte, obwohl ich ihr versprochen habe, es ihm nicht mehr zu geben.

A: Okay.

B: Wegen ein bisschen Paw Patrol!

A: Wie fühlst du dich mit der Situation?

B: Ist das ein Verhör? Warum interessiert dich das?

A: Gefühle sind wichtig.

B: Hmm. Ich denke die ganze Zeit daran.

A: Jetzt beschäftigst dich, wie zwischen Sybille und dir wieder alles gut wird?

B: Ja, auch. Aber deswegen rufe ich nicht an!

A: Weswegen rufst du an?

B: Ich bin schon bei der Telefonseelsorge, oder? Das wäre sonst wirklich unangenehm.

A: Ja, du bist bei der Telefonseelsorge.

B: Gut, ich bin mir sicher, solche Fälle wie mich gibt es öfter, oder?

A: Dass Großeltern Konflikte mit ihren Kindern haben, kommt vor.

B: Ich meine, wegen dem Handy.

A: Dem Handy?

B: Es funktioniert nichts mehr! Von Außen schaut es ganz normal aus, also muss der Schaden innen liegen, habe ich mir gesagt. In der Seele! Das Handy braucht Seelsorge! Ich habe am Computer gesucht und die Telefonseelsorge gefunden. Dass man das so nennt, habe ich zuerst komisch gefunden, aber es macht noch Sinn! Was muss ich tun, damit mein Handy wieder funktioniert?

## 2. SCHLAFLOSE NÄCHTE // NEUE WEGE

C: Telefonseelsorge, Jörg, hallo.

D: Hallo, Javier hier.

C: Javier, wir hatten ja schon öfter das Vergnügen. Wie geht es dir?

D: Deshalb rufe ich an. Mir geht es gut! Das erste Mal seit Langem! Ich habe gute Neuigkeiten! Ich habe sonst niemanden, den ich anrufen könnte und weil ich sonst immer anrufe, wenn es mir schlecht geht, habe ich gedacht, melde ich mich heute ausnahmsweise mit etwas Positivem. Ich hoffe, ich blockiere die Leitung nicht für jemanden, der sie dringender braucht?

C: Alles gut – wir haben aktuell mehrere Personen, die erreichbar sind.

D: Ich bin dir und der ganzen Telefonseelsorge so dankbar! Ihr habt mich durch eine meiner schwersten Zeiten begleitet.

C: Wir sind gerne da. Das berührt mich, dass du das so sagst.

D: In unserem letzten Gespräch, da wurde mir klar, dass ich etwas ändern muss. Diese berufliche Dauerüberlastung. Seit meine Frau... Ich habe mich nur noch in die Arbeit gestürzt.

C: Die Schlaflosen Nächte.

D: Ich habe gebraucht, bis ich alles klar durchschaut habe.

C: Prozesse brauchen manchmal, das ist ganz normal.

D: Zusammen haben wir festgestellt, dass Vieles, das ich leiste, gar nicht in meinen Zuständigkeitsbereich fällt.

C: Genau. Du meinstest, dass du das Gespräch mit deinem Chef suchen möchtest, weil es so nicht mehr weitergeht.

D: Das habe ich gemacht!

C: Und?

D: Ich habe ihm erklärt, dass mir jede einzelne dieser Aufgaben Spaß macht, aber die Summe aller erschlagend ist. Ich habe das Gefühl, zwei Jobs auf einmal zu machen. Ich habe gesagt,

dass sich etwas ändern muss oder ich mir eine neue Stelle suche. Frustriert bringe ich dem Unternehmen nichts.

C: Das war mutig! Hast du gekündigt?

D: Viel besser! Der Chef hat gesagt, er versteht meine Position sehr gut und sieht, was ich leiste. Das Unternehmen möchte mich um jeden Preis behalten! Mir wurde eine Stelle angeboten! Teamleitung.

C: Wow! Das klingt spannend!

D: Das Beste daran ist, dass ich Aufgaben delegieren kann und mehr verdiene!

C: Das hast du dir verdient. Wann beginnst du?

D: Ich überlege noch, ob ich die Stelle annehme. Ich weiß, das klingt verrückt, aber vielleicht gibt es mehr...und ich...

C: Das klingt überhaupt nicht verrückt! Überlege dir gut, was du dir wünschst – es ist toll, dass du so eine Möglichkeit hast und jetzt kannst du schauen, ob es für dich stimmt zuzusagen, oder ob es vielleicht neue Wege gibt, die auf dich warten.

D: Ich habe mich gefreut über das Angebot. Ohne dich, ohne die Telefonseelsorge... Ich weiß nicht, ob ich jemals den Mut gehabt hätte meinen Chef anzusprechen! Überhaupt wäre das eine andauernde Krise geblieben. Jetzt, wo ich mich über diese Chance freue, ist mir aufgefallen, dass es kaum Menschen gibt, mit denen ich mein Glück teilen kann. Ich fühle mich einsam. Nachdem meine Frau... nachdem sie... du weißt schon... Ich habe mich abgekapselt. Mein Job hat viele Menschen vergrault. Ich rufe an, weil ich mich nicht alleine freuen will.

C: Ich freue mich mit dir.

D: Wer weiß, vielleicht kann ich jetzt Platz schaffen für neue Menschen in meinem Leben?

C: Das klingt nach einem Plan.

D: Darf ich anrufen, falls, naja... Falls etwas ist?

C: Die Telefonseelsorge ist für dich da.

### 3. UNERWÜNSCHT // ROT ODER ROSÉ

E: Telefonseelsorge, guten Abend.

F: Hallo. \*\*\*Gekicher\*\*\*

E: Hallo. Agatha hier. Wer ist dran?

F: Was hast du an, Agatha?

E: Sie sprechen mit der Telefonseelsorge. Wie helfen Menschen in allen Lebenslagen weiter.

F: Agatha, welche Farbe hat dein Höschen? \*\*\*Gekicher\*\*\*

E: Bitte unterlassen Sie Anzüglichkeiten. Das hier ist ein Ehrenamt! Wenn keine Unterstützung benötigt wird, lege ich auf.

F: Warte! Agatha, warte! \*\*\*Gekicher\*\*\* Ich muss wissen... Ist es eher rot oder roséfarben?

E: Da kein Gesprächsbedarf besteht, lege ich auf. Ich wünsche noch einen schönen Abend!

#### 4. KALT // NACH HAUSE

G: Telefonseelsorge, guten Morgen.

H: G...Gut ist der Morgen nicht.

G: Ich bin Albert. Mit wem spreche ich?

H: Alima.

G: Hallo Alima. Was ist los bei dir?

H: Ich...ich... zittere.

G: Wo bist du gerade?

H: Am Ufer.

G: Und was machst du da?

H: Nachdenken. O...Ob ich reinspringen s...soll oder nicht.

G: Es ist kalt, oder?

H: H...heute Früh kam der Anruf.

G: Welcher Anruf?

H: D...der, dass das Leben scheiße unfair ist! Ich w...will nicht dramatisieren, aber ich bin ein bisschen high und d...drunk. Ich brauch grad wen zum Reden, sonst reicht auch die K...krisenkompass App, aber heute ist es anders. H...heute ist vielleicht der Tag, an dem ich durchziehe.

G: Was ist anders als sonst? Lass uns darüber reden.

H: S...sie haben mich aus der Klasse geholt, um es mir zu sagen. Meine Mama hat K...krebs. B...böartig.

G: Das tut mir leid.

H: D...diese Scheißkrankheit! Letzten Sommer hat es meinen besten Freund dahingerafft und jetzt a...auch noch Mama?!

G: Das ist scheiße.

H: S...sag ich doch! W...was soll ich jetzt machen, hä? E...einfach rumsitzen?! Wenn Mama K...krebs hat, bin ich eine Last für sie! I...ich muss weg.

G: Ist es das, was du fühlst, Alima?

H: K...keine Ahnung, Mann! I...ich denke, dass das Leben fucking kurz ist. I...ich kann das alles nicht. Meine Mama verreckt und ich s...soll währenddessen Mathe lernen und Bio und Deutsch. I...ich schaff das nicht!

G: Alima, ich verstehe, dass das alles unfassbar hart ist. Wie alt bist du?

H: W...was spielt das für eine Rolle? Ich bin f...fünfzehn.

G: Fünfzehn.

H: Ja.

G: Was machst du jetzt?

H: S...steine in den Fluss schmeißen.

G: Steine schmeißen.

H: D...die Strömung ist ziemlich stark. Scheiße Mann, i...ich will da nicht rein. I...ich will leben!

G: Du kannst einfach einen Schritt zurück machen. Das ist okay.

H: I...ich will nicht, dass meine Mama stirbt!

G: Ich kann dir nicht versprechen, dass alles gut wird. Ich kann dir versprechen, dass das Leben, so wenig wir es verstehen, wertvoll ist.

H: M...meine Mama braucht mich. Woher soll ich die P...power nehmen?

G: Du kannst immer anrufen.

H: Scheiße, mir ist echt k...kalt. Ich möchte nach Hause gehen.

G: Ja.